

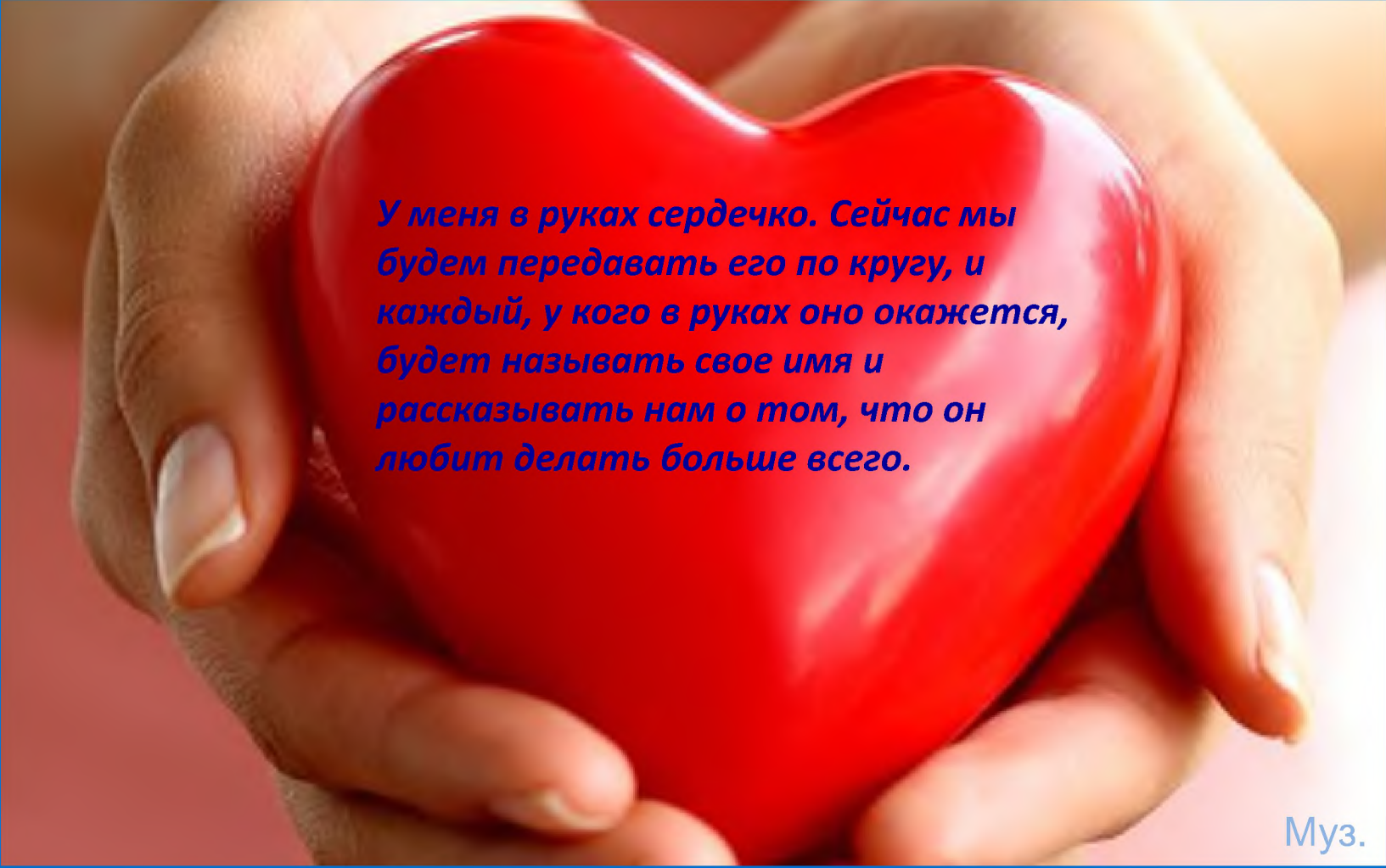
Программа эмоционального развития детей  
**«Удивляюсь, злюсь, боюсь,  
хвастаюсь и радуюсь»**

Занятие 1  
**Робость**



Педагог-психолог: Коссе С.Ф.

# Упражнение «Я люблю...»

A close-up photograph of a pair of hands holding a large, glossy red heart. The heart is the central focus, with the hands positioned around it, one on the left and one on the right. The background is a soft, out-of-focus light color. The text is overlaid on the heart in a blue, italicized font.

*У меня в руках сердечко. Сейчас мы будем передавать его по кругу, и каждый, у кого в руках оно окажется, будет называть свое имя и рассказывать нам о том, что он любит делать больше всего.*

Муз.



*Робкий  
стеснительный*

**Знакомство с  
эмоцией  
«Робость»**



# История про девочку Машу



Девочка Маша первый раз пришла в детский сад. Она вошла в раздевалку, переоделась, познакомилась с воспитателями и подошла к двери в группу. Она чуть приоткрыла дверь и заглянула внутрь. На её лице было вот такое чувство (покажите пиктограмму "робость"). Оно называется робость. Давайте попробуем изобразить его. Глаза чуть опущены. Голова слегка наклонена в бок. Кто хочет изобразить Машу?.. Что могут сделать дети, чтобы помочь девочке?..

**Хорошо!**

# **Как помочь робкому человеку?**

## **1. Привлечь к совместным играм**





## 2. Оказывать знаки внимания



### 3. Проявлять свою любовь





# Отношения с группой и воспитателем





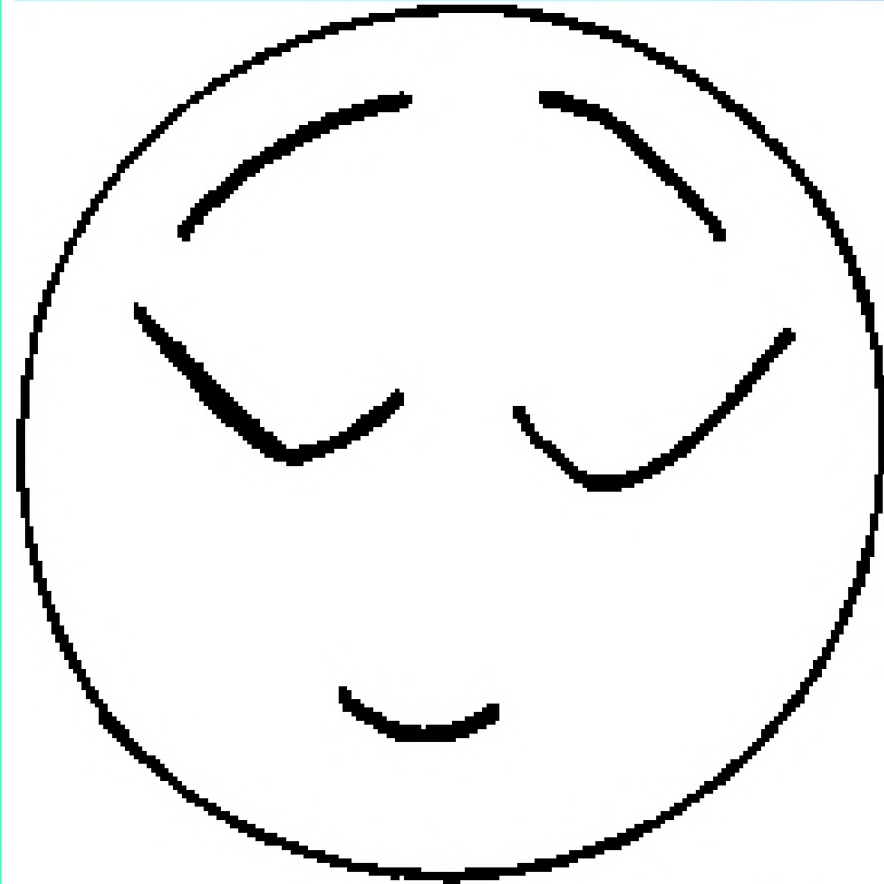
**В каких  
ситуациях мы  
можем  
испытывать  
смушение?**

**Нарисовать  
пиктограмму  
«Робость»**

**Дети помещают свои  
пиктограммы на доску.**

## **Задание**

**Рисование пиктограммы  
«Робость»**



**Робость**

# Игра «Я - "Лев!"»

Закройте глаза и представьте себе, что каждый из вас превратился во льва.

**Лев — царь зверей.**

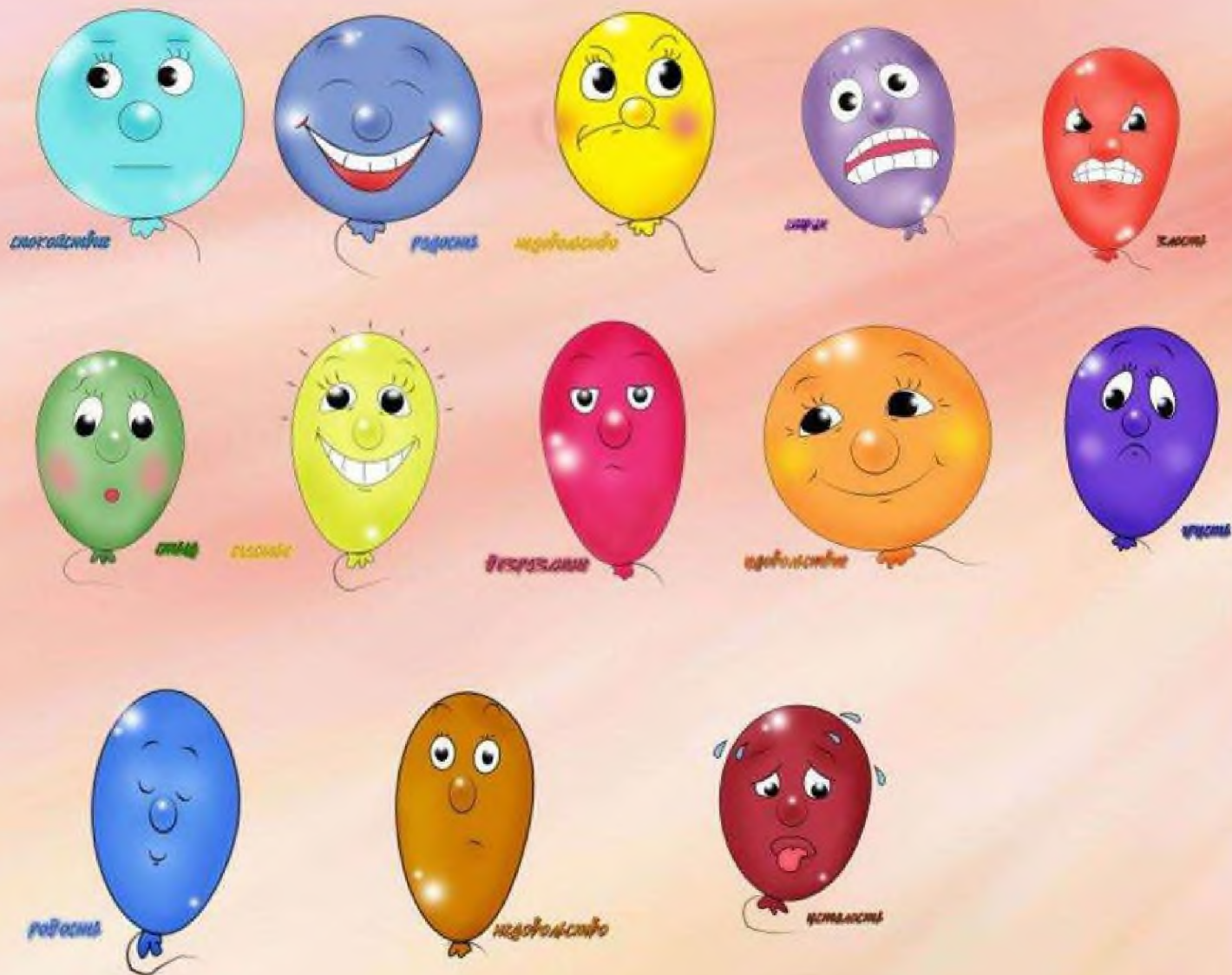
Сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный, мудрый. Он красив и свободен.



Откройте глаза и по очереди представьтесь от имени льва, например: **"Я — лев Максим"**. Пройдите по кругу гордой, уверенной походкой... Отлично!



# Игра «Найдите нужное изображение»



# Игра «Найдите нужное изображение»







motivations.ru

*Садитесь на стульчики. Пусть каждый скажет о себе: "Я очень хороший" или "Я очень хорошая". Но перед тем как сказать, давайте немножко потренируемся. Сначала произнесем слово "Я" шепотом, потом — обычным голосом, а затем — прокричим его. Теперь давайте таким же образом поступим со словами*



# *Упражнение «Мое настроение»*

Детям предлагается рассказать о своем настроении: можно сравнить с каким-то цветом, животным, состоянием, погодой и т.д.





Выберите смайлик одного цвета и узнаете , какое у вас настроение:

подавленное



неважное



хорошее



ровное



мрачное



радостное



восторженное

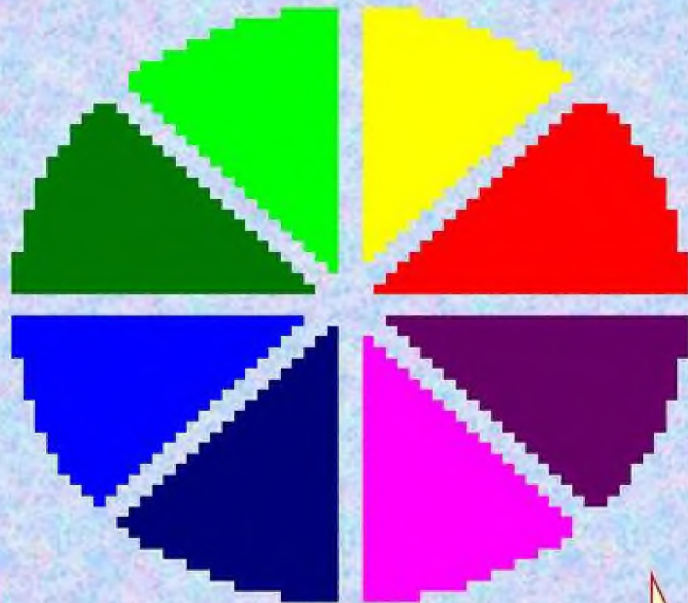


# МОЕ НАСТРОЕНИЕ

| Цвет       | Эмоциональное состояние          |
|------------|----------------------------------|
| Красный    | Восторг                          |
| Оранжевый  | Радость, веселье                 |
| Желтый     | Светлое, приятное настроение     |
| Зеленый    | Спокойствие, уравновешенность    |
| Синий      | Грустное настроение              |
| Фиолетовый | Тревожное, напряженное состояние |
| Белый      | Равнодушие (трудно сказать)      |



# Цвет и настроение



яркие  
светлые  
веселые

темные  
тусклые  
грустные



***Нарисуй своё настроение  
используя цветные карандаши.***













# Диагностика настроения в конце занятия



# Упражнение «Круг»



Предположить каждому ребёнку высказать свое понимание происходящего на занятии, описать свои чувства, переживания, мысли.

## **Задания:**

Вспомните сегодняшнюю работу в группе и продолжите следующую фразу:

**- Интересным для меня было сегодня...**



Муз.