



## Копилка мастерства



А.В. Уханова

# Программа развития эмоционально-волевой и коммуникативной сферы старших дошкольников

*Уханова Анна Владимировна — закончила факультет психологии Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова в 1989 году.*

*С 1995 года работает педагогом-психологом в государственном образовательном учреждении Ярославской области «Центр детей и юношества». С 2002 года ведет групповые занятия с дошкольниками. Сторонник комплексного подхода к развивающей работе с детьми.*

*Приоритеты в практической работе с детьми:*

*— для каждого ребенка есть свои задачи развития, которые должны быть решены в первую очередь;*

*— в деле развития ребенка важны партнерские отношения психолога и родителя.*

**Представленная работа — один из лауреатов выставки-конкурса научно-практических разработок «Психологические ресурсы образования Ярославской области — 2007».**

*Продолжение. Начало в «Вестнике практической психологии образования» №№ 2, 3, 4 за 2008 год.*

### **Занятие 17. «Чувство робости, стеснения»**

**Задачи:** способствовать совершенствованию понимания чувств героя по контексту ситуации, совершенствованию узнавания чувств робости и смущения по их невербальным проявлениям; способствовать овладению этими чувствами.

**Необходимые материалы:** детские стульчики, дидактика из игры «Зоопарк настроений», листы бумаги, мелки, карандаши для всех участников.

*Развернутый план занятия*

**1. Игра «Назови друга»** (см. блок 1).

**2. Игра «Карусель»** (см. блок 1).

**3. Задание «Угадай про кого рассказ»**

Используется дидактика из развивающей игры «Зоопарк настроений» (см. приложение). Ведущий раскладывает перед детьми картинки с изображениями животных в различных эмоциональных состояниях и предлагает им представить, что это звериный детский сад на прогулке. Он предлагает детям найти тех зверей, о которых пойдет речь.

Текст:

В группу звериного детского сада на прогулку привели «новеньких». Все сразу их обступили. Зверьям было интересно. Им захотелось познакомиться с новыми друзьями и вместе поиграть. Но новые зверья молчали и только украдкой улыбаясь, поглядывали на всех исподлобья.

**4. Беседа**

Вопросы: какие чувства испытывали «новенькие» зверья, что с ними происходило? случилось ли с вами что-то подобное, когда? как вы себе помогли справиться со смущением?

Возможные варианты самопомощи: сказать о своем смущении, волнении окружающим; начать самому разглядывать окру-



жающих, найти среди новых, незнакомых детей самого дружелюбного и подойти к нему; вспомнить что-нибудь приятное, вспомнить моменты, в которые чувствовал себя спокойным и уверенным.

#### 5. Сюжетно-ролевая игра «Новенькие зверята»

По жребию можно выбрать «новеньких зверят» и проиграть сюжет так, чтобы состояние смущения, робости было точно выражено детьми, а затем они предприняли бы какие-то действия, помогающие им справиться с этими чувствами. Затем участники игры меняются ролями.

#### 6. Рисунок «Мое успешное выступление»

Ведущий предлагает детям вспомнить, когда у них «все получалось», они чувствовали себя уверенными и удачно выступали, что-то рассказывали или показывали в кругу своих близких или на утреннике в детском саду, а может быть, на сцене. Дети рисуют мелками или карандашами, а затем показывают свои рисунки всем и рассказывают о них.

### Занятие 18. «Наши чувства»

*Задачи:* закрепление и проверка полученных детьми в ходе занятий знаний о различных эмоциональных состояниях, умений узнавать и называть эмоциональные состояния людей по их мимическим проявлениям, а также адекватно выражать свои чувства.

*Необходимые материалы:* мягкий мяч; развивающая игра «Зоопарк настроений»; стулья; таблички с пиктограммами эмоциональных состояний, которые легко можно повесить на спинки стульев; аудиозапись приятной музыки; изображение поезда с вагончиками на листе ватмана; вырезанные из бумаги кружочки-лица с отдельными нарисованными деталями (см. приложение) и чистые кружочки; фломастеры и клеящие карандаши для всех участников.

*Развернутый план занятия*

#### 1. Игра «Назови друга» (см. блок 1).

#### 2. Игра «Какое у меня настроение»

Дети передают друг другу мяч. Тот, у кого мяч, называет свое настроение.

#### 3. Лото «Зоопарк настроений»

Каждый из участников получает большую карточку с шестью рисунками животных в различных эмоциональных состояниях. Ведущий в свободном порядке показывает игрокам маленькие карточки с изображениями отдельных животных. Каждый раз участники, у которых такое изображение есть на большой карточке, поднимают руку. Затем по указанию ведущего один из них называет чувство животного, второй соглашается с ним или исправляет его ошибку. Ведущий выдает им белые листы, которыми они закрывают изображение того животного на своей большой карточке, эмоции которого они определили верно. Выигрывает тот, кто правильно назовет все изображенные у

него на большой карточке эмоциональные состояния и закроет их белыми листами.

#### 4. Игра «Кто в теремочке живет?»

Одна часть помещения остается свободной, в другой части в ряд спинками к играющим выстраиваются стулья — домики, в которых «живут разные чувства». Жребием или считалкой выбирается водящий. Он встает в свободной части помещения. По сигналу ведущего все остальные дети превращаются в «волшебных человечков», которые свободно двигаются по залу под музыку. В это время ведущий развешивает на спинках стульев пиктограммы различных эмоциональных состояний так, чтобы они не были видны игрокам и водящему. Как только музыка заканчивается, все «человечки» разбегаются по «домам». Они смотрят на пиктограмму, висющую на спинке стула, а затем садятся на него «верхом», т. е. лицом к спинке стула. Водящий по очереди обходит все «домики», стучится в «двери» — спинки стульев и спрашивает: «Кто в теремочке живет?» В ответ участник, занявший «домик», должен с помощью мимики показать то чувство, которое изображено на его пиктограмме. Водящий отгадывает чувство. Следующим водящим может быть тот, чье чувство осталось неотгаданным. Игра повторяется. Во время музыкальной паузы ведущий перевешивает пиктограммы эмоциональных состояний.

#### 5. Творческое задание «Американские горки»

Ведущий вспоминает вместе с детьми аттракцион «американские горки». Он показывает детям рисунок поезда с вагончиками на листе ватмана и объясняет, что этот поезд уже отправился в путешествие по «американским горкам», только пока там нет пассажиров. Заполнить поезд пассажирами должны дети. Каждый ребенок получает несколько бумажных кружочков-лиц, на которых уже нарисованы отдельные детали, а также пустой кружочек, фломастеры и клеящий карандаш. Задача каждого участника — угадать и дорисовать чувства на кружочках-лицах, а также придумать и нарисовать лицо с каким-либо эмоциональным выражением на пустом кружочке, наклеить все кружочки-лица на ватман в вагончики поезда. Затем дети рассказывают о своих пассажирах и их чувствах.

### Занятие 19. «Наши чувства»

*Задачи:* закрепление и проверка полученных детьми в ходе занятий знаний о различных эмоциональных состояниях, умений узнавать и называть эмоциональные состояния людей по их невербальным проявлениям, а также развитие творческих способностей и эмоциональной выразительности у детей.

*Необходимые материалы:* мягкий мяч; аудиозапись приятной музыки; бланки для заданий «Чувства в домиках» и «Нарисуй чувства» (см. занятие 1), фломастеры и простые карандаши; развивающая игра «Зоопарк настроений»; настольно-печатная игра «Фоторобот»; ватман с изображением «цветка настроений», выполненного на первом занятии цикла; вырезанные из журналов и газет фотографии людей



в различных эмоциональных состояниях; клеящие карандаши для всех участников.

*Развернутый план занятия*

**1. Игра «Назови друга»** (см. блок 1).

**2. Игра «На что похоже мое настроение»**

Дети передают друг другу мяч под музыку. Когда музыка замолкает, тот, у кого оказался мяч, отвечает на вопрос ведущего: «На что похоже твоё настроение?» Причем ведущий каждый раз предлагает новые сравнения: «На какой цвет, предмет, растение, животное, героя мультфильма похоже твоё настроение?»

**3. Задание на бланке «Чувства в домиках»** (см. занятие 1).

**4. Задание на бланке «Нарисуй чувства»** (см. занятие 1).

**5. Игра «Здравствуй, ребята»**

Дети сидят на стульях. В руках у каждого большая карточка с изображениями животных в различных эмоциональных состояниях (из развивающей игры «Зоопарк настроений»). Перед ними на некотором расстоянии стоит ширма, слева от которой расположен стол. На столе картинками вниз разложены маленькие карточки из игры «Зоопарк настроений». С помощью жребия или считалки выбирается водящий. Он подходит к столу, берет одну из карточек (так, чтобы никто не видел изображения) и уходит с ней за ширму. Задача водящего почувствовать эмоциональное состояние животного, изображенного на карточке, и перевоплотиться в него. Затем он в образе этого животного выходит к зрителям из-за ширмы и произносит фразу «здравствуй, ребята». Зрители должны отгадать, кто к ним пришел и настроение «гостя».

**6. Задание «Сложи лицо»** (дополнительное задание)

Каждый участник получает картинку-образец лица в определенном эмоциональном состоянии. На столе в свободном порядке разложены части (верхние и нижние) изображений лиц в различных эмоциональных состояниях (использована дидактика из настольно-печатной игры «Фоторобот»). Задача игрока найти по образцу части лица, сложить их и назвать чувства героя.

**7. Коллаж «Цветок настроений»**

На столе разложены вырезанные из журналов и газет фотографии людей в разных эмоциональных состояниях. На стене висит кусок ватмана с изображением «Цветка настроений», нарисованного детьми на первом занятии цикла. Дети получают клеящие карандаши. Задача каждого участника выбрать интересные фото и наклеить их на ватмане рядом с лепестками цветка так, чтобы настроение человека на фотографии и цвет лепестка были похожи. Затем все участники рассматривают цветок.

Ведущий спрашивает детей: трудно ли было подбирать фотографии к лепесткам цветка? какие на-

строения у людей на фотографиях? нравится ли детям цветок?

### ЧАСТЬ III. КОММУНИКАТИВНЫЕ СПОСОБНОСТИ

Коммуникация, общение — процесс социального взаимодействия, результатом которого является создание социальной общности при сохранении индивидуальности каждого участника; процесс созидания человеческих взаимоотношений.

Выделяют три стороны процесса общения: коммуникативную (передача информации); интерактивную (взаимодействие) и перцептивную (взаимовосприятие).

Коммуникативные способности — индивидуальные психологические качества человека, создающие возможность успешного общения, т. е. возможность создания гармоничных отношений с другими людьми, при которых сохраняется баланс в удовлетворении их индивидуальных потребностей.

Общение — процесс, в котором человек проявляется целостно. Невозможно выделить психологическую сферу, которая бы не влияла на общение. Особенности общения определяются когнитивными (познавательными), эмоционально-волевыми и поведенческими качествами участников.

К группе когнитивных качеств относятся социальная компетентность и социальный интеллект, позволяющий понимать причины поступков, как своих, так и чужих, видеть подтекст различных коммуникативных ситуаций, прогнозировать поведение людей и развитие ситуации. Этот вид интеллекта относительно независим в общей интеллектуальной структуре. К этой же группе относятся уровень развития познавательных процессов у участников общения, а также уровень развития самосознания и рефлексивных способностей. Наличие этих качеств является весьма важным для успешного гармоничного общения.

Вторая группа качеств — эмоционально-волевые оказывает, на наш взгляд, первостепенное влияние на особенности общения человека. Она теснейшим образом связана с мотивационно-потребностной сферой человека. Развитие коммуникативных потребностей, интереса к другим является основой любого общения и одной из задач данной программы. Способность испытывать социальные чувства (симпатию, сопереживание, радость за другого и т. п.), удовольствие от общения, а также умение строить длительные отношения, питать глубокие чувства — все это обогащает процесс общения. Для повышения эффективности общения важно снижение общей тревожности, агрессивности, напряженности в контакте, преодоление страхов, «обидчивости» (склонности часто испытывать чувство обиды).

Базой для эффективного гармоничного общения можно назвать развитие саморегуляции эмоционального и психофизического состояния его участников



и произвольности в целом. Этому было уделено пристальное внимание в двух предыдущих частях программы. Поэтому в третьей части навыки саморегуляции могут лишь закрепляться, а основным является развитие коммуникативных потребностей, социальных чувств, самосознания и коммуникативной компетентности, совершенствование навыков общения.

Последние имеют отношение к третьей группе качеств, определяющих успешность общения — поведенческим. Общение протекает гармонично при наличии у его участников достаточного арсенала социально-приемлемых способов коммуникативного поведения, коммуникативных навыков. К таким навыкам относятся: умение знакомиться, завязывать контакты; способность рассказать о себе и выслушать другого, задать вопросы; умение сделать комплимент, похвалить и покритиковать приемлемым способом; способность оказать помощь, выразить сочувствие, умение договориться и уговорить, обратиться с просьбой, отказаться или принять предложение и т. п. Все эти навыки должны подкрепляться мимикой, пантомимикой, выразительностью речи, способностью чувствовать границы пространства другого, умением понимать информацию, переданную невербальным способом и др.

**Основные задачи** третьей части нашей программы — способствовать развитию у детей интереса к совместным со сверстниками играм и занятиям, развитию социальных чувств и коммуникативной компетентности; совершенствованию у них навыков общения. Для решения этих задач используются разнообразные игро- и арт-терапевтические техники (в практической части они упрощенно называются играми). В каталоге игр они поделены на шесть разделов в соответствии с их основной направленностью. *Каталог игр для третьей части программы представлен в приложении на CD.*

Эффективность этой части программы повышается, если она проводится с учетом групповой динамики и индивидуальных особенностей детей. В соответствии с ними и должны подбираться игры для конкретных занятий. Поэтому, предложенные ниже планы занятий и их последовательность являются примерными. Они составлены на основе обычной схемы занятия (1 — вводная, разминочная часть; 2 — основная часть; 3 — завершение занятия, подведение итогов). На каждом занятии необходимо использовать разнообразные виды деятельности с учетом интересов детей, по возможности чередуя подвижные, активизирующие и спокойные, расслабляющие игры и задания.

**Ожидаемый результат** — развитие коммуникативных способностей, рост коммуникативной успешности детей.

**Показатели результативности:** рост интереса к другим детям, желания общаться, взаимодействовать (при недостаточно выраженных коммуникативных потребностях на начало учебного года); совершенствование

конкретных навыков общения; рост позитивных социальных проявлений в контактах со сверстниками (при начальном уровне ниже среднего), снижение негативных эмоциональных реакций — тревоги, обиды, агрессивности в контактах (при их уровне на начало учебного года выше среднего), а также адаптированность ребенка в группе, наличие у него в группе взаимных симпатий с другими детьми, способность ребенка взаимодействовать с разными детьми в группе, способность сотрудничать и соперничать — соревноваться.

Для отслеживания результативности используются следующие методы.

1. Метод шкальной оценки родителями проявлений своих детей (бланк для шкальной оценки см. в приложении). Замеры проводятся в начале и в конце занятий по программе по следующим шкалам:

- желание общаться с ровесниками;
- умение познакомиться, завязать отношения;
- умение играть вместе с другими детьми;
- умение поддерживать относительно длительные дружеские отношения;
- умение рассказать о себе и событиях своей жизни;
- умение выступать, что-то делать публично;
- агрессивность в контактах со сверстниками;
- обидчивость в контактах со сверстниками;
- тревожность ребенка;
- проявление сочувствия, помощи, поддержки другим;

2. Социометрия — игра «Тайная почта» (описание см. в содержании занятий);

3. Наблюдение ведущего в процессе занятий.

### **Планы занятий III части программы**

#### **Занятие 1**

**Задачи:** способствовать сплочению группы, развитию у детей интереса друг к другу.

**Необходимые материалы:** мягкий или резиновый мяч, маленькие конфетки или мелкое печенье, аудиозапись детской ритмичной музыки, мягкое покрытие, стул или кресло, повязка на глаза (по желанию).

#### *План занятия*

1. **«О хорошем расскажи»** (см. занятие 1 второй части программы)

2. **«Сладкая игра»** — 2.10.

3. **«Заводила»** — 2.1.

4. **«Мишка, проснись»** — 2.8.

5. **«Жмурки»** — 2.9

#### **Занятие 2**

**Задачи:** способствовать сплочению группы, развитию у детей интереса друг к другу, закреплению умения произвольно регулировать свое поведение в контакте.



*Необходимые материалы:* резиновый мяч, два стула, веревочка, лист бумаги формата А4, фломастеры.

*План занятия*

1. «Скажем слово вместе» — 2.3
2. «Сколько пальцев» — 2.4.
3. «Камень, ножницы, бумага» — 2.5.
4. «Передаем мяч» — 1.18.
5. «Препятствие» — 2.19.
6. «Рисуем по очереди» — 3.5.

### Занятие 3

*Задачи:* способствовать сплочению группы, развитию у детей интереса друг к другу.

*Необходимые материалы:* маленький предмет (колечко), веревочка, кегли, аудиозапись приятной музыки, пазлы.

*План занятия*

1. «Колечко, колечко...» — 2.11.
2. «Пойдем поиграем!» — 3.2.
3. «Принцесса, воин и дракон» — 2.6.
4. «На автомобиле» — 2.7.
5. «Составляем картинку вместе» — 2.16.

### Занятие 4

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, рефлексии, формированию адекватного позитивного «Я-образа».

*Необходимые материалы:* аудиозапись приятной музыки, картинки, на которой изображены растения, различные животные, предметы, флажки из цветной бумаги, прикрепленные на стену на разной высоте, бланки с заданиями различной сложности.

*План занятия*

1. «Цвет моего настроения» — 1.5.
2. «В кого я превращусь» — 1.1.
3. «Покажи любимое занятие» — 4.2.
4. «Как высоко я прыгну?» — 1.8.
5. «Какое задание я выполню?» — 1.10.

### Занятие 5

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, рефлексии, формированию адекватного позитивного «Я-образа», повышению гибкости поведения, креативности в контакте.

*Необходимые материалы:* цветные колечки от игры «Кольцеброс» и спортивная палка, аудиозапись с приятной музыкой, резиновый мяч, кегли, карточки с описаниями «трудных ситуаций».

*План занятия*

1. «Чего я хочу?» — 1.2.
2. «Звери, птицы, небылицы» — 4.4.

3. «Любимое — нелюбимое» — 1.7.
4. «С какого расстояния я собою кегли?» — 1.9.
5. «Наимудрейший», или «Что делать, когда трудно» — 1.11.

### Занятие 6

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия.

*Необходимые материалы:* клубок тесьмы или шерстяных ниток, резиновые игрушки, мягкий мяч, обруч, счетные палочки.

*План занятия*

1. «Клубочек» — 3.12.
2. «Игрушки знакомятся» — 3.1.
3. «Чай, чай, выручай (с мягким мячом)» — 6.7.
4. «Сколько прикоснулось» — 2.12.
5. «Палочки» — 6.9.

### Занятие 7

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия, развитию креативности и рефлексии в общении.

*Необходимые материалы:* карточки с изображением различных предметов, вырезанные из бумаги и по-разному раскрашенные пары рукавичек, бумажная кукла и набор одежды для нее для каждого участника, листы бумаги формата А4, фломастеры.

*План занятия*

1. «Мартышка и зеркало» — 2.2.
2. «Покажи слово» или «Телефон» — 4.1.
3. «Получи рукавичку» — 3.9.
4. «Кто что хочет» — 1.12.
5. «Рисуем вдвоем» — 2.15.

### Занятие 8

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия, развитию рефлексии, десенсибилизации страхов.

*Необходимые материалы:* мяч, резиновые игрушки, детские стулья, картинки-символы, нарисованные на листочках с клеящимся краем.

*План занятия*

1. «Похвалилки» или «Мне нравится в тебе...» — 3.6.
2. «Магазин «Попроси» — 3.3.
3. «Мигалки» — 2.17.
4. «Кто потерялся?» — 1.15.
5. «Комплимент» или «Наклей картинку кому хочешь» — 3.7.



### Занятие 9

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия, развитию рефлексии, десенсбилизации страхов.

*Необходимые материалы:* набор картинок из классификации, обручи.

*План занятия*

1. «Зоопарк» — 4.5.
2. «Как вы договоритесь?» — 1.13.
3. «Собери свои картинки» — 3.10.
4. «Бабочка» — 6.4.
5. «Можно войти?» или «Гости» — 3.4.

### Занятие 10

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия, развитию рефлексии.

*Необходимые материалы:* карточки с изображением разных геометрических фигур, листочки с клейким краем с нарисованными на них геометрическими фигурами, игрушки, кружочки из картона двух цветов, листы бумаги формата А4, фломастеры.

*План занятия*

1. «Почему он так поступил?» — 1.14.
2. «Что у меня на спине» — 3.11.
3. «Телепаты» — 1.16.
4. «Говорю «Да», говорю «Нет»» — 3.8.
5. «Компьютер и художник» — 5.1.

### Занятие 11

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия, развитию рефлексии.

*Необходимые материалы:* мягкий мяч, бумага (два склеенных листа ватмана), гуашь, кисти, вода в небольших емкостях, тряпки, игрушки.

*План занятия*

1. «Что я люблю» — 1.6.
2. «Рисуем группой» («Календарь наших дней рождений») — 2.14.

3. «Каравай» — 2.21.

4. «День рождения» — 3.13.

### Занятие 12

*Задачи:* способствовать формированию и закреплению навыков взаимодействия, десенсбилизации страхов.

*Необходимые материалы:* стулья, мешочки с песком, скакалки или веревочки.

*План занятия*

1. «Зоопарк» — 4.5.

2. «Разведчики» или «Под обстрелом» — 6.5.

3. «Мигалки» (см. игру 2.17) — 6.8.

4. «Скульптор» — 5.6.

5. «Скачки» — 5.4.

### Занятие 13

*Задачи:* способствовать развитию креативности и рефлексии в контакте, десенсбилизации страхов.

*Необходимые материалы:* бланки с заданиями различной сложности, веревочка, подушки, стулья, листы бумаги формата А4, карандаши или фломастеры.

*План занятия*

1. «Какое задание я выполняю?» — 1.10.

2. «В магазине игрушек» — 4.3.

3. «Пройди по мосту» или «Поединок» — 6.3.

4. «Веребочка» — 6.1.

5. «Дорисуй» — 2.22.

### Занятие 14

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия.

*Необходимые материалы:* мягкий мяч, большая разрезная картинка, подписанные конверты (лучше с фотографиями детей) из бумаги разного цвета, наборы сердечек из плотной цветной бумаги определенного цвета для посланий участников, фломастеры, карандаши.

*План занятия*

1. «О хорошем расскажи» (см. занятие № 1 второй части программы).

2. «Составляем картинку вместе» — 2.16.

3. «Почта» — 2.13.

4. «Тайная почта» — 2.23.

### Занятие 15

*Задачи:* способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия, креативности в контакте.

*Необходимые материалы:* игрушки, мягкий мяч.

*План занятия*

1. «Зоопарк» — 4.5.

2. «Робот» — 5.2.

3. «Иностранцы» — 4.6.

4. «Пожелания друзьям» — 2.25.

5. «Письма от друзей» — 2.24.

Продолжение в следующем номере.