

**Сборник игр и упражнений, направленных на коррекцию
агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста**



Сборник игр и упражнений, направленных на коррекцию агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста.

Данный сборник предназначен для использования подобранных упражнений и игр педагогами начальной школы, педагогами-психологами, а также студентами педагогических специальностей с целью коррекции агрессивного поведения младших школьников. Методическая разработка может быть эффективна применена в рамках учебных и внеурочных занятиях, а также при организации групповых и индивидуальных занятий.

Эффективное применение подобранных игр и упражнений позволит облегчить процесс организации урочной и внеурочной деятельности, а также общение между младшими школьниками.

Содержание

Пояснительная записка	4
Игры и упражнения, направленные на работу с гневом.....	6
Игра «Обзывалки» (Кряжева Н.Л.).....	6
Игра «Тух – тиби - дух» (К.Фопель).....	6
Игра «Бумажные мячики» (Фопель К.).....	6
Игра «Маленькое приведение» (Холодова М.А.)	6
Игра «Злые мыльные пузыри» (К.Фопель).....	6
Игра «Рубка дров» (К.Фопель)	7
Упражнение «Листок гнева» (Цыцарина А.А.).....	7
Игры и упражнения, направленные на обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева	8
Игра «Свирепый тигр» (А.Н. Лихачёва)	8
Игра «Добрые приветствия» (Фопель К.)	8
Игра «Король» (Фопель К.).....	8
Игра «Апельсин (или лимон)» (Ковалева Т.В.).....	8
Игра «На море» (Фопель К.)	8
Игра «Копилка обид».....	9
Упражнение: «Перебирание предметов»	9
Игры и упражнения, направленные на формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию.....	10
Игра: «Попроси предмет» (Гречко Е.В.).....	10
Упражнение: «Рисование» (Люткова Е.)	10
Упражнение: «Ролевое проигрывание ситуаций» (А.М. Никонова).....	10
Игра: «Общее настроение» (Чеснокова Е.Н.).....	10
Игра: «Эмоции героев» (А.М. Никонова).....	11
Игра: «Прогноз погоды» (Н.В. Кашеварова).....	11
Упражнение: «Интонация» (Р. Р. Калинина).....	12

Пояснительная записка

В последние годы наблюдаются тенденции по росту агрессивного поведения в школах, каждый второй школьник в России (57%) сталкивался с агрессией сверстников в школе. Таковы результаты исследования, проведённого компанией «Михайлов и партнёры. Аналитика», но если раньше эта проблема касалась исключительно детей подросткового возраста, то сейчас она становится всё более распространённой в начальной школе. Нарастающая волна детской преступности и значительное увеличение числа несовершеннолетних детей, склонных к агрессивному поведению, поставили перед педагогами задачу, работать с детьми проявляющими и склонными к агрессивному поведению. Решать и изучать данную проблему необходимо именно с детьми младшего школьного возраста, ведь поведенческие проявления у учеников начальной школы находятся в стадии своего становления и при своевременной профилактике их, легко устранимы.

Использование игр и упражнений, как средства коррекции агрессивного поведения очень эффективно, ведь помогает ребенку в удобной для него обстановки избавиться от накопленной агрессии и научиться её контролировать.

Сборник игр и упражнений, направленных на коррекцию агрессивного поведения младших школьников, имеет высокую актуальность и практическую значимость в контексте реализации требований ФГОС НОО и ФОП НОО. В современных условиях, когда вопросы воспитания и социализации детей становятся особенно важными, данный сборник может сыграть ключевую роль в формировании у обучающихся навыков мирного взаимодействия, эмоциональной саморегуляции и социальной ответственности.

Согласно ФГОС НОО (пункт 1): личностное развитие обучающихся включает в себя духовно-нравственное и социокультурное воспитание. Игры и упражнения, направленные на коррекцию агрессивного поведения, способствуют формированию у детей таких качеств, как эмпатия, толерантность и уважение к другим. Это соответствует требованиям ФГОС, направленным на развитие гражданского сознания и соблюдение норм поведения в обществе.

В рамках организации комфортной образовательной среды ФГОС НОО в пункте 34.1 подчеркивает важность создания безопасной и развивающей образовательной среды. Разработанный методический продукт по целевому назначению будет использован для снижения уровня агрессии и конфликтности среди детей, что в свою очередь будет влиять на создание в классном коллективе атмосферы доверия и сотрудничества, способствовать укреплению психического здоровья и социального благополучия обучающихся.

Одной из целей ФОП НОО является учет индивидуальных особенностей развития детей. Разработанный сборник может быть применён и адаптирован под различные группы обучающихся, включая тех, кто испытывает трудности в общении и имеет повышенный уровень агрессивности. Игры и упражнения дифференцированы по направленности работы с агрессивными детьми, что позволяет учитывать индивидуальные потребности каждого ребенка, тем самым выполняя эффективную коррекционную работу над поведением обучающегося.

Помимо теоретической значимости разработанного сборника можно выделить и практическое изучение проблемы агрессивности младших школьников ряда учёных: С.В. Еникополов, И.А. Фурманов, Т.Г. Румянцева, З. Фрейд, Р. Бисалиев и др. В трудах ученых подробно представлены особенности проявления агрессивного поведения у детей. Но, не смотря на большое количество исследований данной проблемы, интерес к ней не угасает.

Под агрессией Р.В. Бисалиев и его коллеги подразумевают деструктивное мотивированное поведение, которое противоречит правилам и нормам сосуществования людей в обществе, которое наносит вред объектам нападения (неодушевленным и одушевленным), которое приносит физический ущерб (состояние напряженности, отрицательные переживания, состояния подавленности, страха и т. д.). Проявления детской агрессии является одной из наиболее острых проблем для общества в целом.

Младшие школьники наиболее восприимчивы к деструктивным внешним воздействиям: средствам массовой информации, киноиндустрии, компьютерным играм, пропагандирующим агрессию.

Говорить об агрессивности ребенка можно, если у него проявляются данные формы прямой агрессии, которые выделил С.Д. Маллаев:

- физическая (когда сила используется против другого человека с целью причинения повреждения, боли (это могут быть драки, намеренные толкания, «щипки», «подножки»);
- эмоциональная (является прямым подавлением мнения, свободы и личностного пространства другого человека в целом);
- материальная (когда происходит намеренная порча вещей (надписи на стенах, партах, личных вещах другого лица, школьных принадлежностях, воровство);
- вербальная (когда реализуются систематические насмешки, «поддразнивание», выражение отрицательных эмоций (брань, ярость), он часто спорит и ругается со сверстниками и взрослыми, теряет над собой контроль, игнорирует принятые правила, специально раздражает окружающих, отказывается признавать свои ошибки, часто сердится, завидует сверстникам, подозрителен, мстителен, негативно настроен к окружающим).

Иногда у ребёнка может проявляться косвенная агрессия, которую очень трудно обнаружить, она проявляется в данных признаках:

- частичное игнорирование (т.е. непринятие в некоторые виды деятельности, например, игры, обсуждения, сплетни и т.д.);
- полное игнорирование (молчание, бойкот).

Существенными причинами появления агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста являются: стремление привлечь к себе внимание, стремление получить желанный результат, стремление быть главным, защита и месть, желание ущемить достоинство другого с целью подчеркнуть собственное превосходство. Также одной из главной причиной является семья.

У учителей большое количество времени отводится на проведение уроков и внеурочных занятий, на которых целесообразно будет применять игры и игровые упражнения, так как их интеграция в учебный процесс или внеурочную деятельность не предполагает значительных временных затрат, что позволяет учителям эффективно использовать время урока. Помимо этого, их применение повышает познавательный интерес детей к определённой теме.

Таким образом, целесообразно использование игр и игровых упражнений, с целью коррективы агрессивного поведения у младших школьников. Для удобства учителей при подборе данных игр составлен данный сборник.

Целью сборника является подбор и систематизация игр и упражнений, направленных на коррекцию агрессивного поведения у младших школьников.

Задачи сборника:

- 1) подбор игр и упражнений, направленных на коррекцию агрессивного поведения у младших школьников;
- 2) систематизация игр и упражнений, направленных на коррекцию агрессивного поведения у младших школьников;
- 3) оформление сборника игр, направленных на коррекцию агрессивного поведения у младших школьников, в соответствии с требованиями.

Разработанный сборник включает следующие разделы:

- игры и упражнения, направленные на работу с гневом;
- игры и упражнения, направленные на обучение навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева;
- игры и упражнения, направленные на формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию.

Разделы были определены на основе авторского подхода американских психологов М. Алворд и П. Бейкер.

Данный сборник предназначен для использования подобранных упражнений и игр педагогами начальной школы, педагогами-психологами, студентами педагогических специальностей при прохождении «Производственной (преддипломной) практики, а также практики «Практики пробных уроков» на 3-4 курсах обучения с целью коррекции агрессивного поведения младших школьников

Игры и упражнения, направленные на работу с гневом

Игра «Обзывалки» (Кряжева Н.Л.)

Цель: формирование умения выплеснуть гнев в приемлемой форме при помощи вербальных средств.

Оборудование: мяч

Инструкция: ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необходимыми словами (заранее обговаривается условие какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: «А ты... морковка!» Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты... солнышко!».

Игра «Тух – тиби - дух» (К.Фопель)

Цель: формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме, снижение эмоционального напряжения.

Оборудование: -

Инструкция: 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 произнесите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами.

Игра «Бумажные мячики» (Фопель К.)

Цель: предоставление детям возможности вернуть бодрость и активность после того, так они чем-то долго занимались сидя, снизить беспокойство и напряжение войти в новый жизненный ритм.

Оборудование: лист бумаги (газеты)

Инструкция: ребята, мы сейчас с вами поиграем в игру «Бумажные мячики» я вам раздала листы бумаги. Вам необходимо их сейчас скомкать так, чтобы получился ложный мячик.

Разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждая из них выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло 4 метра. По команде ведущего вы начинаете бросать мячи на сторону противника. Команда будет такой: «Приготовились! Внимание! Начали!»

Вам нужно стремиться как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на стороне противника. Услышав команду «Стоп!» вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячей на полу.

Игра «Маленькое приведение» (Холодова М.А.)

Цель: развитие умения выплескивать гнев в приемлемой форме.

Оборудование: -

Инструкция: Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и попугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (взрослый приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом: «У!» Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить: «У...», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить».

По окончании игры: «Молодцы! Пошутили — и хватит. Давайте снова станем детьми!».

Игра «Злые мыльные пузыри» (К.Фопель)

Цель: формирование умения у детей контролировать гнев с помощью дыхательной техники.

Оборудование: -

Инструкция: ребята, давайте сейчас с вами назовем ситуации, когда вы злитесь на кого-то или на что-то. (После того как каждый ребенок выскажется) педагог продолжает: «Сейчас я научу вас, как справляться со своим гневом и злостью. Закройте глаза и представьте, что у вас в руках

трубочка для мыльных пузырей. (Дети подносят ладони к губам, имитируя соломинку.) Медленно выдыхайте, чтобы образовался мыльный пузырь, который наполнен злостью.

Сделайте большой злой пузырь. Вот он образовался и полетел вверх, выше и выше. Он становится меньше и меньше и вот совсем исчез.

Теперь сделайте другой «злой» пузырь и под ждите, пока он исчезнет в воздухе или лопнет. Пускай пузыри до тех пор, пока вся злость не выйдет из вашего тела. Затем можно открыть глаза». Когда все дети откроют глаза, взрослый продолжает: «А сейчас подул прохладный ветерок и унес остатки всех злых пузырей, которые были у нас в группе».

Игра «Рубка дров» (К.Фопель)

Цель: снижение эмоционального напряжения.

Оборудование: -

Инструкция: ребята, кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны, находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Представьте, что вы ставите кусок бревна на пень, поднимаете топор над головой и с силой опускаете его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!».

Методические рекомендации: для проведения этой игры можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди.

Упражнение «Листок гнева» (Цыцарина А.А.)

Цель: формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме, снижение эмоционального напряжения.

Оборудование: лист бумаги, карандаш, мусорное ведро

Инструкция: давай с тобой представим, как выглядит твой гнев: какой он формы, размера, на что или на кого похож. Теперь попробуй изобразить получившийся образ на бумаге. А теперь, чтобы справиться с твоим гневом, ты можешь выбрать разные способы его уничтожения. Ты можешь рвать, комкать, кусать, топтать, пинать листок до тех пор, пока не почувствуешь, что это чувство уменьшилось. А после того, как ты справишься с ним, мы соберем все кусочки с твоим гневом и выбросим их в мусорное ведро.

Игры и упражнения, направленные на обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева

Игра «Свирепый тигр» (А.Н. Лихачёва)

Цель: развитие выдержки, наблюдательности, формирование умения управлять своим поведением.

Оборудование: игрушка «тигренок».

Инструкция: и так, ребята, встаем в круг на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга я сейчас начерчу дом тигра. Вам нужно закрыть глаза, а я буду обходить круг за вашими спинами и говорить: «Я иду искать свирепого тигра!». Я дотронусь до одного из вас и передам ему игрушку (тигренок), кому я ее передала, тот и становится свирепым тигром. Затем вы открываете глаза и внимательно смотрите, кто из вас свирепый тигр, не выдаст ли он себя чем-нибудь.

Затем вы 3 раза спрашиваете хором, вначале тихо, а затем громче «Свирепый тигр, где ты?». При этом вы все смотрите друг на друга. Свирепый тигр быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, показывая игрушку и говорит: «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а тигр их ловит. Пойманного тигра отводит домой.

Игра «Добрые приветствия» (Фопель К.)

Цель: развитие самоконтроля, создание доброжелательной атмосферы.

Оборудование: -

Инструкция: когда марсиане кончают смеяться, они глубоко дышат: делают вдох-выдох, вдох-выдох. Это помогает им думать. И они понимают, что на планете Земля к ним относятся по-доброму. Марсианам хочется поприветствовать всех представителей Земли. Они приветствуют людей нежным рукопожатием, а животных ласково гладят. Сейчас я вам предлагаю передавать движение по кругу, называя представителя Земли. Например: «Приветствуем зайчонка», «Приветствуем мальчика» и др.

Игра «Король» (Фопель К.)

Цель: предоставление детям возможности на некоторое время оказаться в центре внимания, при этом никого, не смущая и не обижая. **Оборудование:** корона

Инструкция: кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого? Я хочу предложить вам игру, в которой вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно, а всего лишь минут на десять. Все остальные становятся их слугами и должны делать все, что приказывает король. Помните, что король не имеет права отдавать такие приказы, которые могут обидеть или оскорбить других, но он может позволить себе многое.

Он может приказать, например, чтобы его носили на руках, чтобы ему кланялись, чтобы подавали ему питье, чтобы слуги были у него «на посылках» и так далее.

И так, кто хочет стать первым королем? Все побудут немного нашими королями, не переживайте.

И так, кому понравилось быть королем? Если бы вы были настоящим королем и королевами, что бы вы сделали? Исправили? Создали?

Игра «Апельсин (или лимон)» (Ковалева Т.В.)

Цель: развитие умений управлять своим гневом и негативными эмоциями.

Оборудование: спортивные маты.

Инструкция: ребята, вам нужно лечь на спине, голову повернуть чуть набок, руки и ноги слегка расставить в стороны. Представьте, что к вашей правой руке подкатывается апельсин, возьмите его в руку и начните выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень сильно напряжена 8-10 сек.) теперь разожмите кулачок, откатите апельсин (некоторые дети представляют, что они выжали сок) ручка теплая ..., мягкая ..., отдыхает....

Затем апельсин подкатился к левой руке. И та же процедура выполняется с левой рукой.

Игра «На море» (Фопель К.)

Цель: развитие самоконтроля, создание доброжелательной атмосферы.

Оборудование: ноутбук, колонки.

Инструкция: вам нужно закрыть глаза и слушать меня внимательно, готовы?

Представьте - вы на море. Вы выходите из прохладной, соленой воды, усталые, измученные после долгого купания. Вам хочется быстрее прилечь на горячий песок. И вот вы, наконец, дошли до песка и упали на него. Тепло песка согревает все ваше тело. Вам хорошо. Солнце печет прямо в лицо, и вы лежите полностью расслабленные, дышите ровно и спокойно. Ничего вас не беспокоит.

Через 10-15 сек: «А теперь медленно откройте глаза и посмотрите друг на друга» (Все это время играет музыка со звуками моря).

Игра «Копилка обид»

Цель: развитие умения справляться с накопленным гневом, избавление от него приемлемым способом.

Оборудование: листы.

Инструкция: вам нужно нарисовать на листке «копилку». В нее нужно поместить (записать) все обиды, которые были пережиты до сегодняшнего дня.

(После написания) Что делать с этой копилкой обид?

Эти обиды не могут нам принести что-то хорошее, и их копить не нужно. Что же мы тогда можем с ней сделать?

Да, можно разорвать её или выкинуть. А что делать с текущими обидами?

Да, её не нужно хранить в себе, копить и мстить тоже не нужно, так как это не принесёт какого-либо удовольствия, а породит только ещё большие обиды и конфликты. В следующий раз вам тоже можно написать свои обиды на листок и избавиться от него, например: записывать обиду, а потом рвать листочек; выбрасывать в мусорное ведро со словами «эта обида мне больше не нужна»; мысленно отправлять обиду в небо (или пускать по ветру, воде), следи за тем, как по мере удаления она становится все меньше и меньше.

Методические рекомендации: перед проведением игры каждому раздать листок.

Упражнение: «Перебирание предметов»

Цель: развитие у детей навыков самоконтроля и концентрации внимания.

Оборудование: мисочка с мелкими предметами, таймер.

Инструкция: каждый из вас получит небольшую мисочку с маленькими предметами, такими как бусинки, пуговицы или фасолинки. Ваша задача будет аккуратно и медленно перебирать эти предметы пальцами. Я попрошу вас разделиться на пары и сесть друг напротив друга. Каждой паре я дам мисочки с предметами. Вам нужно будет взять эти предметы и начать их перебирать. Когда я подам сигнал, вы начнете медленно и аккуратно перебирать предметы пальцами. Очень важно делать это спокойно, без резких движений. Я установлю таймер на 1-2 минуты. За это время вы должны продолжать перебирать предметы, сохраняя спокойствие и концентрацию. Когда прозвучит сигнал об окончании времени, вы остановитесь и расскажете мне, как вам удалось справиться с заданием. Мы обсудим, удавалось ли вам сохранять спокойствие и сосредотачиваться на задаче. После игры мы поговорим о том, зачем важны навыки самоконтроля и концентрации. Вы узнаете, как такие упражнения помогают становиться более внимательными и спокойными. Мы повторим игру несколько раз, постепенно увеличивая время. Так вы сможете тренировать свои навыки и становиться лучше с каждым разом. В ходе игры: старайтесь перебирать предметы как можно медленнее и аккуратнее. Если вдруг захочется поторопиться, помните, что наша цель — сохранять спокойствие; не забывайте менять предметы для перебирания, чтобы вам было интересно; я всегда буду рядом, чтобы помочь вам и похвалить за успехи.

Готовьтесь, друзья! Игра «Перебирание» начинается!

Игры и упражнения, направленные на формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию

Игра: «Попроси предмет» (Гречко Е.В.)

Цель: отработка навыков эффективного взаимодействия, эмпатии, умения сотрудничать.

Оборудование: любой предмет (карандаш, ластик и т.д.).

Инструкция: инструкция к участнику 1: «Ты держишь в руках предмет (тетрадь, карандаш), который очень нужен тебе, но он нужен и твоему другу. Он будет у тебя его просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать». Инструкция участнику 2: «Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали». Затем участники 1 и 2 меняются ролями.

Упражнение: «Рисование» (Лютова Е.)

Цель: развитие эмпатии, творческого воображения.

Оборудование: колонка с тихой спокойной музыкой, лист А4, фломастеры, цветные карандаши.

Инструкция: нарисуйте доброе животное и назовите его ласковым именем, наградите его какой-нибудь волшебной изюминкой. После того, как вы закончите рисовать, представьте своего доброго животного.

Упражнение: «Рольевое проигрывание ситуаций» (А.М. Никонова)

Цель: развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания.

Оборудование: карточки с ситуациями.

Примеры ситуаций:

- «ты вышел во двор и увидел, что там дерутся два незнакомых мальчика»;
- «ты гуляешь в парке и видишь, как девочка плачет возле сломанной качели. Что ты сделаешь?»;
- «во время прогулки по лесу ты нашел потерянный кошелек. Что делать дальше?»;
- «твой друг случайно разбил окно в школе мячом. Никто не видел, кроме тебя. Что будешь делать?»;

Инструкция: у каждого из вас будет карточка с описанием какой-то жизненной ситуации. Это может быть ситуация, связанная с дружбой, безопасностью, помощью другим людям и так далее. Выберите себе роль – сами, либо попросите кого-то другого. Важно, чтобы вы сами решали, как будете действовать в этой ситуации. Поднимите руку, кто уже определился со своей ролью. Приглашаю проиграть ситуацию, остальные ребята будут наблюдателями. Молодцы. Теперь поменяйтесь своими ролями и заново проиграйте ту же ситуацию. Ребята, какие действия были правильными? Какие можно было бы улучшить? А почему нельзя поступить наоборот? Что может случиться в таком случае? Получается, как нам необходимо поступать в такой ситуации? Молодцы!

Методические рекомендации: детям задаются игровые ситуации, которые они инсценируют. Упражнение выполняется коллективно (участники, которые разыгрывают ситуацию и наблюдатели). Задача актеров – максимально естественно проиграть данную ситуацию, наблюдатели же анализируют увиденное.

Игра: «Общее настроение» (Чеснокова Е.Н.)

Цель: развитие понимания, чувствования настроения собеседника.

Оборудование: карточки с названиями эмоций.

Инструкция: дорогие ребята! Сегодня мы объявляем конкурс на лучшее изображение эмоций! Ваша задача — показать радость, страх, гнев и горе с помощью мимики и жестов. Но это ещё не всё! Когда вы найдёте подходящее выражение для каждой эмоции, нужно будет придумать и издать звук, который ассоциируется у вас с этим состоянием.

Вот как мы будем действовать:

- выберите эмоцию. Вы можете выбрать одну из предложенных эмоций: радость, страх, гнев или горе. Попробуйте представить себе эту эмоцию внутри себя;
- изобразите её мимикой и жестами. Используйте свое лицо и тело, чтобы передать выбранную эмоцию. Например, если вы выбрали радость, улыбнитесь широко и раскройте руки,

будто хотите обнять весь мир. Если же вы выбрали страх, сделайте испуганное лицо и прикройте глаза руками;

- придумайте звук. Когда ваше выражение эмоции готово, придумайте звук, который передает это состояние. Может быть, это будет смех, крик, рыдание или что-то совсем необычное?

- поделитесь своим выражением. Покажите остальным ребятам, как вы изобразили эмоцию, и издайте свой звук. Мы все посмотрим и послушаем, насколько точно и ярко получилось передать настроение.

Не забывайте, что каждая эмоция уникальна, поэтому старайтесь найти своё собственное выражение, а не копируйте других. Если вам сложно придумать, как выразить ту или иную эмоцию, вспомните момент из своей жизни, когда вы испытывали эти чувства.

Например, вспомнив радостные события, такие как день рождения или получение подарка, вы сможете легче изобразить радость. А неприятные воспоминания помогут вам точнее передать горе или гнев.

Чтобы сделать задание интереснее, попробуйте выполнять его с закрытыми глазами. Откройте их только тогда, когда полностью почувствуете нужную эмоцию и найдете способ ее выражения.

Давайте начнем наш конкурс! Желаю всем удачи и ярких эмоций!

Игра: «Эмоции героев» (А.М. Никонова)

Цель: развитие эмпатии, умения оценить ситуацию и поведение окружающих.

Оборудование: карточки с символическими изображениями различных эмоциональных состояний, короткая сказка о доброте.

Инструкция: дорогие ребята! Сегодня мы будем играть в увлекательную игру, связанную с чтением сказки. Я прочитаю вам короткую сказку, а ваша задача — следить за тем, как меняется настроение главного героя в разных ситуациях.

Для этого каждому из вас будут выданы маленькие карточки с символическими изображениями различных эмоциональных состояний. Эти изображения могут показывать радость, грусть, удивление, страх и другие эмоции.

Когда я буду читать сказку, внимательно слушайте и следите за настроением главного героя. Если вы считаете, что герой испытывает какую-то конкретную эмоцию, отложите соответствующую карточку на стол. Можете отложить сразу несколько карточек, если думаете, что в одной ситуации герой мог испытывать смешанные чувства.

После того, как я закончу чтение, каждый из вас расскажет, в каких ситуациях и почему, на ваш взгляд, герой испытывал те или иные эмоции. Мы обсудим ваши ответы и попробуем понять, правильно ли вы уловили настроение персонажа.

Помните, что эта игра требует внимательности и умения анализировать поведение героев. Поэтому постарайтесь сосредоточиться и слушать сказку очень внимательно.

Мы можем провести эту игру либо индивидуально, либо в небольшой группе, чтобы каждому из вас было удобно участвовать и делиться своими мыслями.

Теперь давайте начнем нашу сказочную историю!

Методические рекомендации: можно предложить детям также посмотреть тематический мультфильм, после чего организовать обсуждение поступков героев. Примеры мультфильмов: «Приключения кота Леопольда» - мультфильм о добродушном коте, которому постоянно досаждают зловредные мыши. Посыл о том, как важно и нужно жить дружно. «Котенок по имени Гав» - трогательная история о маленьком котенке, который искал себе дом и друзей. Мультфильм учит состраданию и заботе о ближних.

Игра: «Прогноз погоды» (Н.В. Кашеварова)

Цель: формирование умения снимать эмоциональное напряжение посредством игры.

Оборудование: бумага, восковые мелки.

Инструкция: иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим собой. Может быть, вы слишком рано встали и чувствуете себя не выспавшимися, может быть, что-то испортило вам настроение. И тогда вполне нормально, если другие оставят вас на некоторое время в покое, чтобы вы смогли восстановить свое внутреннее равновесие.

Если с вами случится такое, вы можете дать нам понять, что вам хочется побыть в одиночестве, чтобы к вам никто не подходил. Сделать это можно так: вы можете показать

одноклассникам свой «прогноз погоды». Тогда всем будет понятно, что на какое-то время, вас нужно оставить в покое.

Возьмите лист бумаги и восковые мелки и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению в таких случаях. Или просто напишите большими раскрашенными буквами слова «Штормовое предупреждение». Таким способом вы можете показать другим, что у вас сейчас «плохая погода», и вас лучше не трогать. Если вы чувствуете, что вам хочется покоя, вы можете положить такой лист перед собой на парту, чтобы все знали об этом. Когда вы почувствуете себя лучше, можете «дать отбой». Для этого нарисуйте небольшую картинку, на которой из-за дождя и туч начинает проглядывать солнце или покажите своим рисунком, что для вас солнце уже светит всюю.

Упражнение: «Интонация» (Р. Р. Калинина)

Цель: развитие у детей понимания и чувствования друг друга, дифференцировка слухового восприятия, раз-витие эмпатии.

Оборудование: -

Инструкция: дорогие ребята, я предлагаю вам интересное упражнение. По очереди каждый из вас будет повторять одну и ту же фразу, но с разными чувствами и разной интонацией. Например, фраза может звучать злобно, радостно, задумчиво или с обидой. Посмотрим, как одно и то же предложение может приобрести совершенно разное значение в зависимости от того, как оно произнесено.

Пример фразы: «Я пойду гулять» (Произношение: злобное, радостное, задумчивое, обидчивое).

Попробуйте произнести эту фразу с разными интонациями, и мы увидим, как она меняет смысл.

Также, как вариант, мы можем попробовать проиграть диалог между сказочными героями. Например, представьте, что вы разговариваете с другом или подругой, и обсудим, как изменится разговор, если использовать разные интонации.

Это упражнение поможет вам лучше понимать, как интонация влияет на восприятие слов, и научиться более выразительно говорить.

Итак, начинаем! Кто хочет первым попробовать изменить интонацию?