

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА БЕЛГОРОДА
Муниципальное бюджетное учреждение
«Научно-методический информационный центр»

**РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА
У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
ПОСРЕДСТВОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ**

Глотова Раиса Владимировна,
педагог-психолог,
МАДОУ д/с №42 г. Белгорода

Аксенова Галина Алексеевна,
музыкальный руководитель,
МАДОУ д/с №42 г. Белгорода

СОДЕРЖАНИЕ

Информация об опыте.....	3
Технология опыта	9
Результативность опыта.....	13
Библиографический список.....	16
Приложение к опыту.....	17

РАЗДЕЛ I. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОПЫТЕ

Условия возникновения и становления опыта.

Федеральный государственный стандарт (ФГОС) дошкольного образования в качестве первоочередной ставит задачу охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Согласно стандарту, условия реализации программы должны обеспечивать полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям.

В педагогической практике было отмечено, что в последние годы увеличивается число детей с нарушениями психоэмоционального развития. К типичным симптомам этих нарушений у дошкольников относятся эмоциональная неустойчивость, враждебность, агрессивность, тревожность и т. д., что серьезно осложняет взаимоотношения ребенка с окружающим миром. Кроме того, на фоне таких нарушений легко возникают вторичные личностные отклонения, обуславливающие негативный характер способов поведения и общения, деформацию личностного роста детей в целом. Соответственно организованная педагогическая работа в этом направлении может не только обогатить эмоциональный опыт дошкольников, но и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки в их личностном развитии.

Одним из приоритетных направлений в образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» является развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье. В практике работы МАДОУ д/с № 42 в пилотном режиме осуществлялся активный поиск подходов к социально-эмоциональному развитию дошкольников, методов и средств реализации данного направления деятельности, адекватных возрастным особенностям детей, психологическим механизмам социализации. Практическая работа с детьми продемонстрировала значительный потенциал художественно-творческих видов деятельности в создании позитивной эмоциональной атмосферы в группе детского сада. Музыкальный руководитель Аксенова Г.А. в рамках своей практической деятельности активно использовала методы музыкотерапии. Педагог-психолог Глотова Р.В. рассматривала особенности внедрения методов арт-терапии в процесс психолого-педагогического сопровождения образовательной деятельности.

Детальный анализ развития основных показателей эмоционального интеллекта осуществлялся на основе мониторинга с использованием диагностических методик (приложение 1):

- Методика изучения понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина) [24]
- Методики диагностики понимания своих эмоциональных состояний и выражения эмоций (Минаева В.М.) [18]
- Опросник «Характер проявлений эмпирических реакций и поведения у детей» (А.М. Щетинина)
- Методика изучения эмоционально-волевой саморегуляции у детей 4-7 лет

Анализ полученных результатов мониторинга, который показал, что проблемы в развитии эмоционального интеллекта испытывают 35% дошкольников старшего возраста, натолкнул авторов на разработку программы интегрированных занятий по развитию эмоционального интеллекта средствами и методами арт-терапии. Конструктивным решением в развитии эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста стало формирование профессионального тандема музыкального руководителя и педагога-психолога.

Актуальность опыта.

«Двадцать первый век – век высоких технологий, век информации и технического прогресса». Этот тезис постепенно становится неким лозунгом, девизом, на который

происходит ориентация в процессе воспитания детей. Современные родители буквально с пеленок стремятся вложить в голову детей как можно больше разнообразной информации, дабы не опоздать с интеллектуальным развитием своих чад, что приводит к дисгармонии развития личности ребенка и проблемам в эмоциональной сфере. Между тем эмоциональная сфера является важной составляющей в развитии дошкольников.

У старшего дошкольника богатый эмоциональный мир. В жизнедеятельности ребенка эмоции, превалируя над волевыми процессами, закладывают базу для здоровья и личностного роста, способствуют воспитанию социально значимых качеств.

В педагогической практике все чаще приходится сталкиваться с проблемами эмоционально-личностных расстройств у дошкольников. Эмоциональное развитие, как важнейшая характеристика личности, всесторонне рассматривается в работах отечественных психологов и педагогов (И.П. Анненкова, Н.С. Ежкова, Е.И. Изотова, Е.В. Никифорова, О.М. Кулеба, А.Д. Кошелева, М.Ю. Саутенкова, Н.С. Ульянова, и др.).

Неэффективная реализация возможностей в эмоциональном развитии детей приводит к «психологическому застреванию», формированию «эмоциональной глухоты». Это позволяет рассматривать проблему эмоционального развития подрастающего поколения как одну из актуальных, а поиск эффективных путей ее решения является важной задачей для современной педагогической теории и практики.

Указанные факты подчеркивают необходимость решения проблемы социализации дошкольника, посредством развития позитивной эмоциональной гибкости, позволяющей ребенку чувствовать себя более уверенно в постоянно меняющихся условиях социальной среды. Особенно актуальным в образовании дошкольников становится обращение к эмоционально-интеллектуальной сфере психики, которая обозначается понятием «эмоциональный интеллект». Этот термин все чаще используется в дошкольной педагогике, наряду с такими понятиями, как «эмоциональное развитие», «эмоциональная культура» и «эмоциональная отзывчивость».

Сказанное подчеркивает важность организации целенаправленной и системной работы с детьми дошкольного возраста по развитию эмоционального интеллекта. В прикладном аспекте данной проблемы, учеными и практическими работниками предлагаются разные методы и средства развития эмоционального интеллекта, профилактики эмоционального неблагополучия детей, одним из которых являются средства арт-терапии.

В рамках психологического направления арт-терапия качественно изменяет состояние личности, так как при этом снижается тревожность, изменяется самоотношение, развивается творческое воображение. В социальной педагогике посредством арт-терапии обеспечивается социальная адаптация, как здорового ребенка, так и ребенка с нарушениями в развитии, преимущественно через развитие разнообразных форм коммуникации. В педагогическом направлении арт-терапия позволяет рассматривать не только художественное воспитание в рамках специального и дополнительного образования, но и развитие, обучение, формирование основ художественной культуры ребенка. Взаимодействие названных направлений применения художественной творческой деятельности в качестве отвлекающего и гармонизирующего фактора приводит к качественным позитивным личностным изменениям.

Тем не менее, несмотря на достаточное количество эмпирических исследований в области эмоционального развития личности, в современной психолого-педагогической науке наблюдается некоторый недостаток практических исследований данной проблемы, что обуславливает актуальность выбранной тематики.

В данной работе рассмотрены возможности использования арт-терапевтических средств в работе педагога-психолога и музыкального руководителя в качестве эффективного метода эмоционального развития дошкольника. Привлекательность метода арт-терапии состоит в том, что этот метод в основном использует невербальные способы самовыражения и общения, а для дошкольников, особенно тех, которые имеют трудности в межличностных взаимоотношениях, это не маловажно.

Противоречие.

Актуальность опыта определяется разрешением противоречия между практической необходимостью использования методов арт-терапии в развитии эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста, способствующих реализовать актуальные тенденции государственной политики РФ в области сохранения психического, эмоционального здоровья ребенка-дошкольника, и отсутствием теоретической, методической разработанности педагогических условий реализации этого процесса.

Ведущая педагогическая идея опыта заключается в определении возможностей развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста через оптимальное комбинирование различных методов и техник арт-терапии в образовательной работе педагога-психолога и музыкального руководителя.

Длительность работы над опытом.

Работа над опытом по данной проблеме проводилась в течение 3-х лет, охватывала период с сентября 2016 года по май 2019 года.

I этап – начальный (констатирующий) – с сентября 2016 г. по декабрь 2016 г. Начальный этап был направлен на сбор и систематизацию известных в специальной педагогической и психологической литературе теоретических и практических материалов; подбор диагностического инструментария; психолого-педагогический мониторинг эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста; адаптацию методов арт-терапии под задачи развития эмоционального интеллекта при построении образовательного процесса.

II этап – основной (формирующий) – с января 2017г. по август 2018 г. На формирующем этапе была проведена разработка и апробация системы занятий по развитию эмоционального интеллекта у воспитанников старшего дошкольного возраста в процессе образовательной работы педагога-психолога и музыкального руководителя.

III этап – заключительный (контрольный) – с сентября 2018 г. по май 2019 г. На заключительном этапе осуществлялся анализ результатов реализации содержания опыта, описание актуального педагогического опыта, его распространение.

Диапазон опыта.

Диапазон опыта представлен системой методов и техник арт-терапии для развития эмоционального интеллекта старших дошкольников в образовательной работе педагога-психолога и музыкального руководителя.

Теоретическая база опыта.

Методологическую основу опыта составляют гуманистическая, психодинамическая концепция, системный и здоровьесберегающий подходы, теоретические положения Л. Д. Лебедевой о диагностических и коррекционных возможностях рисунка, А. И. Копытина о системном подходе в арт-терапии.

Развитию эмоциональной сферы посвящали свои труды Божович Л.И., Ильин В.С., Леонтьев А.Н., Рожкова М.И., Симонов П.В., Симонова О.А., Якобсон П.М.. Ими выявлены структура эмоциональной сферы, ее функции и роль в жизни человека, индивидуальные и возрастные особенности развития.

Область изучения эмоционального интеллекта является сравнительно молодой и насчитывает чуть больше одного десятилетия. Однако, этой проблемой занимаются специалисты уже по всему миру. Среди них Р. Бар-Он, К. Кеннон, Л. Моррис, Э. Ориоли, Д. Карузо, Д. Голман и другие. Известны работы Буяновой А.Ю., Бледновой Е.Ю., Кудрявцевой С.Ю., Семенако С.И., Микляевой Н.В., Степанова И.С., Люсина Д.В., Гарсковой Г.Г., Андреевой И.Н. и др.

Эмоциональный интеллект (EQ-показатель эмоционального интеллекта человека) - это способность распознать собственные чувства и эмоции, умение вызвать нужные нам эмоции созидания, управлять разрушительными эмоциями и чувствами; понимать эмоции и чувства других, чтобы выстраивать на основе этого понимания конструктивные взаимоотношения с окружающими [5].

Одной из основополагающих моделей, при определении данного понятия является модель эмоционального интеллекта Д. Мейера и П. Сэловея, которая включает четыре составляющие [1]:

- 1) точность оценки и выражения эмоций (это умение представляет собой способность определить эмоции по физическому состоянию и мыслям, по внешнему виду и поведению);
- 2) использование эмоций в мыслительной деятельности (эмоции направляют наше внимание на важные события, они готовят нас к определённым действиям и влияют на наш мыслительный процесс);
- 3) понимание эмоций;
- 4) управление эмоциями (эта способность относится к умению использовать информацию, которую дают эмоции, вызывать эмоции или отстраняться от них в зависимости от их информативности или пользы; управлять своими и чужими эмоциями).

Модель эмоционального интеллекта предполагает последовательное и параллельное развитие четырех основных функций:

- самосознание (образ "Я", понимание "психологического устройства" себя);
- самоконтроль (способность совладать со своими чувствами, желаниями);
- социальная чуткость (умение устанавливать контакты с разными людьми);
- управление отношениями (способность к сотрудничеству, умение поддерживать, развивать, укреплять контакты).

Важен тот факт, что все 4 составляющие перекликаются со свойствами арт-терапии. Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Арт-терапия – один из методов психологической работы, использующий возможности искусства для достижения положительных изменений в интеллектуальном, эмоциональном и личностном развитии человека.

«Арт-терапия» с английского языка буквально переводится как терапия (лечение) искусством [12]. Therapeia (с греч.- «забота, уход»), забота о человеке и лечение понимается как «социально-психологическое врачевание», изменение стереотипов поведения и повышение адаптационных способностей личности средствами художественной деятельности. Под средствами понимается использование изобразительной деятельности, музыки, танца, песочной терапии, драматического искусства и других форм творческой активности человека.

К современной арт-терапии относят игротерапию, изотерапию, сказкотерапию, оригами, маскотерапию, драматерапию, музыкотерапию, цветотерапию, песочную терапию, танцевально-двигательную терапию и т.д. Музыка, художественное слово, изобразительное искусство – источник особой детской радости в дошкольном детстве. Ребенок открывает для себя волшебный мир искусства; при достаточном богатстве эмоциональных впечатлений, стремится выразить их в собственном «творческом продукте» через музицирование, рисование, словотворчество. При этом ребенок раскрывает себя, постигает собственные возможности, окружающий мир.

В работах Зубачевской Н.А. большое внимание уделяется возможностям искусства (музыки, детской художественной литературы и др.) в развитии эмоционального интеллекта ребенка-дошкольника. Нефёдовой Л.К. представлен опыт формирования эмоционально-интеллектуальной сферы детей в процессе раннего обучения хореографии и вокалу на основе принципа импровизации. Очень интересной и новой оказалась на наш взгляд практика использования арт-методов, в частности метода песочного рисования «Sand-Art», в работе Тупичкиной Е.А. по развитию эмоционального интеллекта и профилактике эмоционального неблагополучия дошкольников [23].

Проанализировав данные работы, мы понимаем, что такая яркая и живая сфера, как эмоциональный интеллект отзовется только на столь же живые средства и формы работы. И здесь становится очевидным, что арт-терапия в данном случае является наиболее подходящим средством. Привлекательность метода арт-терапии состоит в том, что он использует невербальные способы выражения себя, апеллирует внутренними самоисцеляющими ресурсами, тесно связанными с творческими возможностями ребенка.

Эмоции и чувства, как и другие психические процессы, проходят на протяжении детства сложный путь развития. Поэтому при развитии эмоциональности у детей необходимо учитывать их возрастные особенности. Абрамова Г.С., Божович Л.И. представили динамику развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста следующим образом (таблица 1):

Таблица 1. Динамика развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста

3- 4 года	• Дети испытывают разнообразные переживания. • Дети распознают некоторые эмоции, выражаемые окружающими, эмоционально отзывчивы, чувствительны к отношению взрослых, к себе, нуждаются в эмоциональной поддержке («умница», «ты правильно поступил»). Ребенок как бы «прощупывает» правильность своего поведения через эту оценку и быстро усваивает, что вызвало положительную реакцию, а что – отрицательную. Это формирует у детей первоначальное различие «хорошо — плохо». Средством воспитания положительных эмоций в младшем дошкольном возрасте является сам взрослый, как носитель этих эмоций. • Дети эмоционально откликаются на ситуации, в которые попадают персонажи, дают эмоциональную оценку («хороший», «плохой»). Дают яркий непосредственный эмоциональный отклик на события, содержание сказки, захватывает сюжет. В целом общезоциальное состояние определяет моральную оценку. Эмоции являются мотивами поведения, что объясняет их импульсивность и неустойчивость.
4-5 лет	• Дети начинают осознавать некоторые свои эмоциональные переживания, называют их словами, понимают их причины. • Появляются элементы эмоционального прогнозирования (радость предстоящему празднику, экскурсии); понимают, что другой человек расстроен, огорчен, проявляют готовность посочувствовать, пожалеть, утешить, помочь. • Эмоциональное отношение к героям сказки не только подчиняется моральным оценкам «хороший» или «плохой», но и обосновывается моральными критериями, характерна некоторая сдержанность эмоций (дети могут социальноприемлемо выражать радость, гнев, злость, страх)
5- 6 лет	• Дети испытывают яркие положительные эмоции, если выполняют нравственную норму, правила поведения. • Дети обижаются, если видят обращенные к ним негативные эмоциональные проявления. • Начало произвольной регуляции эмоций (дети подчиняются мотиву «надо» на основе не только требования взрослого, собственной саморегуляции).
6-7 лет	• Дети испытывают богатые и глубокие переживания, разнообразные их проявления, могут объяснить причину грусти, радости, злости, иногда страха. • Дети стремятся строить отношения с учетом эмоций, которые испытывает партнер по общению, понимание такой эмоции как симпатия, ощущение взаимной симпатии приводит к избирательности в отношениях, становлению дружбы и товарищества. • К 7 годам эмоции подвержены произвольной регуляции.

Современные исследователи эмоционального интеллекта сходятся во мнении о том, что эмоциональный интеллект является способностью понимать чувства и эмоциональные состояния себя, людей и окружающих, и управлять ими. На основании этого можно выделить структуру эмоционального интеллекта, предложенную Степановым И.С. и представленную в таблице 2. В структуру эмоционального интеллекта входят: способности понимать и выражать собственные эмоции, эмоции других людей, управлять собственными эмоциями.

Таблица 2. Структура эмоционального интеллекта ребенка старшего дошкольноговозраста

Компонент	Характеристика
Способность понимать и выражать собственные эмоции	Ребенок адекватно выражает свои чувства, мысли и желания, используя речь, жесты, мимику. Способен понимать свои эмоции, настроения, потребности, предпочтения. У ребенка в наличии есть разнообразные

	глубокие переживания, эмоциональная отзывчивости на красоту окружающего мира, результаты деятельности человека. На основании обобщенных эмоциональных представлений появляются предпосылки элементарного предвосхищения последствий своих поступков.
Способность понимать эмоции других людей	Ребенок умеет чувствовать эмоции и настроения других людей, проявлять интерес к их заботам, понимать модальность отношения к нему окружающих, осознавать свое отношение к ним и выбирать соответствующий ситуации способ поведения, замечать изменения настроения окружающих людей и учитывать это в своем поведении, оказывать помощь, проявлять сопереживание неудачам и радость успехам других, уважение, заботу.
Способность управлять собственными эмоциями	Ребенок способен к произвольной регуляции своего поведения, сдерживанию эмоций, может выражать их социально приемлемыми способами, ограничивать свои желания и эмоциональные проявления, если они противоречат правилам поведения, быстро приспосабливаться к меняющимся условиям.

Взаимосвязь всех компонентов эмоционального интеллекта способствует эффективному межличностному взаимодействию. Сензитивным периодом для формирования эмоционального интеллекта является дошкольный возраст. Устойчивое внимание родителей к личностным качествам и свойствам детей, к взаимоотношениям со сверстниками, к культуре их отношений и эмоциональных проявлений укрепляет в сознании дошкольников социальную значимость и важность этой особой сферы – сферы эмоционального отношения к другим людям.

Новизна опыта.

Новизна опыта состоит в оптимальном комбинировании различных методов и средств арт-терапии при построении программы занятий, направленной на развитие эмоционального интеллекта дошкольников, посредством организации сотрудничества и взаимодействия педагога-психолога и музыкального руководителя.

Практическая значимость заключается во включении дошкольников в различные виды арт-терапевтических практик в целях развития эмоционального интеллекта детей в дошкольном учреждении. Представленные развивающие материалы (*Приложение 2.*) могут рассматриваться как эффективное дополнение к комплексным программам, в которых уделяется недостаточное внимание проблеме формирования эмоционального благополучия дошкольников. Ценность реализуемой программы заключается в развитии столь важного феномена в дошкольной психологии – **эмоционального интеллекта дошкольника**. Доказанный факт: эмоциональный интеллект и связанные с ним качества личности способствуют не только нравственному развитию детей, но и их академическим достижениям. Эмоции направляют и организуют восприятие, внимание, память, мышление, пробуждают воображение, стимулируют творческое познание действительности. Данный подход позволяет использовать **развитие эмоций** детей **для развития интеллекта в целом**.

Условия, в которых возможно применение данного опыта.

Опыт может быть использован для развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в процессе организации образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении, а также для обучения родителей и педагогов техникам и приемам развития эмоциональной сферы детей в часы индивидуальных и групповых консультаций.

РАЗДЕЛ II. ТЕХНОЛОГИЯ ОПИСАНИЯ ОПЫТА

Целью данного педагогического опыта является развитие эмоционального интеллекта у воспитанников старшего дошкольного возраста посредством комбинирования различных методов и техник арт-терапии в образовательной работе педагога-психолога и музыкального руководителя.

Достижение планируемых результатов предполагает решение следующих **задач**:

1) Анализ методических источников по проблеме. Изучение теоретических и практических материалов по развитию эмоционального интеллекта дошкольников средствами арт-терапии.

2) Адаптация методов арт-терапии для построения развивающей программы в соответствии с задачами развития эмоционального интеллекта, индивидуальными и возрастными особенностями дошкольников.

3) Создание условий для формирования эмоциональной сферы дошкольников в процессе совместной образовательной деятельности педагога-психолога и музыкального руководителя.

4) Апробация программы развития эмоционального интеллекта среди воспитанников старшего дошкольного возраста в процессе индивидуальных и групповых развивающих занятий, консультирования родителей и педагогов.

5) Анализ результативности педагогического опыта. Разработка практико-ориентированных методических рекомендаций по реализации технологии развития эмоционального интеллекта у дошкольников посредством методов арт-терапии.

Содержание образования и средства достижения цели.

В основу работы по развитию эмоционального интеллекта старших дошкольников была положена программа занятий, строящаяся на использовании групповых принципов работы с дошкольниками, с опорой на арт-терапевтические методы и приёмы.

Основная цель программы состояла в развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста посредством комбинирования методов арт-терапии.

Задачи программы:

- стимулирование интереса ребёнка к эмоциональным переживаниям;
- формирование представлений ребёнка о базовых эмоциях и чувствах;
- развитие готовности ребёнка сотрудничать с другими детьми.

Сроки и этапы реализации программы.

Количество занятий – 18 (количество человек в группе 8 – 10).

Продолжительность занятий – 30 мин, проводимых 1 раз в неделю.

Программа по развитию эмоционального интеллекта дошкольников в соответствии со структурой и содержанием понятия эмоционального интеллекта старших дошкольников состоит из трех блоков.

Важным направлением первого блока «**Я и мой мир**» является формирование у детей навыка адекватного оценивания своих и чужих поступков. Работа по формированию адекватного **самосознания** является залогом понимания ребенком причинно-следственных отношений в поступках и поведении людей.

Для того чтобы научиться правильно оценивать себя, ребенок сначала учится оценивать других людей, на которых он мог смотреть как бы со стороны. А это происходит далеко не сразу. В этот период, оценивая сверстников, ребенок просто повторяет мнения, высказанные о них взрослыми. То же самое происходит и при самооценке («Я хороший, потому что мама так говорит»).

По мере усвоения норм и правил поведения они становятся теми мерками, которыми пользуется ребенок в оценке других людей. Но приложить эти мерки к себе самому оказывается гораздо труднее. Переживания, захватывающие ребенка, толкающие его на те, или иные поступки, заслоняют от него действительный смысл совершенных поступков, не позволяют беспристрастно их оценивать. Такая оценка становится возможной только на основании

сравнения своих поступков, качеств с возможностями, поступками, качествами других. Умением сравнивать себя с другими при правильном психолого-педагогическом подходе, ребенок овладевает к старшему дошкольному возрасту, и это служит основой правильной самооценки.

Содержание блока «**Я в мире других**» помогает детям понять эмоциональный мир людей, осознать, что именно их тревожит и радует. Дети лучше узнают о понятиях эмоции и чувства, об их предназначении. Содержание этого раздела предполагает оказание необходимой помощи каждому ребенку для преодоления его неуверенности в себе, поддержку его положительной самооценки, что также будет способствовать лучшему пониманию других людей и самого себя. Проработка изучаемой темы проводится в творческом направлении.

Развивая эмпатию, уделяли внимание нескольким ее уровням и компонентам: эмоциональному (понимание чувств другого), когнитивному (понимание мыслей другого) и поведенческому (умение и желание облегчить переживания другого своими действиями). Уровень эмпатии повышали в процессе игротерапии, с помощью элементов психогимнастики. Дети пробовали и учились чувствовать и переживать за «другого», тренировались оказаться «на месте другого» и, тем самым, понимали чувства и эмоции окружающих.

Блок «**Самоконтроль**» объединяет в себе самоуправление и социальные навыки. Темы настоящего раздела предполагают обучение детей анализу причин межличностных конфликтов и умению самостоятельно их регулировать, предотвращать ссору; призван специально обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками.

Самоуправление включает в себя саморегуляцию, то есть процесс управления собственными психологическими и физиологическими состояниями, а также поступками. Развитие саморегуляции - одна из центральных линий развития детей. Разнообразие видов деятельности, которые предлагаются в данной программе, объединяет одно - в них формируется важнейшее личностное новообразование старшего дошкольного возраста - произвольная регуляция поведения и деятельности, способность к самоконтролю. При построении каждого занятия программы использовались приёмы и упражнения для формирования навыков саморегуляции, для развития эмоционально-волевой сферы.

Социальные навыки представляют собой широкое понятие, которое, как правило, охватывает любые навыки или поведение, затрагивающие других людей или оказывающие воздействие на других людей. Если рассматривать социальные навыки с такой точки зрения, становится понятным, насколько большим значением может обладать их неполноценное развитие.

В качестве элементарных социальных навыков детей дошкольного возраста мы рассматривали:

- навык установления контактов со сверстниками и способность их поддерживать;
- умение принимать участие в коллективных делах, принимать и оказывать помощь;
- умение согласовывать и координировать свои действия и мнения с действиями и мнениями сверстников.
- умение договариваться со сверстниками в конфликтной ситуации.

Таблица 3. Ориентировочная структура каждого занятия:

Этап занятия	Назначение	Комментарии
Приветствие	Создание атмосферы группового доверия и принятия.	Коллективное упражнение, направленное на сплочение группы. Дается ведущим или придумывается детьми.
Разминка – воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности	Настройка на продуктивную деятельность. Активизация детей или снятие чрезмерного эмоционального возбуждения.	Выполняет функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы.

Основное содержание занятия – совокупность арт-терапевтических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (сказкотерапия, изотерапия, игротерапия, музыкатерапия, песочная терапия, проигрывание ситуаций, групповая дискуссия)	<u>Блок «Я и мой мир»</u> направлен на анализ и развитие понимания собственных эмоций. <u>Блок «Я в мире других»</u> направлен на развитие эмпатии, способности понимать и распознавать эмоции других людей. <u>Блок «Самоконтроль»</u> направлен на развитие навыков управления собственными эмоциями.	Приоритет отдается многофункциональным техникам. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике. Упражнения располагаются в порядке от сложного к простому (с учетом утомления детей).
Рефлексия – оценка занятия (беседа)	Подведение итогов занятия, закрепление в беседе нового опыта.	Дается две оценки: эмоциональная (понравилось — не понравилось, было хорошо — было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).

В соответствии с поставленными целями и задачами педагогической деятельности в рамках представляемого опыта используются разнообразные формы, методы и средства:

- игротерапия (сюжетно-ролевые, коммуникативные и т.д.). Взаимосвязь между игрой и эмоциональным состоянием детей выступает в двух планах, становление и совершенствование игровой деятельности влияет на возникновение и развитие эмоций, а сформировавшиеся эмоции влияют на развитие игры определённого содержания.

- арт-терапия – представляет собой методику лечения при помощи художественного творчества. В частности: музыкатерапия; рисование песком («Sand-art»); изотерапия (рисование на стекле, или прозрачном мольберте, монотипия, кляксография, рисование пальчиками, ладошками и др.); цветотерапия; танцевально-двигательная терапия (психотерапия посредством движения и танца).

- психогимнастика – один из невербальных методов, который предполагает выражение эмоционального состояния, эмоциональных проблем с помощью движения, мимики, жестов (этюды, мимика, пантомимика).

- использование наглядных пособий (фотографии, рисунки, схемы и т.д.).

- накопление эмоционального опыта, понимание эмоций, умение регулировать свои эмоции (большую роль играют: чтение художественной литературы, прослушивание музыкальных произведений, дидактические и творческие игры).

Краткое содержание занятий программы можно представить в виде тематического плана.:

Блок «Я и мой мир»

1. Давайте познакомимся!
2. Тайна моего «Я».
3. Как хорошо, что «Я» есть!
4. Танец моего тела.
5. Цвет и музыка моего настроения.

Блок «Я в мире других»

6. Моя семья.
7. Я и мои друзья.
8. В мире животных.
9. Сказочный мир.
10. Ожившие маски.

11. Краски настроения в природе.

Блок «Самоконтроль»

12. «Ахи страхи!» Стоит ли бояться?

13. Когда мне грустно...

14. Путешествие в царство дракона (Гнев)

15. Чтоб не обижаться, нужно расслабляться (Обида)

16. Творю я, чувствуя другого

17. Дружба начинается с улыбки (Радость)

18. Зазеркалье чудес. Учимся общаться без слов

Работу над развитием эмоционального интеллекта у дошкольников необходимо проводить в тесном сотрудничестве с родителями своих воспитанников. Педагоги и родители должны «делать одно дело» - создавать для ребёнка благоприятную, эмоциональную атмосферу, считать его полноправным членом общества, уважать, прислушиваться к его мнению.

Дети должны постоянно чувствовать, что родителей тревожат не только их успехи в приобретении различных навыков и умений. Устойчивое внимание родителей к личностным качествам и свойствам детей, к взаимоотношениям со сверстниками, к культуре их отношений и эмоциональных проявлений укрепляет в сознании дошкольников социальную значимость и важность этой особой сферы – сферы эмоционального отношения к другим людям.

В работе с родителями по развитию эмоционального интеллекта использовались следующие формы:

- информационные стенды;
- консультации психолога, психологические тренинги;
- беседы;
- групповые родительские собрания, совместные досуговые праздники и прогулки, участие родителей в проектах;
- организация выставок поделок и работ, сделанных родителями совместно с детьми.

Организованная педагогическая работа с детьми и их родителями способствовала обогащению эмоционального опыта детей и значительно смягчала недостатки в их личностном развитии.

РАЗДЕЛ III. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ РАБОТЫ

Определение характера динамики развития показателей эмоционального интеллекта у старших дошкольников осуществлялось за счет мониторингового исследования (вторичной диагностики). Выбор методик опирался на основные положения теоретической базы опыта.

Диагностические методики, используемые для измерения показателей развития эмоционального интеллекта, представлены в таблице 5.:

Таблица 5. Диагностические методики.

Диагностические критерии		Используемые методики
Когнитивный компонент	Дифференциация и адекватная интерпретация эмоциональных состояний других людей	Методика изучения понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина)
Эмоциональный компонент	Выразительность передачи эмоции в речи, мимике, пантомимике	Методики диагностики понимания своих эмоциональных состояний и выражения эмоций (Минаева В.М.)
	Степень готовности ребенка учитывать эмоциональные состояния другого человека, сопереживать, заботиться о нём	Опросник «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» (А.М. Щетинина)
Деятельностный компонент	Способность эффективно контролировать свои эмоции, адекватное проявление эмоционального состояния в практической ситуации борьбы мотивов	Методика изучения эмоционально-волевой саморегуляции у детей 4-7 лет

Выразительность передачи эмоции в речи, мимике, пантомимике у дошкольников оценивалась с помощью методики диагностики понимания своих эмоциональных состояний и выражения эмоций. Распределение воспитанников осуществлялось в соответствии со шкалой: высокий, средний, низкий уровень. Представленные результаты обследования свидетельствуют о положительной динамике развития отслеживаемых показателей (рис. 1, рис. 2, рис 3).

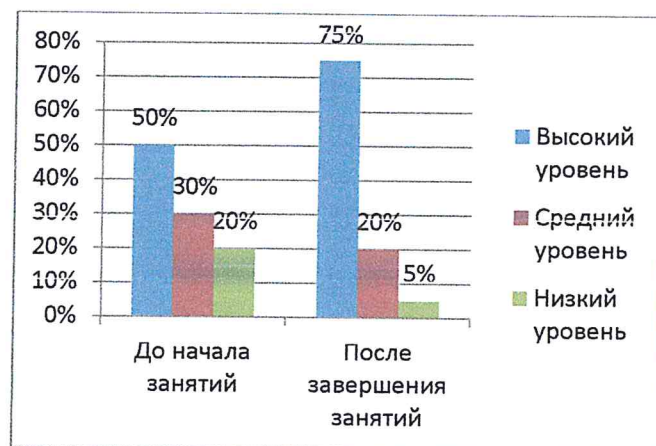


Рис.1. Динамика проявления понимания своих эмоциональных состояний и выражения эмоций в мимике и пантомимике

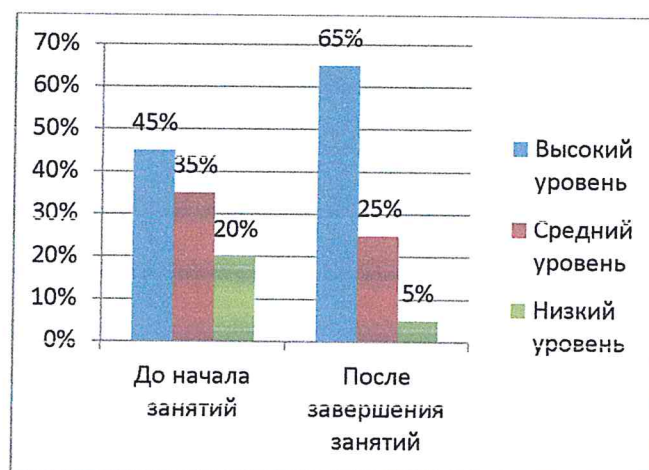


Рис.2. Оценка уровня использования речевых средств при демонстрации заданных эмоций

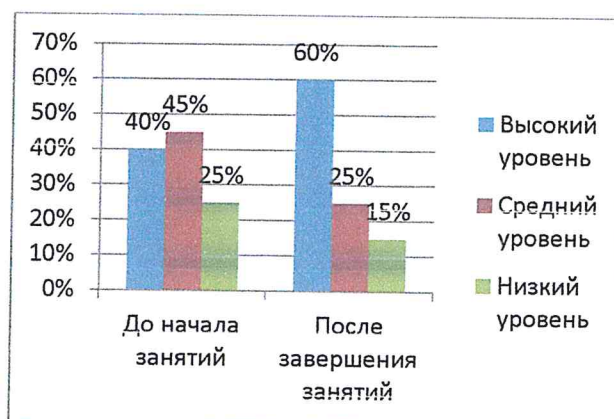


Рис.3. Оценка уровня использования речевых средств при описывании своих эмоций

С целью определения формы эмпатии старших дошкольников применялся опросник для педагогов А. М. Щетининой «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» и методика изучения понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке Г.А. Урунтаевой, Ю.А. Афонькиной.

Анализ полученных данных позволил нам сделать вывод о наличии взаимосвязи между уровнем понимания детьми эмоций других людей и формой проявления эмпатии по отношению к сверстникам. На начальном этапе у дошкольников с высоким уровнем понимания эмоций (50%), доминировала гуманистическая форма эмпатии (45%) или смешанный тип эмпатии (35%), как промежуточный при переходе от эгоцентрической к гуманистической форме эмпатии (рис.4, рис. 5). У детей с низким уровнем понимания эмоций (20 %) не выявлена гуманистическая форма эмпатии. У них развитие эмпатии шло по типу эгоцентрической. Воспитанники испытывали затруднения в понимании отрицательных эмоций и ситуаций их возникновения, был выражен агрессивный эмоциональный фон настроения. По итогам вторичной диагностики процент воспитанников с эгоцентрической формой эмпатии снизился на 15%.



Рис. 4. Оценка уровня понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке



Рис.5. Характер проявления эмпатических реакций и поведения у детей старшего дошкольного возраста

На рис. 6. можно увидеть положительную динамику в развитии эмоционально-волевой саморегуляции у детей после реализации программы.



Рис.6. Динамика развития эмоционально-волевой сферы старших дошкольников

Экспериментально была подтверждена эффективность развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста посредством комбинирования различных методов и техник арт-терапии. Приемы арт-терапии в структуре разработанной программы позволили направить развитие воспитанников на расширение представлений об эмоциях, развить спонтанность, самовыражение; откорректировать негативные эмоциональные состояния. Гармоничное сочетание методов и арт-терапевтических упражнений дало положительные результаты и представляет интерес для дальнейшего научно-практического исследования.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопр. психол. 2006. № 3. С. 78-86.
2. Афонькина Ю.А. Диагностика эмоционального интеллекта у дошкольников//Детский сад. Теория и практика №4 2014 с. 6-17.
3. Вайсбах Х., Дакс У. Эмоциональный интеллект. Душа и тело. Пер. с нем. – М.:Лик Пресс, 1998. – 160с.
4. Волков Б.С., Волкова Н.В. Учим общаться детей 3-7 лет. Методическое пособие.-М.:ТЦ Сфера, 2014.
5. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: почему он может значить больше, чем IQ/перевод с английского А.П. Исаевой. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013
6. Епанчинцева О.Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста/О.Ю Епанчинцева.- СПб.:Детство-Пресс,2006
7. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: в 2 т. Т. 1:Психическое развитие ребенка/Под редакцией В.В.Давыдова, В.П. Зинченко. М.: Педагогика, 1986.
8. Зубачевская Н.А. Развитие эмоционального интеллекта средствами музыки//Детский сад. Теория и практика.2014 № 4. С.58-65
9. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии/Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко.- СПб.:Речь, 2010
10. Изотова Е. И., Никифорова Е. В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика: Учеб. пособие для студ. вузов. – М.: «Академия», 2004.
11. Каплунова И., И. Новоскольцева Музыка и чудеса. Музыкально-двигательные фантазии. – СПб, «Композитор», 2002 г.
12. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. М.:Когито-Центр, 2010.
13. Ленкина В. О., Огир А. А., Вартанян О. В., Борохович Л. Ю. Способы развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста // Молодой ученый. — 2017. — №13. — С. 569-571.
14. Медведева Е.А., И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учебник для вузов / - М.: Академия, 2001. – 248 с.
15. Мухина В.С. Детская психология: учебник для студентов пед. Институтов /Под редакцией Л.А. Венгера М.:Просвещение,1985
16. Нгуен Минь Ань. Развитие эмоционального интеллекта//Ребенок в детском саду. 2007. № 5. с 80-87
17. Нефёдова Л.К., Новикова Е.Б.. Импровизация в развитии детского интеллекта//Детский сад. Теория и практика.2014 № 4. С.46
18. Осипова А. А. Общая психокоррекция. учебное пособие. – М.: Сфера, 2007. – 512 с.
19. Паршина Т.Б., Корнеева Т.П., Лупанова Е.В. и др. Использование арт-терапевтических средств в работе с дошкольниками: Методическое пособие .:- Пенза, 2014. – 62 с.
20. Прусакова О.А., Сергиенко Е.А. Понимание эмоций детьми дошкольного возраста // Вопр. психол.. 2006. № 4 С. 24-35
21. Рыбакова С.Г. Арт-терапия для детей с задержкой психического развития: Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2007.
22. Разноцветное детство: игротерапия, сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия/под ред. Е.В. свистуновой. – М.: Форум, 2016.- 192 с.
23. 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
24. Урунтаева Г. А. Диагностика психологических особенностей дошкольника. – М.: Академия, 1996 . – 96 с.
25. Щербакова Н.А. Музыкальный сундучок: пособие для работников дошкольного образовательного учреждения .- М.: Обруч. 2012. – 80с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение № 1 – Диагностические методики.

Приложение № 2 - Игры и упражнения для построения программы занятий.

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ

1. МЕТОДИКА «ИЗУЧЕНИЕ ПОНИМАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ЛЮДЕЙ, ИЗОБРАЖЁННЫХ НА КАРТИНКЕ» (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина)

Цель: изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке.

Подготовка исследования. Подобрать картинки (фотографии), с изображением детей и взрослых, у которых ярко выражено, эмоциональное состояние как основных эмоций (радость, страх, гнев, горе), так и их оттенков, сюжетные картинки с изображением положительных и отрицательных поступков детей и взрослых.

Проведение исследования. Индивидуально с детьми 3-7 лет проводится 2 серии.

Первая серия. Ребенку последовательно показывают картинки детей и взрослых и спрашивают: «Кто изображен на картинке? Что он делает? Как он себя чувствует? Как ты догадался об этом? Опиши картинку».



Вторая серия. Ребенку последовательно показывают сюжетные картинки и задают вопросы: «Что делают дети (взрослые)? Как они это делают (дружно, ссорятся, не обращают внимания друг на друга и т.д.)? Как ты догадался? Кому из них хорошо, а кому плохо? Как ты догадался?»



Обработка данных

Подсчитывают число верных ответов в разных возрастных группах отдельно по каждой серии и по каждой картинке. Выявляют, доступно ли детям понимание эмоциональных состояний взрослых и сверстников, на какие признаки они опираются, кого лучше понимают: взрослого или сверстника. Определяют зависимость этих показателей от возраста детей.

2. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ РЕБЕНКА (Минаева В.М.)

Предложенные задания позволят исследовать эмоциональное развитие детей 5-7 лет (в пределах обозначенных эмоций), а также определенные изменения (если после проведения игровых и познавательных занятий еще раз выполнить с детьми эти же задания).

Наличие у детей во время выполнения заданий и последующей работы большой степени замкнутости, резкой смены настроений, частых вспышек раздражения, гнева требует особого подхода и внимания к ним.

ЗАДАНИЕ 1. Изучение особенностей использования детьми мимики и пантомимики при демонстрации заданной эмоции. (Проводится индивидуально, в двух сериях.)

Первая серия. Ребенку предлагают продемонстрировать веселого, печального, испуганного, сердитого, удивленного мальчика (девочку). Каждое эмоциональное состояние называют по мере выполнения.

Выразительное средство, используемое ребенком при демонстрации указанного эмоционального состояния, обозначают знаком "+" в соответствующей графе таблицы 1.

Таблица 1

Ф.И. ребенка	Веселый		Печальный		Испуганный		Сердитый		Удивленный	
	М	П	М	П	М	П	М	П	М	П

М — мимика, П — пантомимика.

Вторая серия. Ребенку предлагают назвать и изобразить героя сказки или мультфильма, который был веселым, грустным, испуганным, сердитым, удивленным. Эмоциональное состояние героя называют по мере выполнения задания или отказа от выполнения предыдущего.

В таблицу 2 записывают, какой персонаж выбрал ребенок. Знаком "+" обозначают используемое ребенком выразительное средство во время изображения предъявленного героя.



Таблица 2

Ф.И. ребенка	Веселый			Печальный			Испуганный			Сердитый			Удивленный		
	Пр	М	П	Пр	М	П	Пр	М	П	Пр	М	П	Пр	М	П

М — мимика, П — пантомимика, Пр — персонаж.

Обработка **данных**. Анализируют использование детьми выразительных средств при показе каждого эмоционального состояния. Сравнивают результаты первой и второй серии исследования.

ЗАДАНИЕ 2.

Изучение выразительности речи. (Проводится индивидуально.)

Ребенку предлагают произнести фразу "У меня есть собака" радостно, грустно, испуганно, сердито, удивленно. Адекватно переданную эмоцию обозначают знаком "+" в соответствующей графе таблицы 3.

Таблица 3

Ф.И. ребенка	Радость	Грусть	Страх	Гнев	Удивление

Обработка **данных**. Делают сравнительный анализ выразительности речи у детей при передачи разных эмоциональных состояний

ЗАДАНИЕ 3.

Изучение восприятия детьми графического изображения эмоций. (Проводится индивидуально.)

Ребенку предлагают карточки с графическим изображением радости, горя, страха, гнева, удивления. Предъявляют их по одной с вопросом: "Какое это лицо?" Обработка **данных**. Выясняют, как воспринимают дети графические изображения эмоциональных состояний. Сравнивают графические изображения по сложности восприятия их детьми.

Таблица 4

Ф.И. ребенка	Радость	Грусть	Страх	Гнев	Удивление

ЗАДАНИЕ 4.

Изучение понимания детьми эмоциональных состояний людей. (Проводится индивидуально, в двух сериях.)

Первая серия. Ребенку предлагают ответить на вопросы:

- Когда бывает интересно?
- Когда человек удивляется?
- Когда человек получает удовольствие?
- Когда бывает стыдно?
- Когда бывает страшно?
- Когда человек злится?

- Когда бывает радостно?
- Когда у человека горе?

Каждый следующий вопрос задают после ответа ребенка на предыдущий. Ответы заносятся в таблицу 4.

Таблица 5

Ф.И. ребенка	Ответы ребенка

Вторая серия. Ребенку предлагают ответить на вопросы:

- Как ты думаешь, почему детям больше нравятся книги с картинками?
- Что произойдет с человеком, если он увидит на березе груши?
- Что ты чувствуешь, когда ешь любимую конфету?
- Как ты думаешь, почему покраснела девочка, когда ей сделали замечание?
- Что чувствует кошка, когда за ней гонится собака?
- Что чувствует собака, когда другая собака утащила у нее кость?
- Что почувствует мальчик, если ему подарят "Денди"?
- Что почувствует человек, если у него пропадет любимая собака?

Каждый следующий вопрос задают после ответа ребенка на предыдущий. Ответы заносятся в таблицу 6.

Таблица 6

Ф.И. ребенка	Ответы ребенка

Обработка данных. Оценивают соответствие ответов детей заданным вопросам. Сравнивают понимание детьми эмоционального состояния людей в ситуациях, обозначенных в вопросах первой и второй серии исследования.

ЗАДАНИЕ 5.

Изучение понимания детьми своего эмоционального состояния. (Проводится индивидуально или группой в течение нескольких дней. За один раз дети рисуют две-три эмоции.)

Детям предлагают вспомнить и нарисовать ситуацию, когда они испытывали интерес, удивление, удовольствие, стыд, страх, злобу, горе, радость.

Обработка данных. Оценивают содержательную сторону детских работ, расположение изображения на листе бумаги, величину изображения, использование цвета.

3. Методика «Изучение эмоционально-волевой саморегуляции у детей 4-7 лет»

Цель: изучить особенности эмоционально-волевой саморегуляции в ситуации борьбы мотивов как показателя эмоционального интеллекта у детей 4-7 лет.

Материал: настольная игра, цветные счетные палочки (по 10 штук пяти основных цветов).

Ход обследования. Ребенку дают задание разложить по цвету счетные палочки, объясняя, что малыши играли, перепутали и очень просят им помочь. Когда ребенок приступает к выполнению задания, взрослый достает настольную игру и начинает её рассматривать, комментируя свои действия вслух: «Какая хорошая игра!... Совсем новая!... Как в неё интересно играть!... » и т.п. Если ребенок отвлекается от выполнения задания, взрослый создает ситуацию борьбы мотивов, например: «Ты конечно можешь играть, если хочешь... Но малыши так ждут от тебя помощи... Они очень расстроятся, если ты им не поможешь...» и т.д.

Данные заполняются в диагностическую карту оценки эмоционально-волевой саморегуляции.

Таблица 7

Сфера проявления	ФИ детей, возраст								Примечания	Средний балл
Поведение										
Речь										
Эмоции										
Всего баллов										
Уровень										

Бальная шкала оценки эмоционально-волевой саморегуляции.

Поведение:

- выполняет задание без значительных отвлечений, доводит до завершения-3 балла;
- отвлекается, но возвращается к выполнению задания, завершая его- 2 балла;
- требуется помощь взрослого для завершения задания или работа формально завершена, выполнена небрежно-1 балл;
- не выполняет задание, переходит к игре-0 баллов.

Речь:

- речь является средством саморегуляции, обращена к себе, может включать вопросы к взрослому по поводу организации деятельности, выполнения задания, оценки правильности поступков-3 балла;
- речь преимущественно является средством психологической защиты: в речи ребенок пытается оправдать свои действия- 2 балла;
- речь выражает спонтанные эмоции- 1 балл;
- речевая активность не выражена- 0 баллов.

Эмоции:

- переживается борьба мотивов, по завершении её устанавливается ровный, положительный эмоциональный фон - 3 балла;
- эмоции нестабильные, амбивалентные, но негативные переживания проявляются неярко- 2 балла;
- амбивалентность эмоций проявляется интенсивно-1 балл;
- негативные эмоции проявляются бурно, характерны протестные реакции- 0 баллов.

На основании данных диагностической карты заполняются сводныетаблицы.

Сводная таблица оценки эмоционально-волевой саморегуляции (в баллах)
Таблица 8

Поведение	Речь	Эмоции	Всего баллов

Сводная таблица распределения детей по уровням эмоционально-волевой саморегуляции (в %)

Таблица 9

Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень

Шкала оценки уровня эмоционально-волевой саморегуляции:

высокий уровень- 9-7 баллов;

средний уровень- 6-4 балла;

низкий уровень - 3-0 баллов.

4. Опросник «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей»

Автор А.М. Щетинина

Цель: выявить характер проявления эмпатических реакций и поведения у детей.

Таблица 10

Проявление эмпатических реакций и поведения	Часто	Иногда	Никогда
Проявляет интерес к эмоциональному поведению других.			
Спокойно издали смотрит в сторону ребенка, переживающего какое-либо состояние.			
Подходит к переживающему ребенку, спокойно смотрит на него.			
Пытается привлечь внимание взрослого к эмоциональному состоянию другого.			
Ярко, эмоционально реагирует на состояние другого, заражается им.			
Реагирует на переживания другого, говоря при этом: «А я не плачу», «А у меня тоже», «А мне тоже..?»			
«Изображает» сочувствие, глядя при этом на взрослого, ожидает похвалы, поддержки.			
Сообщает взрослому, как он пожалел, помог другому.			
Предлагает переживающему эмоциональное состояние ребенку что-либо (игрушку, конфетку и пр.)			
Встает рядом с ребенком, беспомощно смотрит на него, на взрослого.			
Проявляет сочувствие только по просьбе взрослого (успокаивает, обнимает, гладит и пр.).			

Активно включается в ситуацию, по собственной инициативе помогает, гладит, обнимает и пр., т.е. производит успокаивающие действия.			
--	--	--	--

Обработка полученных результатов

Количественная:

1. если ребенок часто ведет себя адекватно поведению, означенному в пунктах 1, 5, 9, 12, то за каждое из этих проявлений он получает 6 баллов, что в сумме будет составлять 24 балла;
2. если подобные формы поведения он обнаруживает лишь иногда, то ему присваивается за каждую по 5 баллов;
3. если форма поведения ребенка часто адекватна означенным в пунктах 4, 6, 7, 8, то за них он получает по 4 балла;
4. если проявление данных форм поведения (4, 6, 7, 8) наблюдается у ребенка лишь иногда, то он получает за них 3 балла;
5. если поведение ребенка часто соответствует описанным в пунктах 2, 3, 10, 11, то ставится по 2 балла;
6. если ребенок никогда не проявляет указанного поведения, то ставим 0 баллов.

Качественная интерпретация данных

Если ребенок проявляет интерес к состоянию другого, ярко эмоционально на него реагирует и идентифицируется с ним, активно включается в ситуацию, пытается помочь, успокоить другого, то это может интерпретироваться как проявление ребенком гуманистической формы (высокой) проявления эмпатии. К детям с гуманистическим типом эмпатии относятся те, кто набрал от 20 до 24 баллов.

В том случае, когда ребенок пытается отвлечь внимание взрослого на себя, эмоционально реагирует на переживания другого, но при этом говорит: «А я не плачу никогда...» и т.п., если ребенок, стремясь получить похвалу, одобрение взрослого, лишь изображает сочувствие, сопереживание другому, то все эти показатели рассматриваются как проявление эгоцентрической эмпатии. Эгоцентрическую эмпатию проявляют дети, набравшие от 12 до 16 баллов.

Дети, не проявляющие интереса к эмоциональному состоянию других, слабо реагирующие на их переживания и совершающие эмпатийные действия лишь по побуждению взрослого, могут быть отнесены к низкому уровню развития эмпатии. Это дети, которые получают от 1 до 8 баллов.

Дети с количеством баллов от 17 до 19 могут быть отнесены к проявляющим смешанный тип эмпатии.

Если же балл ребенка колеблется в пределах 11, то можно предположить, что развитие эмпатии у него идет по типу эгоцентрической.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ЗАНЯТИЙ ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

«Ласковое имя»

Цель: Создать благоприятную атмосферу в группе.

Дети садятся в круг вместе с педагогом. Педагог спрашивает имя ребенка, затем просит всех детей хором назвать его ласково. Если дети не могут придумать.

«Волшебный клубочек»

Цель: Создать условия для ознакомления, установления контакта друг с другом.

Материалы: Клубок или мячик, символизирующий «волшебный клубочек».

Дети садятся в круг вместе с ведущим. Педагог обращается к детям: «У меня в руках клубочек. Сейчас мы будем передавать его по кругу, и каждый, у кого он окажется, будет называть свое имя и рассказывать нам о том, что он любит делать больше всего на природе (в лесу, на речке, на полянке, в парке)». Каждый из детей по очереди рассказывает о своих предпочтениях.

«Давайте поздороваемся»

Цель: Способствовать снижению мышечного напряжения, формировать умение быстро переключать внимание.

Музыка: «Полька», «Венский вальс», «Марш» И. Штраус

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:

1) под музыку марша — здороваемся за руку; 2) под музыку польки — здороваемся плечиками; 3) под музыку вальса — здороваемся спинками.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

«Игра с именами»

Цель: Закрепить в памяти имена участников занятий, развивать доверительные и дружеские отношения между детьми.

Материалы: Мяч, фоновая музыка

Педагог бросает мяч ребенку, а тот, поймав мяч, пропевает свое имя, которым хочет, чтобы его называли. После того как все дети пропели свои имена, мяч бросает кто-либо из детей, стараясь придумать вариант уменьшительно-ласкательного имени ребенка, которому бросает мяч.

Упражнения с элементами арт - терапии

История из жизни цветов

Цели: развитие сенсорных способностей; развитие воображения.

Возраст: дошкольный; младший школьный.

Материалы: бумага формата А4; акварельные краски; кисточки; фотографии неба, солнца, моря, цветов, деревьев.

Описание упражнения:

«Сегодня я расскажу тебе одну интересную историю из жизни цветов. Но для начала давай с тобой вспомним, а какие цвета бывают. Я назову первый, а ты будешь продолжать, договорились? Итак, красный...»

Когда различные цвета будут названы, начинайте рассказывать историю.

«Жили-были два цвета: Жёлтый и Синий. Они не были знакомы друг с другом, и каждый считал себя самым нужным, самым красивым, самым-самым лучшим цветом! Но как-то они случайно встретились...Ой, что тут тогда началось! Каждый отчаянно пытался доказать, что именно он лучший!

Жёлтый говорил:

- Посмотри на меня! Посмотри, какой я яркий, лучистый! Я цвет солнца! Я цвет песка в летний день! Я цвет, который приносит радость и тепло!

Синий же отвечал:

- Ну, и что! А я цвет неба! Я цвет морей и океанов! Я цвет, который дарит покой!

- Нет! Всё равно я самый лучший! – спорил Жёлтый.

- Нет, лучший это я! – не сдавался Синий.

И так они спорили и спорили...Спорили и спорили...

Пока не услышал их пролетающий мимо ветер! Тогда он ка-а-ак дунул! Всё кругом закружилось, перемешалось! Перемешались и эти два спорщика...Жёлтый цвет и Синий....

А, когда ветер стих, то Жёлтый и Синий увидели рядом с собой ещё один цвет – Зелёный! А тот смотрел на них и улыбался. - Друзья! – обратился он к ним. - Посмотрите, благодаря вам появился я! Цвет лугов! Цвет деревьев! Это настоящее чудо!

Жёлтый и Синий задумались на минутку, а потом улыбнулись в ответ.

- Да, ты прав! Это же действительно чудо! И мы не будем больше ссориться! Ведь каждый действительно красив и необходим по-своему! И есть небо и солнце, моря и луга, радость и умиротворение! Благодаря нам всем мир становится ярким, интересным и разноцветным!

И взявшись втроём за руки, они весело рассмеялись! Так им стало хорошо!»

После этого предложите ребёнку вместе сотворить чудо. Для этого возьмите один альбомный лист, краски и две кисточки. Спросите ребёнка: а каким цветом ты хотел бы сейчас рисовать - жёлтым или синим? После того как он выберет цвет, скажите:

«Отлично! Ты выбрал свой цвет, и будешь рисовать им. А я буду рисовать тем цветом, который остался. И вместе с тобой мы сотворим чудо! Ты помнишь, как получилось чудо в истории, которую я тебе рассказала? Да, правильно, там перемешались друг с другом два цвета: жёлтый и синий. И получился зелёный! Так и мы сейчас с тобой попробуем это сделать!

Для этого ты начинай рисовать своим цветом с одного края листа, и тихонько продвигаться к середине. А я буду рисовать с другого края. А когда мы с тобой встретимся – то и получится чудо!»

Когда «чудо» произошло, и получился зелёный цвет:

- спросите ребёнка, сколько теперь всего цветов на листке бумаги;
- спросите из-за чего спорили жёлтый и синий цвет;
- почему потом они решили больше не ссориться;
- проговорите ещё раз, что понадобилось сделать для получения зелёного цвета;
- предложите поэкспериментировать со смешением других красок;
- нарисуйте общую картину, на которой бы присутствовали все найденные вами цвета.

Придумайте ей название. Отметьте, как действительно здорово, что наш мир такой разноцветный, и всё в нём хорошо по-своему. Как важно жить дружно.

Примечание: Будет в особенности хорошо, если рассказывая историю, вы будете ещё и показывать ребёнку фотографии или картинки соответствующей тематики. Допустим, когда идёт спор между жёлтым и синим, то покажите ребёнку фотографии неба, солнца, песка, моря и т.д. Когда появится зелёный, то покажите луга, различные растения. А в конце повествования покажите фотографии, на которой бы ребёнок смог увидеть, как все эти цвета сочетаются друг с другом.

Карта моего внутреннего мира

Цели: формирование представлений о себе; осознание и выражение своих чувств; эмоциональное сближение ребёнка и родителей.

Возраст: школьный

Материалы: бумага разного формата; краски, кисточки; набор карандашей/фломастеров/мелков; различные географические карты.

Описание упражнения:

Покажите ребёнку различные географические карты.

«Перед тобой лежат различные географические карты. Как ты видишь, они нам могут рассказать о том, как располагаются материки, океаны, моря, горы; об особенностях природы; об устройстве и развитии городов; о различных народах. На карте находит отражение всё то, что смогли открыть и изучить люди. Хотя когда-то наша Земля была совсем неизведанной, люди мало чего знали о том, что их окружает.

Но всё это мир внешний. А есть ещё особый мир. Мир внутренний. У каждого человека он свой – удивительный, неповторимый, и где-то неизведанный.

Так давай с тобой создадим карты нашего внутреннего мира. Они будут похожи на карты, которые мы сегодня рассматривали, только все названия на них будут у нас особенные. Например, «океан любви», или «гора смелости». Обозначим сначала то, что уже открыли в себе, знаем. И оставим место для наших дальнейших открытий»

Когда карты будут готовы – устройте по ним «экскурсии» друг для друга.

При просмотре уделите внимание:

- что преобладает на ваших картах: какие чувства, состояния, цветовая гамма;
- какой был выбран «маршрут» продвижения по карте, с какого места началось путешествие и на каком закончилась;
- какие области были оставлены для дальнейших открытий; какие хотелось бы открытия сделать;
- спросите ребёнка, что ему было сложнее всего изобразить, а так же поделитесь и своими трудностями, если таковые были.
- по завершению экскурсии поинтересуйтесь, а всё ли получилось из того, что было запланировано? Хотелось бы что-то изменить? Что больше всего понравилось в своей карте, и карте другого? Чем ваши карты похожи, а чем отличаются?

Примечание: Постарайтесь, что бы работа с картами продолжалась и в последующие дни. Пусть для этого они остаются на виду, что бы всегда можно было что-то дополнить, изменить. Будет хорошо, если вы периодически вновь будете проводить «экскурсии» друг для друга и уделять внимание тому, что изменилось в восприятии карты.

Конверты радости и огорчений

Цели: развитие умений открыто выражать свои чувства по отношению к различным жизненным ситуациям, снятие напряжения, эмоциональное сближение ребёнка и родителей.

Возраст: старший дошкольный; школьный

Материалы: почтовые конверты, бумага разного формата; цветной/белый картон; краски, набор карандашей/фломастеров/мелков; ножницы, клей.

Описание упражнения:

«За целый день успевает произойти масса разных событий – что-то нас веселит, что-то нас удивляет, что-то нас радует, а что-то нас и огорчает. Давай с тобой сделаем конвертики, в которых сможем собирать всё то, что запомнилось за день. В один из них мы будем собирать свои радости, а в другой будем прятать огорчения».

Теперь предложите ребёнку изготовить конверты. Для этого можно использовать как обычные почтовые конверты (которые затем можно разрисовать, сделать на них какую-либо аппликацию), так и изготовить самостоятельно. Для этого можно придумать свою форму, выбрать сам материал (альбомные листы, белый/цветной картон, фольгу и т.д.)

Когда конверт радости и конверт огорчений будет готовы – начинайте их заполнять.

Возьмите небольшие бумажки и попросить ребёнка написать на них, или нарисовать то, что обрадовало его, а что огорчило. И распределите это по соответствующим конвертам. Затем предложите ему с помощью рук изобразить весы.

Пусть он положит один конверт на правую ладонь, а другой на левую. Как он считает, что перевешивает? Радость? Отлично, скажите, что завтра, когда мы вновь будем заполнять

наши конвертики – её, наверно, станет ещё больше! Перевешивают огорчения? Скажите, что, конечно, это грустно. Но ведь мы их убрали в конверт, они больше не в тебе – а вот в этом конверте. А значит, они потеряли власть над тобой. А завтра мы вновь продолжим заполнять наши конвертики, и ещё посмотрим – кто ж перевесит!

В процессе заполнения конвертов можно с ребёнком периодически пересматривать их содержимое, что-то обсуждать, убирать или добавлять. Пусть ребёнок сам решит как долго он будет «вести» такие конверты. Когда он захочет прекратить – проведите «полную ревизию» содержимого. Потом предложите конверт с накопившимися радостями хранить в надёжном месте, что б всегда была возможность пересматривать его, если вдруг будет грустно. А вот с конвертом огорчений предложите «расправиться». Пусть ребёнок придумает способ, как огорчения навсегда уйдут из его жизни (скажем, конверт можно разорвать и затоптать; можно разрезать, или опустить в воду, и ждать пока размокнет и т.д.)

Примечание: Хорошо, когда всё, что ребёнок складывает в конверты, проговаривается вместе с родителями. Родителям это даёт дополнительную возможность лучше узнать своего ребёнка, быть в курсе того, что его заботит в данный момент; Но случается и так, что ребёнок отказывается писать или рисовать то, что его огорчило. Возможно, что причиной этого является нежелание что-то «рассекретить». Не настаивайте. Значит пока он к этому не готов. Успокойте его, скажите, что вам это необязательно показывать. Или предложите ему вместо того, что б писать или рисовать огорчения – сказать их шёпотом в сам конверт. А вы отвернётесь или не на долго выйдете из комнаты. В полнее вероятно, что потом ребёнок сам захочет поделиться с вами тем, что спрятал в конверт.

Котелок отличного настроения

Цели: развитие воображения; повышение уверенности в себе.

Возраст: дошкольный; младший школьный

Материалы: бумага разного формата; цветной/белый картон; краски; набор карандашей, фломастеров, мелков; ножницы, клей, пластилин.

Описание упражнения:

«Сегодня мы с тобой побудем настоящими волшебниками, и сварим отличное настроение! Да-да, именно его! А знаешь как? Для этого у нас с тобой есть волшебный рецепт!

Сегодня мы будем варить настроенье.

Положим чуть-чуть озорного веселья,

100 грамм баловства,

200 грамм доброй шутки

И станем все это варить 3 минутки.

Затем мы добавим небес синевы

И солнечных зайчиков пару.

Положим еще свои лучшие сны

И ласковый голос мамы.

Теперь мы это перемешаем!

Заглянем под крышку...

А там у нас у нас не варенье!

Там наше отличное настроение!

Итак, что же нам потребуется? Озорное веселье, баловство, шутки, небес синева, солнечные зайчики, лучшие сны и голос мамы.

Ты готова приступить к волшебству? Да? Тогда начинаем!»

Выберите вместе с ребёнком какую-нибудь красивую кастрюльку.

Дальше решите, что из волшебных ингредиентов вы нарисуете, слепите из пластилина, а что просто озвучите или изобразите другим способом.

Допустим, небо, улыбку, и иллюстрацию к лучшему сну можно нарисовать или слепить из пластилина. Солнечный зайчик и озорное веселье изобразить с помощью пантомимы, а шутку просто рассказать.

Когда все ингредиенты будут продуманы и готовы – начинайте волшебство.

Взяв котелок, начинайте вместе с ребёнком читать стихотворение и по ходу его добавляйте соответствующие компоненты. То, что сделано своими руками – кладите в котелок, то, что вы решили изобразить пантомимой – покажите. А то, что захотели сказать – скажите, заглядывая внутрь котелка.

По завершению упражнения спросите ребёнка, что ему больше всего понравилось? Хотел бы он что-нибудь изменить в рецепте, добавить что-то своё?

А что бы он ещё хотел сварить?

Пофантазируйте, приготовьте что-нибудь по своему рецепту.

Примечание: Данное упражнение хорошо использовать и в такие моменты, когда у ребёнка непосредственно случилась какая-нибудь неприятность, он о чём-то грустит, переживает. Проговорите с ним, что именно его беспокоит, и предложите вместе «поколдовать». Придумайте, что бы ему в этой ситуации помогло, что для этого можно приготовить – и воплотите задуманное.

Моя автобиография

Цели: установление «мостов» между различными периодами своей жизни; укрепление единства между прошлым, настоящим и будущим; создание предпосылок для развития способностей видеть перспективу своей будущей жизни, уметь её проектировать.

Возраст: подростковый, взрослый.

Материалы: бумага разного формата; цветной/белый картон; краски; набор карандашей, фломастеров, мелков.

Описание упражнения:

В нашей жизни находят своё место обстоятельства, которые мы не выбирали, которые нам не принадлежат. И в тоже время всегда есть место для выбора, самостоятельного принятия решений, выстраивания своего жизненного пути. Сейчас мы попробуем изобразить свою жизнь. Нарисуем картину, на которой мы сможем отобразить наше прошлое, настоящее и будущее. Например, помнишь ли ты, как пошёл в детский садик, в школу? Может ты участвовал в каких-либо праздниках, где-то выступал? Переезжал ли ты? Что тебя особенно удивило, что нового ты для себя открыл? Чем ты сейчас живёшь? А о чём мечтаешь? Какое твоё прошлое, настоящее и будущее? Существует множество способов изобразить всё это. Можно изобразить свою жизнь в виде кривой линии с отметками или виде карты, или соединённых между собой рисунков. Можешь рисовать так, как тебе захочется.

Примечание: В процессе выполнения данного упражнения происходит обращение к своему прошлому, настоящему и будущему, а значит можно понять особенности своей жизни, понять путь по которому идёшь и собираешься идти дальше. Для лучшего осознания этого было бы хорошо проанализировать исторические личности. Выберите исторические персонажи, которые вам наиболее близки. Проследите их успехи и неудачи, выявите внутренние побудители поведения. Поразмышляйте о своей жизни, что может быть залогом вашего успеха.

Моя эмблема

Цели: формирование представлений о себе; осознание своих интересов, устремлений; формирование самоуважения; эмоциональное сближение ребёнка и родителей.

Возраст: школьный возраст

Материалы: бумага разного формата; цветной/белый картон; краски; набор карандашей/фломастеров/мелков; ножницы, клей, пластилин; изображения различных эмблем; семейные фотографии.

Описание упражнения:

Покажите ребёнку различные эмблемы, рассмотрите их.

«Как ты видишь, эмблема – это отличительный знак, на котором изображается то, что символизирует какую-то идею, человека, предметы.

А, что символизирует тебя? Какие предметы наиболее ярко отражают твой образ жизни, интересы, планы?

Попробуй создать свою собственную эмблему»

После изготовления эмблемы:

- рассмотрите её вместе с ребёнком;
- пусть он расскажет, почему изобразил именно эти предметы;
- понравилось ли ему то, как он воплотил задуманное?

Примечание: Так же можно предложить ребёнку создать герб вашей семьи. Это задание лучше выполнять совместно с ним. Расскажите об истории вашего рода, если есть фотографии – покажите их. Спросите, что бы он хотел изобразить на гербе, и поделитесь своими замыслами. Постарайтесь найти то общее решение, которое бы наиболее полно отражало ваше с ним видение герба.

Наш семейный плакат

Цели: эмоциональное сближение членов семьи, усвоение семейных ценностей.

Возраст: дошкольный, школьный

Материалы: бумага разного формата; цветной/белый картон; краски, набор карандашей/фломастеров/мелков; различные конверты, ножницы, клей.

Описание упражнения:

«Когда семья собирается вместе, то хочется разделить друг с другом всё то, что близко сердцу. Хочется поговорить, поделиться новостями и планами. Так давай с тобой сделаем наш семейный плакат, на котором мы сможем отобразить всё то, что ценно для нас. И который мы сможем заполнять постепенно, словно семейный дневник!»

Лучше всего для изготовления плаката подойдёт бумага формата А3 или лист ватмана. Придумайте вместе с ребёнком приветствие, которое вы напишите на плакате, продумайте оформление. Возможно, вы захотите украсить плакат вашими семейными фотографиями, а может вы совместно что-то нарисуете.

Затем на плакате стоит разместить «кармашки». Для этого вы можете использовать готовые конверты, которые предварительно украсите и затем приклеите. Оговорите с ребёнком, сколько всего будет кармашков, и что в них будете собирать. Можно назвать один из кармашков «расскажи о себе» - тогда у всех членов семьи появится возможность поделиться какими-то своими мыслями, идеями, планами. Очень хорошо, когда мы друг друга поддерживаем, говорим тёплые слова. И для этого тоже можно отвести специальный кармашек – «мои пожелания». А порой нам хочется кого-то предостеречь, что-то посоветовать, поделиться опытом. Кармашек «тебе на заметку» может в этом помочь.

В каждой семье свои традиции, свой ритм, своя атмосфера. Постарайтесь придумать кармашки, которые будут характеризовать именно вашу семью, чтобы чувствовалась «изюминка».

Примечание: постарайтесь, что бы эти кармашки заполнялись всеми членами вашей семьи. Благодаря этому ребёнок сможет быстрее понять и усвоить семейные ценности, и что особенно важно - почувствовать сплочённость своей семьи.

«Дом для червячка»

Для работы необходимы: яблочки из этюдной бумаги, пастель или акварель, заготовленные червячки из пластилина.

Инструкция:

«Я несчастный червячок, грустный я ползу,

Потерял я домик-яблочко, новое ищу».

Психолог просит ребенка сделать новое яблочко для червячка (закрасить шаблон).

В практике своей работы мы давали возможность детям самостоятельно слепить червячка из пластилина. Раскрашивали дети яблочки тоже пластилином, размазывая его по заготовке.

«Пластилин-силач»

Упражнение направлено на отреагирование эмоций и агрессивных тенденций, снятие напряжения.

Для работы необходимы: пластилин, лист картона.

Ребенок, отрывая небольшие кусочки пластилина, размазывает их по листу, создавая тоненький слой, при желании может соскоблить его с листа с помощью ножечка для пластилина, что требует дополнительных физических и эмоциональных сил.

«Чудо-кактус»

Техника направлена на проработку психологических проблем у агрессивных детей. За счет работы с пластилином, сложного для ребенка процесса разминания блоков происходит переход внутреннего напряжения в материал. Получившийся кактус является контейнером эмоций ребенка. Колючки служат символом агрессивных реакций ребенка на окружающий мир, а момент прикрепления к этим колючкам цветов может нести в себе коррекционное действие.

Для работы необходимы: терапевтическая сказка «Чудо-кактус» пластилин, зубочистки, шаблоны цветов из разноцветной бумаги.

В начале, ребенку читается сказка.

Терапевтическая сказка «Чудо-кактус» (Сучкова Н. О.)

На золотых песчаных просторах жил сердитый кактус. Он был таким мрачным и колючим, что вокруг него образовалась огромная невидимая преграда. И всякий, кто приближался к нему ближе, чем его колючки, каждый раз «ойкал» от неприятных уколов. Поэтому все в округе называли кактус «Дерущаяся Злюка». Из-за всех углов только и слышалось: «Ты не ходи этой дорогой, там Дерущаяся Злюка!» или «Дерущаяся Злюка опять подрался!», «Дерущуюся Злюку чаще нужно наказывать, вот тогда он перестанет вредничать». Но надо сказать, что после таких слов колючки у кактуса росли еще больше и становились намного острее, чем были. И в тот момент, когда колючки стали совсем огромными, а солнце очень жарким, вдруг пошел дождь. Его капли были такими большими и свежими, что все обитатели песчаных просторов стали бегать под дождем, прыгать через лужи и громко смеяться. Спустя какое-то время дождь закончился. Выглянуло солнышко и стало щекотать своими лучами обитателей песчаных просторов... и тут один из участников такого веселья заметил, что на кактусе стали появляться красивые цветы. Тогда он подошел к Дерущейся Злюке, стал смеяться и петь песни. Цветов на кактусе становилось все больше, а колючки становились меньше. Увидев это, все жители стали петь песни и смеяться, встав как можно ближе к Дерущейся Злюке. О чудо! Колючки исчезли совсем. Теперь на кактусе было много красивых ароматных цветов, а Дерущуюся Злюку все стали называть ЧУДО-КАКТУС.

После прослушивания сказки ребенок лепит кактус, протыкает его зубочистками, украшает цветами. Дети могут сделать цветы сами из различных материалов (бумага, пластилин, гербарий).

«Кондитер»

Для работы необходимы: коробка из-под конфет, пластилин, скульптурный пластилин (если позволяют физические способности ребенка), гель с блестками.

Психолог попросит детей слепить конфетки, «заселить их в домики», украсить гелем с блестками.

В начале арт-терапевтических занятий психолог может использовать различные **стихотворения**

Надеваю я передник,
Сразу к столу сажусь.
Я творю, я не бездельник
И собою так горжусь!

Перед началом работы с красками:

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышла кисточка плясать,
Пела звонко и играла,
Захотела рисовать.

или:

Ножки топают по краске
Был когда-то чистый лист.
Я следов оставлю ярких,
Не нужна сегодня кисть.
На мольберте я рисую,
Как художник, как большой.
Красоту создам такую,
Чтоб твердили: «Ах!» и «Ой!»

Перед началом работы с пластическим материалом:

Мягкий, мягкий пластилин
В ручки наши угодил.
Мы помнем его еще,
Чтобы стало горячо.

В конце занятия:

Потекла вода из крана,
Я в ладони наберу.
Ручки с мылом вымыть надо,
Грязным в группу не пойду.

Игровые упражнения, активизирующие внимание

Они построены на быстрых и точных реакциях, на разнообразных видах памяти — зрительной, слуховой, моторной. Игры должны быть особо тщательно продуманы, чтобы получить максимальные результаты, не загромождая детскую психику чрезмерным напряжением. Планируются эти упражнения с учетом психомоторного напряжения в предыдущем и последующем упражнениях по схеме занятия. Исходя из этого, ставится цель: использовать подвижное задание, связанное с бегом и маршировкой, или задание статического характера.

«Дождик»

Цель: воспитывать быстрые и точные реакции на зрительные и слуховые раздражители; развивать все виды памяти: зрительную, слуховую, моторную.

Музыка: «Прогулка», «Пляска» Т. Ломовой; «Дождик» - рус. нар. мелодия

Звучит музыка «Прогулка» — дети свободно ходят по всему залу — «гуляют».

Звучит музыка «Пляска» — дети пляшут, используя знакомые плясовые движения.

Звучит музыка «Дождик» — дети смотрят вверх и поднимают ладони — «ловят капельки дождя». С усилением музыки убегают на свои места.

Игра повторяется несколько раз. Педагог напоминает детям, что надо внимательно слушать музыку.

«Игра «Раз, два, три!»

Цель: Воспитывать быстрые и точные реакции на зрительные и слуховые раздражители; развивать все виды памяти: зрительную, слуховую, моторную.

Музыка: «Марш» Е. Ломовой.

Дети шагают под музыку друг за другом.

На сигнал «Раз!» останавливаются и стоят в течение 4 секунд, затем продолжают идти дальше, на сигнал «Два!» — подпрыгивают на месте.

На сигнал «Три!» поворачиваются кругом и идут в обратном направлении. Из игры выходит тот, кто невнимательно слушал команды и ошибся.

Игра повторяется несколько раз. Педагог напоминает детям, что надо внимательно слушать музыку.

«Паук»

Цель: Развивать слуховое внимание, чувства ритма, быстроты реакции, координации пения с движением, способность ориентироваться в пространстве; воспитывать смелости и коммуникативные качества.

Материалы: «Паук» украинская народная песня. Обработка Л. Ревуцкого.

Дети сидят вдоль стены или стоят по большому кругу. Вступление (такты 1-4)

Выходит «паук» — ребенок в шапочке паука или с его эмблемой на груди. Запев (такты 5-12)

«Паук» движется внутри круга и на окончании 6, 8, 10, 12-го тактов дотрагивается до ребенка, оказавшегося напротив него, или просто кланяется ему. Осаленный ребенок следует за «пауком». К концу 12-го такта выстраивается колонка из пяти человек. Они берутся за руки и поднимают сцепленные руки вверх, образуя круг-«паутинку». Припев (такты 13-21)

Остальные дети-«мухи» поворачиваются друг за другом и пробегают через круг «паутинку». С окончанием 21-го такта «паутинка» закрывается. Тот, кто попался, становится в маленький круг, расширяя «паутинку».

Если детей в группе много и на свободе осталось немало «мух», то можно еще раз или два повторить только припев, чтобы поймать их побольше. Оставшиеся непойманными «мухи» танцуют под напев мелодии припева или под любую веселую музыку. После этого игра начинается с новым «пауком».

Примечание: если детей-«мух» много, то они пробегают через круг-«паутинку» друг за другом и вновь пристраиваются к последнему ребенку. Если же их мало, то они бегают друг за другом змейкой через все «воротики» до окончания припева.

Разучить текст:

Вот паук, большой, мохнатый,
Серый, лютый, волосатый,
Паутинку сплел он в хате,
Малых мушек ждет.
Мушки, мушки, что вы вьетесь?
Что летаете вокруг?
В паутинку попадетесь,
Не отпустит вас паук.

«Найдем мяч»

Цель: Развивать наблюдательность и речевые способности детей, воспитывать выдержку.

Музыка М. Красева. Переложение Н. Метлова. Слова М. Чарной.

Необходимо заранее обговорить, кто будет прятать мяч, чтобы назвать в песне его имя. После исполнения песни дети встают, поворачиваются лицом к стульям, присаживаются перед ними на корточки, кладут на сиденье кисти рук, а на них опускают головы (в таком положении хорошо видно, кто честно выполняет правила игры и не подглядывает). Лучше, если педагог спрячет мяч сам или вместе с выбранным ребенком, чтобы помочь ему найти наиболее подходящее место.

После того, как мяч спрятали, педагог говорит: «А теперь вы мяч ищите, только в руки не берите!» Дети ищут мяч, но, увидев его, в руки не берут и даже стараются не показывать вида, что нашли его, а подходят к педагогу и тихо ему говорят, где увидели спрятанный мяч. Например: «Мяч лежит за занавеской». Затем садятся на стулья.

Через 3-4 минуты поиска мяча игру можно заканчивать. Те дети, которые не нашли мяч за это время, останавливаются в центре зала. Педагог предлагает принести мяч первому ребенку, который его нашел.

Разучить текст:

Ты скорее, Оля, спрячь
Наш большой красивый мяч.
Будем мы его искать,
Но не будем в руки брать!

Песню исполняют дети и взрослые, сидящие на стульях.

В заключение игры необходимо похвалить всех детей: кого за внимание, а кого за честность и за выдержку.

«Ловишка»

Цель: Развивать чувство ритма, координацию пения с движением, быстроту реакции; воспитывать смелость и активность.

Музыка Й. Гайдна. Авторы М. Равин и Р. Равин.

Дети выбирают «ловишку». Он стоит, повернувшись к стене лицом. Группа детей — у противоположной стены.

Такты 1-4. Дети подбегают к «ловишке».

Такты 5-8. Хлопают в ладоши и подпевают: «Раз-два-три, раз-два-три, ты скорее нас лови!» и бегут на места. «Ловишка» старается догнать и осалить ребят.

Игра повторяется, выбирается новый «ловишка».

В заключение игры можно подвести итог — какой «ловишка» осалил больше детей.

«Пугало»

Цель: Развивать ловкость, быстроту реакции, координацию движений, умение действовать по одному и всем вместе, прилагая усилия для получения общего положительного результата.

Материалы: «Во саду ли, в огороде» русская народная песня

«Пугало» (взрослый) просит детей помочь ему охранять огород, сделать загородки — «плетень». Дети встают в четыре шеренги вдоль стен зала, соединив руки в «плетень». Каждая шеренга получает свой номер.

На слова: «Во саду ли, в огороде Пугало стояло» — поют и идут навстречу друг другу 1-я и 3-я шеренги. В конце фразы кланяются друг другу.

На слова: «Оно старою метлою птичек разгоняло» — 1-я и 3-я шеренги отходят назад.

Под пение следующих двух строк: «Во саду ли, в огороде фрукты наливались, но их птицы не левали - Пугала боялись» — то же самое делают дети 2-й и 4-й шеренг.

Далее ребята двигаются легким пружинящим бегом врассыпную. По окончании музыки останавливаются в разных местах. «Пугало» дает сигнал (например, стучит метлой об пол), дети бегут на свои места и «заплетают плетень».

Разучить текст:

Во саду ли, в огороде Пугало стояло.

Оно старою метлою птичек разгоняло.

Во саду ли, в огороде фрукты наливались,

Но их птицы не клевали — Пугала боялись.

«Мы за плечи взяли друга»

Цель: Активизировать слуховое внимание, упражнять в коллективном и сольном пении, в согласовании пения с движением; воспитывать коммуникативные качества, развивать восприятие тактильных ощущений

Материалы: «Пойду ль я, выйду ль я» русская народная песня

Дети стоят по кругу на небольшом расстоянии друг от друга. Внутри круга находится водящий — ребенок с завязанными или просто закрытыми глазами.

Стоя на своих местах и, напевая песенку, ребята осторожно передвигают водящего по кругу, придерживая его за плечи.

1-й куплет:

Мы за плечи взяли друга

И ведем его по кругу,

Он глаза не открывает,

Значит, нам он доверяет.

С окончанием этих слов водящий останавливается напротив кого-либо из детей и поет следующий куплет на ту же мелодию, не открывая при этом глаза.

2-й куплет:

Ты мне песенку пропой,

Поиграю я с тобой.

Стоящий напротив водящего ребенок отвечает:

Слушай, слушай, не зевай,

Мое имя угадай.

Если водящий правильно отгадывает имя ребенка, то все хлопают, а он открывает глаза. Взявшись за руки, названный по имени ребенок и водящий кружатся под хлопки и подпевание мелодии всеми детьми. Если водящий не сразу угадывает, кто ему спел песенку, то ребенок может еще раз пропеть: «Слушай, слушай, не зевай, мое имя угадай».

Для одной группы дается только один вариант игры, чтобы у детей не возникало путаницы из-за разного содержания песни и различий в заданиях.

«Найди пару»

Цель: Развивать внимание, способность ориентироваться в пространстве, быстроту реакции; упражнять в согласовании пения с движением; воспитывать коммуникативные и волевые качества.

Материалы: «Потеряла поясочек» чешская народная песня.

В игре участвует нечетное количество играющих. Игра начинается с музыкального проигрыша, во время которого дети двигаются поскоками врассыпную по всему залу. С окончанием музыки быстро находят себе пару.

Вариант 1

На вступление оставшийся без пары ребенок-водящий выходит в центр зала, а остальные дети парами становятся по кругу и берутся за руки.

Запев

Саша, ты один остался,

Потому что зазевался.

Будем мы опять играть,

Постарайся не зевать.

На первую часть запева все дети поют, называя при этом имя водящего, и идут к центру, слегка сужая круг.

На вторую часть запева поют и отходят назад, расширяя круг.

Проигрыш. Дети вместе с водящим опять двигаются поскоками врассыпную, с окончанием проигрыша быстро находят пару и игра продолжается. Не успевший встать в пару становится водящим.

В конце игры можно подвести итог: кто реже оставался без пары — мальчики или девочки? Если водящими чаще становились девочки, то мальчики выиграли, и наоборот.

«Кто позвал?»

Цель: Развивать слуховое внимание, тембровый слух, индивидуальную и коллективную речевую активность, воспитывать коммуникативные качества.

Материалы: «Ах вы, сени» русская народная мелодия

Дети сидят на стульях, стоящих вдоль стены. Напротив них педагог.

Такты 1-8. Все поют:

Ну-ка, Саша (любое имя), не ленись,

Поскорее отвернись,

Глазки быстро закрывай,

Кто позвал тебя, узнай.

Ребенок, названный по имени, встает, подходит к педагогу и закрывает глаза.

Такты 9-16. Напевая мелодию без слов, педагог подходит к сидящим на стульях детям, берет кого-нибудь из них за обе руки и подводит к ребенку, стоящему с закрытыми глазами (водящему).

Без музыкального сопровождения и без помощи взрослого приглашенный ребенок проговаривает имя водящего, который должен, не открывая глаз, угадать, кто его позвал. Если

ответ дан правильно, дети начинают хлопать. Водящий открывает глаза. Берет за обе руки позвавшего его ребенка и кружится вместе с ним на поскоках под хлопки и подпевание мелодии педагогом и детьми.

Желательно заранее обговаривать с детьми, кто в очередной раз будет водящим, чтобы песню, в которой упоминается его имя, пели все.

Игру можно усложнить за счет двух моментов:

- а) приглашенный ребенок изменяет голос, называя или пропевая имя водящего;
- б) педагог приглашает ребенка на такты 9-16 взглядом или жестом, не подходя к нему.

Игровые упражнения, регулирующие мышечный тонус

Эти упражнения снимают излишнее напряжение, воспитывают способность произвольно управлять этим напряжением. Большую помощь в этом случае могут оказать задания на чередование напряжения и расслабления мышц. Этим способом можно легче всего дать понять ребенку, что значит управлять своим движением.

Необходимо следить за тем, чтобы ребенок не задерживал дыхания, не бегал с открытым ртом и не переходил сразу после подвижных упражнений в сидячее положение, а постепенной маршировкой успокоил свое учащенное дыхание.

«Смелые наездники»

Цель: Воспитывать способность произвольно управлять мышечным напряжением; умение реагировать на акцент в музыке и различать двухчастную форму произведения.

Музыка: «Смелый наездник» Р.Шумана

Дети стоят по кругу друг за другом, руки на поясе. На первую часть музыкального произведения скачут по кругу прямым галопом.

На вторую часть останавливаются и стучат правой ногой с носка перед собой, кивая головой — «лошадки бьют копытом».

На повтор первой части опять скачут по кругу.

«Морские камешки»

Музыка: «Море» Н. Римского-Корсакова

Дети свободно лежат на спине по всему залу, вытянув руки за головой (изображают морские камешки). Слушают спокойно первую часть музыкального произведения — «камешки в состоянии покоя». На вторую часть дети перекатываются на живот, затем — на другой бок и обратно, руки остаются за головой («поднялась буря» и перекатывает морские камешки).

«Плавные руки»

Музыка: «Ходит месяц над лугами» С. Прокофьева.

Дети стоят в кругу на большом расстоянии друг от друга. Очень медленно поднимают прямую правую руку, так же медленно опускают (пальцы при поднятии руки опущены вниз, при опускании руки пальцы подняты вверх). Так же медленно поднимают и опускают левую руку. Взгляд сосредоточен на кончиках пальцев.

Далее дети поднимают обе руки одновременно.

«Скакать и кружиться»

Музыка: «Этюд» Л. Шитте.

Дети двигаются по кругу легкими поскоками, руки в свободной позиции (быстрая часть музыкального произведения).

Затем кружатся на полном шаге на месте (медленная часть музыки).

С повторением первой части опять движутся по кругу поскоками.

«Кружки и цепочки»

Музыка: «Танец» С. Затеplinского

Дети стоят в четырех кружках (по углам зала), взявшись за руки. В каждом кружке назначен ведущий.

На первую часть дети двигаются в кружках поскоками.

На вторую часть музыки каждый ведущий отпускает руку своего соседа справа и ведет свою цепочку детей вдоль стены к соседнему углу (справа), где снова «заворачивает» кружок из цепочки. Таким образом, все кружки перемещаются в другой угол зала.

«Игра с водой»

Упражнение выполняется без музыкального сопровождения

Дети сидят на полу (на «берегу реки»), руки лежат рядом на полу ладонями вниз (опущены в воду). По сигналу педагога:

- плавно разводят руки в стороны и отводят их за спину, сближая лопатки. Корпус при этом слегка отклоняется назад. Затем возвращаются в исходное положение, как бы проводя кистями рук по воображаемой воде;

- бьют гибкими кистями рук по «воде» возле себя;

- «стряхивают воду» с пальцев рук друг на друга — играют;

- «сушат ладони на солнце», подняв руки над головой.

Упражнение дается по показу педагога

«Поиграем»

Музыка «Дождливая пора» В. Воронцова

Дети сидят в кругу на полу; ноги сложены по-турецки. На тихую часть музыки ударяют ладонями рук об пол возле себя, на громкую часть выполняют перед собой скользящие хлопки. Когда музыка не звучит, в спокойном темпе передают по кругу какой-нибудь спортивный предмет (небольшой куб, мяч, кеглю и т.д.).

С началом звучания музыки игра повторяется.

«Игра с флажками»

Музыка: «Спортивный марш» А. Пахмутовой

Дети идут по кругу, энергично размахивая перед собой флажками под громкое звучание спортивного марша.

На тихое звучание этого же марша идут на высоких носках, подняв флажки на вытянутых руках над головой.

«Веселая пляска»

Музыка: «Утушка луговая», рус. нар, мелодия

Дети стоят в кругу, ребенок-солист в центре, держит в обеих руках по платочку. На первую часть музыки дети весело пляшут, выбрасывая поочередно ноги перед собой. Солист ходит по кругу, выбирая себе «друга». По окончании первой части музыки он останавливается перед выбранным ребенком и кланяется ему, приглашая в центр круга и дав платочек.

На вторую часть музыки все дети хлопают, а солисты пляшут с платочками, размахивая ими над головой.

«Игра с бубнами»

Музыка: «Ой, лопнув обруч!» украинская мелодия

Дети стоят по всему залу в шахматном порядке, держа в левой руке бубны. На первую часть музыки ритмично ударяют в бубен правой рукой.

На вторую часть берут бубен в правую руку и, встряхивая им над головой, кружатся на дробном шаге.

«Марш-вальс»

Материалы: Музыкальные отрывки по выбору педагога

Под музыку марша дети шагают разными дорожками по всему залу.

Под музыку вальса быстро находят свою пару и, взявшись за руки, кружатся (пары распределяются до начала игры). Задание повторяется.

«Игра с обручами»

Музыка: «Ветер и ветерок» («Лендлер»), Л. ван Бетховен

Дети стоят парами по всему залу и держатся за обручи двумя руками (один обруч на двоих). На тихую, плавную часть музыки раскачивают обруч вправо-влево.

На громкую, быструю часть — кружатся, взявшись за обруч правой рукой. По окончании музыки опускают обруч на пол и приседают на корточки возле него. Последовательность частей музыки можно менять.

«Флажок»

Музыка: «Марш» И. Дунаевского

Дети встают в круг (лицом к центру).

С началом звучания марша шагают, энергично размахивая руками. Одновременно по кругу передается флажок, то есть, продолжая шагать, ребенок получает флажок, а затем передает его соседу справа и т. д.

С окончанием музыки ребенок, получивший флажок последним, ритмично машет им над головой, остальные дети стоят.

«Калинка»

Музыка: «Калинка» рус. нар. песня

Дети сидят на стульчиках полукругом, руки свободно на коленях. На запев песни дети широко разводят руки в стороны перед собой и ставят их на бока на последний аккорд.

На вторую часть запева указательные пальцы обеих рук подпирают щеки, и дети слегка покачивают головами.

На припев руки держат на боках, ноги выставляют далеко перед собой на пятки (на сильную долю в музыке), на повторение припева выполняют drobный шаг, положив руки на колени.

«Игра с ленточками»

Музыка: «Этюд № 47» К. Черни

Дети, держа в обеих руках ленточки на кольцах, движутся по залу легкими поскоками в разных направлениях (первая часть музыки). На вторую часть опускаются на одно колено и энергично взмахивают ленточками.

«Пружина»

Упражнение выполняется без музыкального сопровождения

Дети, сжав руки в кулачках, держат их перед собой (локти согнуты). По команде «Начинаем растягивать пружину» дети с силой разводят руки в стороны, не разжимая кулачков.

По команде «Отпускаем пружину» дети резким движением сводят руки обратно.

Это силовое упражнение для рук. Оно требует большого мышечного напряжения.

«Подушка»

Упражнение выполняется без музыкального сопровождения

Дети ладошками «взбивают» воображаемую подушку со всех сторон. Затем, вытянув руки прямо, чуть вверх и раскрыв пальцы, «кладут ладони на взбитую подушку» и начинают медленно вдавливать мягкую подушку.

Педагог делает словесные указания.

«Покрасим забор»

Дети, вытянув руки вперед, вращают пальцами вправо-влево — «разминают малярные кисти». Затем опускают руки вниз и «набирают в ведрах краску на кисть». Начинают красить забор — вытянутые руки вперед движутся вверх (пальцы направлены вниз), затем руки движутся вниз (пальцы направлены вверх).

«Чтобы краска не растекалась», дети проводят вытянутыми вперед руками вправо-влево (пальцы направлены в противоположную сторону).

«Маляры устали и вытирают со лба пот» — проводят тыльной стороной ладони сначала правой, затем левой рукой, при этом с силой делают выдох на звуке «Ух!» Затем наклоняют корпус тела вперед и с силой бросают руки вниз — отдых.

«Слушай команду»

Упражнение выполняется без музыкального сопровождения

Дети идут спокойным шагом по большому кругу. Педагог дает словесные указания, например: потянулись к солнышку; собираем цветы; стоим как аисты (на одной ноге); прыгаем как лягушки; покажем хитрую лису; скачем как зайчики и т. д. Дети выполняют задания, затем опять спокойно идут по кругу.

«Лодочка»

Музыка «Лебедь» К. Сен-Санс

Дети сидят на ковре, ноги на широкой дорожке. Педагог говорит: «Сегодня мы с вами поплывем по морю на лодочках».

На счет «Раз и, два и» дети энергично наклоняются вперед, вынося вперед руки, сжатые в кулачках. Затем возвращаются в исходное положение. Наклон вперед приходится на слова «Раз, два». Наклон назад на двойное «и». Выполнив 6—7 наклонов, дети ложатся на спину и закрывают глаза, руки вдоль туловища — «отдыхаем и загораем на солнышке».

Затем упражнение повторяется.

Движения выполняются по показу педагога. На момент релаксации можно использовать музыкальный отрывок из любого спокойного произведения (аудиозапись или диск).

«Игра с кубиками»

Упражнение дается без музыкального сопровождения

Дети сидят по кругу на стульчиках, держат в руках по одному кубику.

Нужно наклониться и, положив кубик слева от себя, выпрямиться.

Далее под словесные указания педагога дети выполняют заданные действия.

Педагог проговаривает слова медленно, отчетливо: «Взяли кубик, положили!» На слова «взяли кубик» дети наклоняются в правую сторону и берут кубик своего соседа справа. Затем выпрямляются и перекладывают кубик в левую руку. На слово «положили» кладут кубик на пол слева от себя, выпрямляются. Задание выполняется четыре раза.

Далее педагог звенит в бубен, а дети, встав за стульчиками, бегают по кругу. Затем педагог говорит:

Пробежались! И опять Начинаем мы играть!

Дети занимают любой стульчик, и игра продолжается.

«Насос и мяч»

Цель: Расслабить максимальное количество мышц тела.

Упражнение дается без музыкального сопровождения

«Ребята, разбейтесь на пары. Один из вас — большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего — у мяча поднимается голова, после четвертого — надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса... из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение». Затем играющие меняются ролями.

«Три характера»

Цель: Дать моральную оценку злости, плаксивости; работа над мимикой и пантомимикой.

Музыка: «Злюка», «Плакса» и «Резвушка» Д. Кабалевский

Дети слушают три музыкальные пьесы Д. Кабалевского: «Злюка», «Плакса» и «Резвушка». Вместе с ведущим дают оценку поведения Злюки, Плаксы и Резвухи. Трое детей изображают девочек, все остальные догадываются по их мимике и пантомимике, кто из них кто.

Музыкальные арт-терапевтические упражнения

Упражнение «Хрустальная вода»

Цель: воспитывать быстрые и точные реакции на зрительные и слуховые раздражители; развивать все виды памяти: зрительную, слуховую, моторную.

Материалы: Колокольчик или треугольник, фортепиано

Детям предлагается присесть, представить, что они набирают пригоршню воды из ручья, поднять руки вверх и вылить ее на себя, часто подпрыгивая на одном месте и произнося звук «и-и-и...» так долго, насколько они смогут. Затем замереть и прислушаться к звуку музыкального инструмента — колокольчику «Волшебный ветер» (или к треугольнику, гонгу, гитаре, фортепиано).

Прислушиваться до тех пор, пока звук его не затихнет.

Фантазия «Животные»

Педагог вводит в фантазию: «Представьте, что вы — животные (дети выбирают по желанию). Вы двигаетесь, как они, издаете звуки, как они».

Дети фантазируют, а педагог озвучивает их фантазии соответствующими музыкальными отрывками, которые иллюстрируют данных животных, сопровождает показ детей различными подходящими музыкальными инструментами или звучащими предметами.

Дополнительное задание:

Детей просят продемонстрировать, как поют те или иные животные, которых они изображают, как они звучат? Показать на музыкальных инструментах.

Проводится с открытыми глазами.

«Ваш мир в красках, формах и линиях»

Музыка — фон, подобранный в соответствии с детской аудиторией (успокаивающий, стабилизирующий или, наоборот, активизирующий).

Детей просят изобразить свой мир на бумаге, используя для этого только линии (прямые и кривые, широкие и тонкие, разных цветов) и формы, ничего конкретного.

«Спонтанное рисование под музыку»

Музыка — яркая, эмоционально богатая, не громкая, не более 60-65 ударов в минуту.

Детям предлагается рисовать все, что они захотят, пока звучит музыка. Ассоциации, рожденные музыкой, свободно выражаются ими на бумаге. Используются карандаши, краски, мелки и т. д.

«Музыкальные каракули, или «Музыкальная сказка»

Эту технику можно использовать как инструмент развития ценных социальных качеств — терпения, внимательности и т. д., а также для повышения самооценки. Ее применяют в групповой, индивидуальной и семейной работе.

Дети могут обладать минимальными навыками игры на музыкальных инструментах и звучащих предметах, а могут и впервые обратиться к этому виду деятельности.

«Импровизация на ударных инструментах»

Материалы: Барабаны

Ребенку предлагают показать, как он будет бить в барабан, если ему грустно, весело и т. д. Как вариант можно предложить пробарабанить то чувство, какое он сам хочет или испытывает в данный момент, а педагог и другие дети должны отгадать, что он изобразил.

Ударные инструменты обладают особой привлекательностью для детей, так как из них можно извлекать звуки, даже не обладая необходимыми навыками.

«Мелодизация собственных имен или нейтральных фраз»

Ребенка просят пропеть свое имя или какую-либо фразу, например, спеть, что он сейчас делает. «Меня зовут Маша» или «Я сейчас играю с куклой».

Усложнение. Ребенка просят спеть свое имя или фразу с определенной интонацией — гнева и решительности, печали и уныния, веселья и радости, спокойствия и т. д.

Дети поют на удобной для них ноте и высоте.

«Шляпа волшебника»

Цель: Развивать слуховое внимание, ориентацию в пространстве, способность различать звуки.

Используется в работе с детьми для развития контроля над телом.

Материалы: Шляпа, колокольчики

Один ребенок с завязанными глазами, на другом надета шляпа с колокольчиками, которые звенят при малейшем движении. Ребенок в шляпе двигается как можно осторожней, стараясь не звенеть. Первый ребенок внимательно прислушивается и ищет второго по звуку колокольчиков. Задание может выполняться всей группой детей с одним ведущим.

Выполняется в парах.

«Башмачки Элли»

Цель: Развивать чувство ритма, которое позволяет детям понять, как соотносятся движения и ритм, помогают контролировать свое тело.

Материалы: Туфельки с бубенцами (поролоновые, на резинках)

Задание 1. «Путешествие в Изумрудный город». Детей просят пройти так, чтобы бубенцы не звенели; потом так, чтобы бубенцы звенели отчетливо (шаг), отрывисто (прыжки), сплошным звоном (бег) и т. д. — получается ли у них красивая ритмичная музыка?

Задание 2. «Музыка ног». Двух детей просят придумать диалог башмачков.

Задание 3. «Живые башмачки». Детей просят продемонстрировать, как стучат башмачки грустного человека, веселого и т. д.

«Надувание мячей»

Музыка — фон с четким ритмом.

Материалы: Мячи, воздушные шары, игрушки

Вдох через нос. Затем 2-3 коротких выдоха, затем полностью надуть мяч. Вариант. Детей просят надувать мячи в ритме музыки, ритм может меняться. Помимо мячей можно использовать воздушные шары небольших размеров, игрушки и т. д.

«Я весь состою из звуков»

Материалы: Музыкальные инструменты

Ребенку предлагается выбрать из окружающих его музыкальных инструментов и звучащих предметов те, звучание которых, на его взгляд, наиболее подходит ему. Все выбранные предметы и инструменты прикрепляются к ребенку (или раскладываются вокруг него). Затем в беседе педагог выясняет, почему ребенок выбрал тот или иной инструмент.

Ребенок составляет из звучаний нескольких музыкальных инструментов и звучащих предметов свой автопортрет. Ребенок составляет образ своего «Я» через комплекс звуков.

Может быть поставлена более четкая задача: «Как ты себя слышишь? Как ты звучишь?». «Сыграй, как ты звучишь в данный момент? Как ты звучишь, когда сердишься, радуешься и т. д.?».

«Выпусти пар»

Материалы: Барабан, гонг, металлические тарелки, громкозвучающие предметы

Педагог предлагает ребенку ударить со всей силы в барабан, в гонг, в металлические тарелки, а также о громкозвучающие предметы — о металлическую бочку, о таз, о подвешенный лист железа.

Ребенок ударяет столько раз, сколько захочет. Он должен почувствовать, что успокоился, что чувства злости и раздражения выходят из его тела через пальцы рук, а затем через музыкальный инструмент или предмет.

«Каратист», «Боксер»

Цель: Снять физическую агрессию

Материалы: Физкультурный обруч.

Дети образуют круг, в центре которого на полу лежит физкультурный обруч. В «волшебном круге» происходит «превращение» в каратиста (движения ногами). Дети, стоящие вокруг обруча, вместе с ведущим хором произносят: «Сильнее, сильнее, сильнее...», — помогая этим игроку выплеснуть агрессивную энергию максимально интенсивными действиями.

Игра «Боксер», как и «Каратист», только движения руками.

«Послушай свой гнев»

Дать детям возможность не только увидеть и почувствовать, но и «услышать» свое раздражение и гнев, чтобы они лучше осознавали их природу и смысл.

Музыка: «Шарманка». Д. Шостаковича.

Пустые жестяные банки разного размера. (Желательно, чтобы количество банок совпадало с количеством детей в группе.)

Педагог говорит: «Большое, сильное чувство гнева звучит громко, резко и неприятно — так звучит большая железная банка» (В ней много воздуха (гнева), поэтому и звучит она неприятно — так же, как и разгневанный человек. Постепенно емкости звучащих предметов или

музыкальных инструментов уменьшаются, звук становится тише, более приятным для ушей. Меньше объем — меньше гнев — приятнее звук. А в китайском колокольчике «Волшебный ветер», в его трубочках совсем мало воздуха (гнева), поэтому и звучит он так же приятно, как добрый, спокойный человек. Таким образом, детям наглядно показывают, что чем меньше чувство гнева и раздражения, тем приятнее человек, тем приятнее с ним общаться.

Каждый ребенок пытается сыграть свой гнев (когда он сильно или не очень сердится). Заканчивается упражнение шумовым оркестром.

Дети играют на жестяных банках, стараясь играть, соответствуя характеру музыки

«Обзывалки»

Цель: Снизить уровень вербальной агрессии, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме.

Материалы: Маракасы по количеству детей

Педагог говорит детям следующее: «Ребята, иногда в ссоре, если она все-таки произошла, очень трудно удержаться от обидных слов. Но чтобы эти слова не принесли ущерба окружающим, можно их "приручить". Как? А вот как! Представьте, что поссорились два приятеля. Но вдруг оказалось, что они оба забыли все обидные слова; остались лишь слова — названия овощей (фруктов, рыб, птиц, цветов и т. д.) И вот приятели и хотят поругаться, а с их языка слетают только «овощи». Сейчас, передавая маракас по кругу, давайте называть друга друга разными необходимыми словами «овощами»

Затем ведущий интересуется: Что почувствовал каждый? Возникла ли охота кричать и ссориться?

В заключительном круге обязательно нужно сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты... солнышко!» и сыграть для него что-нибудь на маракасе.

Игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

«Дракон»

Цель: Помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.

Музыка «Полька» И. Штрауса

Играющие становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник — «голова», последний — «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом».

Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

«Вертящийся бубен»

Цель: Побуждать участников проявлять инициативу, развивать выдержку, самоконтроль.

Материалы: Бубен

Группа садится в круг. Ведущий становится перед одним из участников, держа в руках бубен в вертикальном положении. Кому-то из участников предлагается ударить в бубен. В ответ на удар ведущий вращается на месте, соответственно характеру удара: если удар был слабый, ведущий слегка разворачивается, а потом становится спиной по отношению к своей первоначальной позиции; если удар был сильный, ведущий поворачивается вокруг своей оси и занимает первоначальное положение. После этого ударить в бубен предлагается следующему участнику.

Играющим может понадобиться помощь ведущего, чтобы ограничиться только одним ударом в бубен. Варианты игры: бубен можно держать на разной высоте и под разными углами. Роль ведущего с бубном может взять на себя один из участников.

«Доброе животное»

Цель: Способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Материалы: Металлофон

Педагог тихим таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы — одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох — делаем шаг вперед, на выдох — шаг назад. А теперь на вдох делаем два шага вперед, на выдох — два шага назад. Вдох — два шага вперед. Выдох — два шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т. д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

Стук сердца сначала педагог, а затем и кто-то из детей стучит на металлофоне.

«Дождь в лесу»

Цель: Провести сеанс релаксации, развивать чувство эмпатии.

Музыка: «Звуки природы»

Дети становятся в круг, друг за другом — они «превращаются» в деревья в лесу. Взрослый читает текст, дети выполняют действия. «В лесу светило солнышко, и все деревья потянули к нему своя веточки. Высоко-высоко тянутся, чтобы каждый листочек согрелся (дети поднимаются на носки, высоко поднимают руки, перебирая пальцами).

Но подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны. Но крепко держатся корнями деревья, устойчиво стоят и только раскачиваются (дети раскачиваются в стороны, напрягая мышцы ног). Ветер принес дождевые тучи, и деревья почувствовали первые нежные капли дождя (дети легкими движениями пальцев касаются спины стоящего впереди товарища). Дождик стучит все сильнее и сильнее (дети усиливают движения пальцами). Деревья стали жалеть друг друга, защищать от сильных ударов дождя своими ветвями (дети проводят ладошками по спинам товарищей). Но вот вновь появилось солнышко. Деревья обрадовались, стряхнули с листьев лишние капли дождя, оставили только необходимую влагу. Деревья почувствовали внутри себя свежесть, бодрость и радость жизни».

«Злые-добрые кошки»

Цель: Снизить уровень общей агрессии.

Материалы: Физкультурный обруч, колокольчик, свисток

Детям предлагается образовать большой круг, в центре которого на полу лежит физкультурный обруч. Это «волшебный круг», в котором будут совершаться «превращения». Ребенок входит внутрь обруча и по сигналу ведущего (звук колокольчика, звук свистка) превращается в злую-презлую кошку: шипит и царапается. При этом из «волшебного круга» выходить нельзя.

Дети, стоящие вокруг обруча, хором повторяют вслед за ведущим: «Сильнее, сильнее, сильнее ..», — и ребенок, изображающий кошку, делает все более и более «злые» движения.

По повторному сигналу ведущего «превращение» заканчивается, после чего в обруч входит другой ребенок и игра повторяется.

Когда все дети побывают в «волшебном круге», обруч убирается, дети разбиваются на пары и опять превращаются в злых кошек по сигналу взрослого.

Категорическое правило: не дотрагиваться друг до друга! Если оно нарушается, игра мгновенно останавливается, ведущий показывает пример возможных действий, после чего продолжает игру.

По повторному сигналу «кошки» останавливаются и могут поменяться парами.

На заключительном этапе игры ведущий предлагает «злым кошкам» стать добрыми и ласковыми. По сигналу дети превращаются в добрых кошек, которые ласкаются друг к другу.

«Тух-тиби-дух»

Цель: Снизить уровень негативного настроения.

Материалы: Бубен

Педагог: «Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: «Тух-

тиби-дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово.

Чтобы волшебное слово действовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами».

Игра проводится под размеренные звуки бубна.

В этой игре заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

«Воздушный шарик»

Цель: Снять напряжение, успокоить детей.

Музыка: Льюэлин «Новый день»; Ула Ван Дэлен «Кольцо Керри»

Все играющие стоят или сидят в кругу. Педагог дает инструкцию: «Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарик. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу».

Упражнение можно повторить 2-3 раза.

Во время надувания воображаемых шаров звучит негромкая музыка. По мере увеличения «шаров» педагог постепенно увеличивает громкость звучания.

«Черепаша»

Цель: Учить детей расслаблению — релаксации.

Музыка: Льюэлин «Легкий ветерок»;

Попросите детей представить, что они маленькие черепашки, которые лежат на желтом песочке (или мягкой травке) возле прозрачного ручейка (реки, озера или моря — по желанию ребенка). Греет солнышко, черепашке тепло и хорошо. Ручки и ножки расслаблены, шейка мягкая... Вдруг появилась холодная туча и закрыла солнышко. Черепашке стало холодно и неудобно, и она спрятала ножки, ручки и шейку в панцирь (дети сильно напрягают спину, слегка выгибая ее и изображая тем самым панцирь; а также напрягают шею, руки и ноги, как бы втягивая их под панцирь, — 5-10 сек.). Но вот туча улетела, опять выглянуло солнышко, вновь стало тепло и хорошо. Черепашка согрелась, и ее шея, ручки и ножки стали теплыми и мягкими и опять появились из-под панциря (спина расслабляется — 5-10 с).

Используется специально подобранная музыка, которая служит фоном.

Упражнение делается лежа, лучше на боку или животе.

Музыкально-двигательные фантазии

Танцевальная фантазия «Клоуны»

Цель: Развивать эмоциональную отзывчивость, двигательную активность, способность к творчеству, умение согласовывать свои действия с действиями других детей, умение ориентироваться в пространстве, умение соотносить свои движения с динамическими изменениями в музыке, пластику развивать.

Музыка «Канкан» Ж. Оффенбаха

Поговорить с детьми о том, что делают в цирке клоуны:

- прыгают;
- скачут с ножек на ножку;
- жонглируют;
- дразнятся (делают длинный нос);
- выполняют различные наклоны, махи руками;
- кривляются.

Одеть детям колпачки и клоунские носы, предложить им сыграть в цирк. 2-4 клоуна танцуют, остальные смотрят.

Вступление: дети-клоуны по очереди выбегают из-за нарядной ширмы и останавливаются в какой-нибудь позе. Далее они придумывают клоунские движения.

На одну музыкальную фразу танцуют клоуны с синими носами, на другую — с красными

Танцевальная фантазия

Цель: Развивать умение различать музыкальные фразы.

Музыка: «Кантабиле» Ф. Шопена,

Материалы: Ленты или шарфы двух цветов

Педагог предлагает каждой группе детей придумать какое-нибудь заключительное движение на такт 13 (1-я группа — первая четверть, 2-я группа — вторая четверть) и на такт 14 (концовка).

Сыграть все музыкальное произведение до этих тактов. Дети стоят, слушают, затем выполняют те движения, которые они придумали на такты 13 и 14. Например: дети 1-й группы выполняют на счет 2, 3 два взмаха рукой с лентой, дети 2-й группы на счет 5, 6 выполняют два притопа ногой. На заключительный аккорд (такт 14) одна группа встает на колено, другая поднимает руки вверх. Далее педагог объясняет детям весь порядок движений.

Такты 1—4: свободно двигаются дети 1-й группы (остальные наблюдают).

Такты 5—8: свободно двигаются дети 2-й группы.

Такты 9—10: двигаются дети 1-й группы.

Такты 11—12: двигаются дети 2-й группы.

Такт 13: заключительные поочередные движения.

Такт 14: концовка.

Можно повторить музыку и предложить 2-й группе начать движения.

Движения выполняются с лентами или шарфами двух цветов. Дети делятся на две группы по цвету лент или шарфов.

Желательно, чтобы дети сами придумали движения на окончание мелодии.

«Танцующие ручки»

Музыка «Весело - грустно» Л. Бетховена

Упражнения для рук без музыкального сопровождения:

- бегать пальчиками по краю ширмы (сороконожкам), наступая на пальцы и руки другого ребенка;
- медленно поднимать растопыренные пальцы над ширмой, пошевеливая ими;
- положить запястье одной руки накрест на запястье другой, раздвинуть широко пальцы и пошевелить ими ("бабочка");
- покачивать из стороны в сторону кистями с расставленными пальцами, потом с собранными в щепотку;
- по подсказке педагога на счет 1, 2 — руки танцуют, на счет 3, 4 — замирают;

Все эти движения можно исполнять в разноцветных перчатках. В зависимости от придуманного с детьми сюжета, перчатки у одного ребенка могут быть разного цвета.

Вариант 1

Часть I: танцуют руки в ярких перчатках (на каждой руке разная).

Часть II: выполняют плавные движения руки в перчатках серого, зеленого, коричневого цвета. На повторение части I снова танцуют яркие ручки.

Спросить у детей, какая музыка и какое исполнение им больше всего понравились.

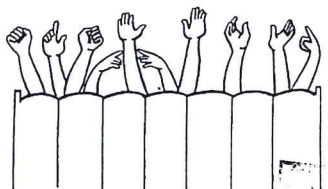
Вариант 2

Зеленые перчатки — трава, перчатки других цветов — бабочки, стрекозы, гусеницы, цветы и т. Часть I Такты 1—8: вырастает травка (пальчики в зеленых перчатках появляются над ширмой, шевелятся Такты 9-16: по траве начинают ползать гусеницы (пальчики в желтых, коричневых перчатках бс по ширме).

Часть II: вылетают бабочки (разноцветные перчатки).

Часть I: Такты 1—8: гусеницы уползают. Такты 9-16: травка исчезает.

Выполняется детьми, стоящими за ширмой. Детям-зрителям должны быть видны только ладошки артистов.



Двигательные импровизации с речевым сопровождением

Танцевальная фантазия «Последний летний ветерок»

Цель: Развивать способности воспринимать музыку, т.е. чувствовать её настроение и характер, понимать её содержание.

Музыка «Осенний сон» А.Джойса

Ведущий ребенок-ветерок, пробегая между детьми-листочками, легко касается их кончиками пальцев (лентой, шарфом, султанчиком из гофрированной или папиросной бумаги) или дует на них. Листочек, которого коснулся ветерок, поднимается и начинает кружиться. С окончанием музыки дети-листочки плавно опускаются на пол и принимают красивую позу.

Педагог читает:

Последний теплый летний ветерок, почувствовав приближение осени, решил улететь в южные края. Его путь лежал через парк, в котором жили его друзья-листочки. Ветерок во что бы то ни стало хотел с ними попрощаться. Подлетая к парку, он посмотрел вниз и ахнул от восхищения: на земле лежал необыкновенной красоты ковер из разноцветных листьев — красных, желтых, зеленых, оранжевых! "Как же они изменились и похорошели", — подумал ветерок. Он опустился вниз и стал шевелить листочки, играть ими. Он поднимал с земли один листочек за другим и подбрасывал их в воздух.

Листочки были рады покружиться в своем последнем вальсе вместе с теплым летним ветерком. Они помнили, как играл с ними этот ветерок, когда они были совсем зелеными и висели на ветках деревьев. Листья кружились, взвивались вверх, как стайка веселых птиц, опускались вниз, собирались все вместе в большой красивый букет и разлетались в разные стороны, а потом снова кружились, кружились, кружились...

Но вот ветерок последний раз махнул своим теплым крылом и улетел. А листочки стали постепенно опускаться на землю. Они старались лечь так, чтобы получился яркий разноцветный ковер с необычным узором.

Дети сидят или лежат на полу в разных позах. Все они — листочки. Ребенок-ветерок может имитировать подбрасывание листочков вверх

Танцевальная фантазия «Жучок»

Цель: Развивать творческое воображение и фантазию, способности к импровизации

Музыка «К Элизе» Л. Бетховена

Такты 1—8 (с повторением): дети лежат и слушают педагога. Затем начинают двигаться: встают, бегают (руки согнуты в локтях), выполняют мелкие потряхивания кистями рук (маленькие крылышки.)

- Педагог начинает говорить о большом жуке, дети отводят прямые руки слегка назад, выполняют более широкие и тяжелые движения, сопровождая их звуком "ж-ж-ж".

Маленький жучок лежал в самой середине цветка на спинке. У него было шесть лапок. Две он положил под голову, две сложил на животе, а две положил друг на друга, стал покачивать одной лапкой и смотреть на небо. По небу плыли облака, они были разные: большие и маленькие, маленькие и большие.

"Интересно, а я умею летать?" — подумал жучок. Он перевернулся на живот, встал на колени и вытянулся. Вдруг за спиной у него что-то щелкнуло — это раскрылись маленькие крылышки. Он глубоко вздохнул и... полетел! "Ура! Я умею летать!" — радовался жучок. Он летел, обгоняя бабочек и стрекоз. Его маленькие крылышки издавали нежный звенящий звук.

Вдруг жучок услышал рядом с собой громкое низкое жужжание: "Ж-ж-ж" — и увидел, что мимо него летит большой майский жук! Жучок на какое-то мгновение замер в воздухе.

Майский жук пролетал так близко от него, что жучок хорошо разглядел крепкие блестящие крылья и замечательные пышные усы! У жучка даже дух захватило от такой красоты!

Жучок старался из всех сил лететь рядом с майским жуком, но крылышки его были совсем еще маленькие и слабенькие. Очень скоро жучок устал. Он опустился на середину цветка, сложил крылышки, лег на спинку, положил две лапки под голову, две сложил на животе, а две положил друг на друга. Глядя на летящие облака, жучок стал мечтать о том, что, когда он вырастет, он станет таким же большим и красивым майским жуком и у него обязательно вырастут такие же замечательные, ну просто великолепные пышные усы!

Педагог говорит медленно, спокойно, ласково, с выражением. Предложить детям лечь на пол на спину, ноги согнуть в коленях, одну ногу положить на другую, выполняют то, о чем говорит педагог.

Танцевальная фантазия «Солнечный луч»

Цель: Развивать творческие способности, потребности самовыражения в движении под музыку.

Музыка «Мой путь» Ж. Рево и К. Франсуа

Упражнения с ниткой без музыкального сопровождения:

- держать ниточку за один конец;
- держать ниточку за разные концы двумя руками;
- держа ниточку за край, провести ею по ладони другой руки;
- делать те же движения с двумя нитками.

С нитками выполнять различные пробежки, махи руками, кружения, рисовать узоры в воздухе и т.п. по предложению детей.

Педагог читает стихотворение, дети танцуют с нитками.

Лучиком может быть тоненькая ниточка мулине. Желательно, чтобы было много оттенков желтого 13. (от очень светлого до ярко-оранжевого).

Предложить желающему ребенку выучить наизусть и прочитать стихотворение.

Утром ранним

Это солнце заглянуло.

Кто-то странный

Будто руку, протянуло

Заглянул в мое окно — Тонкий лучик золотой

На ладошке появилось

И, как с первым лучшим другом,

Ярко-рыжее пятно.

Поздоровалось со мной!

С. Пшеничных

Танцевальная фантазия «Пигмалион»

Цель: Развивать эмоциональную сферу и умение выразить эмоции в мимике и пантомимике, воспитывать умения сопереживать другим.

Музыка М. Леграна (мелодия из кинофильма)

Дети стоят или сидят (кто как хочет) в разнообразных позах — это скульптуры. Затем начинают движение в соответствии с текстом.

Много лет тому назад в древнем государстве жил знаменитый скульптор. Он умел творить чудеса: из больших и красивых камней высекал статуи. Скульптор вкладывал

в них всю свою душу, любовь и мастерство. Статуи были все разные, непохожие друг на друга. Скульптор ходил между ними и любовался на творения своих рук. Они стояли неподвижные, их мраморные лица ничего не выражали: они были холодные и надменные, но, несмотря на это, очень-очень красивые. Творцу захотелось, чтобы все ожили и радовались жизни. Он стал ходить между своими статуями и нежным ядом и теплым прикосновением рук вдыхал в них жизнь. Каменные фигуры оживали, медленно поворачиваясь и разглядывая друг друга, а потом начинали плавно, неторопливо двигаться. Первые их движения были

неуклюжие, ведь они еще не умели ходить, не умели танцевать, даже не умели улыбаться! Но произошло чудо: их движения становились все выразительнее, красивее, грациознее. Они начали танцевать.

Казалось, для них ничего в мире не существует, кроме музыки и танца.

Но вот наступала ночь, и все они опять застывали в своих позах и, засыпая, вспоминали о том, что с наступлением следующего дня они опять будут танцевать под звуки прекрасной, нежной музыки.

Дать детям представление о скульптуре. Принести на занятие несколько статуэток, рассмотреть их. Объяснить слово "ваять" — лепить из глины или высекать из камня. Рассказать легенду о Пигмалионе и Галатее.