**Комплекс занятий для развития эмоциональной сферы детей младшего дошкольного возраста**

Для развития эмоциональной сферы у детей желательно вместе с игровыми занятиями проводить и познавательные, на которых, используя разработанные методы, знакомить детей с эмоциями.

Занятия желательно проводить один раз в неделю со всеми детьми. Они разбиты на разделы. В первый раздел входят занятия, на которых детей знакомят с эмоциями. Занятия второго раздела служат для углубления и закрепления знаний, полученных на предыдущих занятиях.

**I раздел**

**Цель занятий 1 раздела:**

* познакомить детей с эмоциями: радостью, грустью, гневом, страхом;
* формировать умение различать эмоции по схематическим изображениям, понимать свои чувства и чувства других людей;
* развивать умение передавать заданное эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства;
* способствовать снижению психологического напряжения.

**Занятие 1. Радость.**

**1. Прослушивание музыкального произведения «Танец маленьких утят»**

Вопросы к детям:

О чем вы думали, когда слушали музыку?

Какая музыка: быстрая или медленная?

Музыка грустная или веселая?

Что хочется делать под такую музыку?

**2. Повторное прослушивание музыкального произведения**

Детям предлагается потанцевать под эту музыку. По окончании музыки обратить внимание детей на то, какие у них были лица, как они двигались. Объяснить, что так они выражали радость.

**3. Беседа**

Сделать акцент на том, что все дети во время танца выражали свою радость по-своему. Спросить, от чего зависит, как человек выражает свою радость.

**4. Рисование на тему «Радость»**

Предложить детям дорисовать мордочку ежика. Педагог предлагает краски и акцентирует внимание детей на том, что у ежика чего-то не хватает. Дети приходят к выводу о том, что ежику нужно дорисовать ротик и иголки. Малыши рисуют пальчиками. Совместно с педагогом дети обсуждают, краски какого цвета им понадобятся для творчества и придумывают названия рисунков.

**5. Движения под рифмованное четверостишие «Улыбнемся»**

Ножками мы топаем,

Ручками мы хлопаем,

А теперь мы повернемся,

И друг другу улыбнемся!

**5. Проигрывание этюда «Котята и мама-кошка»**

Педагог: «Сядем на ковер и представим, что мы – котята. Котята маленькие, пушистые, ласковые. Котята проснулись, потянулись плавно и нежно. Пришла хозяйка и налила котятам молоко. Покажите, как котята пьют молоко (лакают воображаемое молоко из чашки). Сытые и довольные котята легли на ковер».

 **6. Хоровод**

Детям предлагается встать в хоровод и всем вместе порадоваться хорошей песне «Вместе весело шагать...» (муз. В. Шаинского, сл. М. Матусовского).

**Занятие 2. Грусть**

**1. Прослушивание музыкальной композиции «Колыбельная» Ф. Мендельсона**

Вопросы к детям:

Какая музыка: быстрая или медленная?

Что хочется делать под такую музыку?

Детям предлагается охарактеризовать музыкальное произведение.

**2. Беседа по сказке: «Заюшкина избушка»**

Предлагается вспомнить:

Какому герою сказки было грустно? Почему ему было грустно?

Почему ему было грустно?

Как вы поняли, что зайчику было грустно?

**3. Выполнение движений под рифмованный стих «Зайка»**

Зайка беленький сидит,

Он ушами шевелит.

Вот так, вот так!

Он ушами шевелит.

Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть.

Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп!

Надо лапочки погреть.

Зайке холодно стоять,

Надо зайке поскакать.

Скок, скок, скок, скок!

Надо зайке поскакать.

Детям предлагается охарактеризовать настроение зайчика, в тот момент, когда он замерз – изобразить эмоцию грусти.

**3. Игра с пиктограммами эмоций и цветными карточками.**

Педагог показывает детям пиктограммы «Радостный грибочек», «Грустный грибочек» и предлагает внимательно рассмотреть брови, глаза, рот грибочка. Дети выбирают цветную карточку.

Детям предлагается найти из предложенных цветных карточек ту, которая соответствует настроению грибочка. Педагог поясняет – если настроение радостное – карточка яркого цвета (оранжевого, желтого, зеленого), если настроение героя грустное – карточка темного цвета (коричневого, черного, серого).

**3. Прослушивание песни Козы из сказки «Волк и семеро козлят»**

Прослушать песню, в которой Коза рассказывает, как переживает потерю козлят. Совместно с педагогом дети приходят к выводу, что у козы грустное настроение.

**4.** **Рисование «Хвост петушка»**

Педагог обращает внимание детей на картинку «Петушок». Педагог задает детям вопросы:

- Какое настроение у петушка?

- Как вы думаете, почему у петушка грустное настроение?

Предлагается пальчиками с помощью ярких красок дорисовать хвост петушку, чтобы настроение петушка стало радостным.

**5. Выполнение упражнения «Снеговик»**

Педагог: «Встаньте в круг. Мы превратимся с вами в снеговиков: ноги на ширине плеч, согнутые в локтях руки вытянуты вперед, кисти округлены, все мышцы напряжены. Снеговик улыбается, потому что ему хорошо, снеговик радостный. Но вот снеговик почувствовал, что солнышко стало светить ярче, на улице потеплело. Под теплыми веселыми лучами снеговик начал медленно таять. Снеговику стало грустно. Он опустил голову, постепенно его мышцы расслабляются. Снеговик бессильно опускает голову, затем кисти рук, опускает руки. Снеговик сгибается пополам, опускается на корточки, падает на пол. Снеговик полностью расслабляется».

**Занятие 3. Гнев**

**1. Чтение отрывков из произведения К.И.Чуковского «Мойдодыр», где автор описывает гнев Умывальника и Крокодила.**

Вопросы к детям:

Почему рассердились Мойдодыр и Крокодил?

Как сердится Мойдодыр?

Как сердится Крокодил?

Рассматривание иллюстраций, на которых изображены сердитые Мойдодыр и Крокодил.

Детям предлагается рассказать, как они пришли к выводу о том, что Мойдодыр и Крокодил находятся в состоянии гнева.

**2. Драматизация отрывка из сказки Л.Н. Толстого «Три медведя»**

Педагог предлагает вниманию детей иллюстрации с изображением медведей из сказки «Три медведя». Во время просмотра иллюстраций педагог зачитывает отрывки из произведения – слова героев (медведей) в эпизоде, где медведи пришли из леса домой.

Дети совместно с педагогом разыгрывают эпизод, где описывается, как сердятся медведи, узнав о том, что кто-то пользовался их вещами.

Педагог обращает внимание детей на то, как с помощью мимики и движений тела выражают гнев медвежонок, медведица и медведь.

**3. Выполнение упражнения «Могучий тигр»**

Педагог: «Встанем на колени на пол и положим руки на ноги. Вы можете превратиться в сильных тигров: крепкие когти, могучая голова, большие лапы. Широко откройте тигриные глаза, высуньте тигриный язык. Очень большой и грозный вид! Вы сердиты теперь. Покажите, как сердится тигр. А теперь порычим, как рычит тигр! Рычите на меня страшным рыком. Теперь порычите на других «тигров». Потрясите головой, оближите губы, как это делает тигр. Тигр большой, смелый, сильный. Мы такие же смелые, сильные, крепкие, как тигры!».

**4. Рисование гнева**

Предложить детям цветовым пятном пальчиками изобразить свой гнев.

Цвет краски дети выбирают самостоятельно. Рассмотреть с детьми рисунки. Обратить внимание на цветовую передачу гнева, отметить схожесть и отличия в изображениях гнева детьми.

5. **Игра «Елочки»**

Педагог предлагает детям встать в круг и представить, что они – маленькие елочки,

Педагог: «Вы маленькие елочки. Елочки сердиты, выставили свои иголочки, им холодно. Изобразите эмоцию гнева. Я – снежинка. Когда я буду дотрагиваться до вас мягким кусочком ваты – вы будете менять свое настроение на радостное, потому что елочки любят снег». Педагог дотрагивается кусочком ваты (или мягкой тканью или перышком) до различных частей лица или тела детей.

Веселая пушинка

Летала, летала

И села деткам на носик!

Веселая пушинка

Летала, летала

И села деткам на щечки!

**Занятие 4. Страх**

**1. Игра «Гуси-лебеди»**

Дети гуляют по группе, представляя, что они находятся на цветущей полянке. Когда ведущий подает сигнал тревоги, дети прячутся за стульчики.

Игра повторяется несколько раз.

**2. Упражнение «Найди пиктограмму»**

Педагог заранее раскладывает кубики эмоций – пиктограммы, предлагает детям выбрать пиктограмму страха.

Сопоставить выбор детей с тем чувством, которое они переживали, когда прятались от гусей.

Рассмотреть с детьми выбранную ими пиктограмму, обратить внимание на брови, глаза, рот.

**3. Пальчиковая гимнастика «Туки-туки, мишка»**

Туки-туки, мишка

В свой бежит домишко, (стучим кулачками по коленкам)

Забегает во двор

И калитку на запор. (из пальцев рук делаем «замок»)

Туки-туки, мишка,

В свой бежит домишко, (стучим кулачками по коленкам)

На лугу бычок бодался, (показываем «рога»)

Мишка очень испугался! (делаем большие выпученные глаза, показывая мимикой лица эмоцию страха, обхватываем себя руками)

Обсуждение с детьми чувства, которое испытывал мишка. Педагог делает акцент на выражении эмоции детьми, закрепляет понятие эмоции страха.

**4. Чтение отрывка из сказки С. Михалкова «Три поросенка» (эпизод, в котором описывается, как поросята убегают от волка и дрожат от страха)**

Вопросы к детям:

 - Кто из поросят испугался волка?

 – Почему Наф-Наф не боялся страшного волка?

Рассмотреть иллюстрации с изображением поросят, обратить внимание на особенности изображения смелого поросенка.

**5. Игровое упражнение «Пальчики прячутся»**

Педагог: «Сядьте на пол в круг, протяните руки вперед и пошевелите пальчиками, как сороконожка. Быстро поработайте пальцами в воздухе, в одну сторону, в другую сторону. Теперь спрячем пальчики в кулачках, чтобы никто их не увидел. Теперь покажите всем свои пальчики, помашите друг другу обеими руками. Теперь положите руки на колени, пусть они отдохнут».

**6. Рисование «Яркая рыбка»**

Педагог обращает внимание детей на картинку: «Посмотрите, мама-рыбка не видит свою маленькую дочку, потому что она за водорослями. Маленькая рыбка тоже ищет маму, не может ее найти. Педагог задает вопросы:

- Как вы думаете, какие чувства испытывает маленькая рыбка?

- Как вы думаете, что нужно сделать, чтобы мама-рыбка и маленькая рыбка нашли друг друга?

Предлагается пальчиками с помощью ярких красок раскрасить маленькую рыбку.

**II раздел**

**Цель занятий II раздела:**

* продолжать знакомство детей с эмоциями радости, грусти, гнева, страха;
* закрепить полученные на предыдущих занятиях знания и умения;
* расширить представления детей об эмоциях, предлагая их сравнивать;
* развивать воображение.

**Занятие 1. Радость и грусть**

**1. Знакомство с гномами**

К детям в гости пришли гномы Кирюша и Антоша. Один гном радостный. Другой гном – грустный. Когда заходит в группу радостный гном – звучит веселая музыка. Когда в группу заходит грустный гном – звучит грустная музыка.

Гномы знакомятся с детьми. Вопросы к детям:

Чем похожи гномы?

Чем отличаются?

Как вы думаете, что могло огорчить Кирюшу?

Что могло обрадовать Антошу?

**2. Литературные загадки. Игра с цветными карточками.**

Дети делятся на две группы. Одну возглавляет Кирюша, другую – Антоша. Группам предлагаются радостные и грустные отрывки из сказок. Каждая команда старается выбрать и поднять карточку нужного цвета.

**Отрывки из сказок:**

«Сестрица Аленушка, мочи нет, напьюсь я из копытца»! – «Не пей, братец, козленочком станешь»! Не послушался Иванушка и напился из козьего копытца. Напился и стал козленочком... Зовет Аленушка братца, а вместо Иванушки бежит за ней беленький козленочек. Залилась Аленушка слезами, села под стожок – и плачет, а козленочек возле нее скачет. (Русская народная сказка «Сестрица Аленушка и братец Иванушка»)

«Кто сидел на моем стуле?!» – громко зарычал Михайло Потапыч. «Кто сидел на моем стуле и сдвинул его с места?» - не так громко зарычала Настасья Петровна. «Кто сидел на моем стульчике и сломал его?» - запищал Мишутка. (Русская народная сказка «Три медведя»).

Идет зайчик по тропинке и плачет. Навстречу ему Медведь. «Зайчик, почему ты плачешь?»… (Сказка «Заюшкина избушка»).

«Где же вы, мои козлятушки, где же вы, мои ребятушки?....И зачем же вы злому волку отпиралися…». Залилась Коза горькими слезами.

Собрали народ, пошли на реку, закинули сети шелковые и вытащили Аленушку на берег. Отрезали камень с шеи, окунули ее в ключевую воду, одели ее в нарядное платье. Аленушка ожила и стала краше, чем была. А козленочек от радости три раза перекинулся через голову и обернулся мальчиком Иванушкой. (Русская народная сказка «Сестрица Аленушка и братец Иванушка»)

Открыл дедушка короб, а там Машенька живехонька и радехонька. Стали бабушка с дедушкой Машеньку обнимать, умницей называть. (Русская народная сказка «Маша и медведь»).

Выигрывает та команда, которая дружно и быстро поднимает карточки и не ошибается.

**3. Выполнение движений под рифмованное стихотворение «Ножки»**

Педагог предлагает детям потанцевать и пригласить в круг гномов.

Застучали ножки по ровненькой дорожке, (топаем ногами)

Застучали много раз,

Будет весело у нас, (хлопаем в ладоши)

Кулачком сильнее бей, (кулачком стучим по ладошке)

Только ручки не жалей,

Постучим мы кулачком

И покружимся волчком! (кружимся)

**4. Рисование «Радуга»**

Предложить детям пальчиками с помощью цветных красок нарисовать для Кирюши и Антоши радугу.

Обратить внимание детей на то, что Кирюша улыбается.

**5. Хороводная игра «Колпачок»**

Дети вместе с гномами встают в круг и выбирают Колпачка. Колпачок встает в середину круга и танцует. Дети тоже танцуют и поют:

Колпачок, Колпачок, красные сапожки,

Колпачок, Колпачок, тоненькие ножки,

Мы тебя поставили,

Танцевать заставили,

Танцуй, сколько хочешь,

Выбирай, кого захочешь.

Колпачок выбирает кого-либо из круга и поет:

Я люблю, конечно, всех, а (имя ребенка) больше всех!

Колпачок обнимает ребенка, которого выбрал, становится на его место в круг. Дети меняются местами. Игра продолжается.

**Занятие 2. Радость и гнев**

**1. Драматизация потешки «Мишка косолапый»**

Вопросы:

Почему мишка рассердился?

Что сделал мишка, когда на него упала шишка?

**2. Выполнение упражнения «Зоопарк»**

Педагог: «Устроим в нашей комнате зоопарк! Сейчас мы с вами превратимся в различных зверей и птиц, покажем, как они двигаются, кричат. Мы с вами – обезьяны. Расставьте ноги шире, свободно опустите руки вниз, покачайте ими в разные стороны. Обезьяны прыгают, стучат себя лапами по грудной клетке. Повторите эти движения пару раз. Свободнее машите руками, как это делают обезьяны, прыгайте. Обезьяны нашли бананы, сорвали их, скушали. Покажите радостных обезьян. А теперь мы с вами – сердитые львы. Покажите гневных львов. Они рычат и пугают всех. Теперь превратитесь в жирафов. Станьте, широко расставив ноги, вытяните шею. Вытяните шею вперед, в одну сторону, теперь в другую сторону. Жирафы спокойны и радостны».

**3. Рисование «Солнышко»**

Предложить детям нарисовать пальчиками солнышко.

Педагог: «Нарисуйте солнышко таким, какое у вас настроение».

Цвет краски дети выбирают самостоятельно. Рассмотреть с детьми рисунки. Обратить внимание на цветовую гамму, отметить схожесть и отличия в изображениях солнышка детьми.

**4. Игра «Медведи и пчелы»**

Дети делятся на две группы. Одна группа – пчелы, другая – медведи.

Медведи воруют мед у пчел и убегают, а пчелы догоняют их.

Напомнить детям, что медведи, воруя мед, должны радоваться, а пчелы – выражать гнев.

**5. Музыкальный хоровод**

Детям предлагается встать в круг и всем вместе порадоваться, потанцевать под песню «Буратино».

**Занятие 3. Радость, грусть, страх**

**1. Изображение эмоций. Литературные отрывки**

Предложить детям прослушать отрывки из произведений К.И. Чуковского.

Во время чтения дети должны изображать соответствующую эмоцию на своем лице.

Отрывки из произведений:

И прибежала зайчиха И закричала: «Аи-Аи! Мой зайчик попал под трамвай!.. И теперь он больной и хромой, Маленький заинька мой!»

- А от бешеной мочалки я помчался как от палки, а она за мной. За мной. По Садовой, по Сенной.

Крокодилы в крапиву забилися, И в канаве слоны схоронилися. Только и слышно, Как зубы стучат, Только и видно, Как уши дрожат.

И доктор пришил ему ножки, И заинька прыгает снова. А с ним и зайчиха-мать Тоже пошла танцевать. И смеется она и кричит: «Ну, спасибо тебе, Айболит!»

- Дорогие гости, помогите! Паука-злодея зарубите! И кормила я вас, и поила я вас, не покиньте меня в мой последний час!

-Эй, Сороконожки, бегите по дорожке! Зовите музыкантов, будем танцевать!

Вот теперь тебя люблю я, вот теперь тебя хвалю я! Наконец-то ты. Грязнуля, Мойдодыру угодил!

Вопросы:

Какие чувства у вас возникали, когда вы слушали эти отрывки?

Какие чувства вам было легко передать, а какие – трудно?

Детям предлагается еще раз послушать отрывки, в эмоциональном изображении которых возникли затруднения.

**2. Игровое задание «Зверята в поезде»**

Детям предлагаются картинки с изображениями радостных, испуганных и грустных зверюшек. Рядом с персонажами поезд с окошечками. Окошечки в поезде разных цветов: оранжевого, коричневого, черного, желтого. Детям предлагается разместить зверят в поезде в соответствии с их настроением.

Вопросы:

С кем из зверят вам хочется поиграть?

Кто из зверят испуган?

Как мы можем успокоить его?

Кто из зверят грустный?

Как вы думаете, чем его можно развеселить?

**3. Музыкальная игра «Жили у бабуси два веселых гуся»**

Под русскую народную мелодию дети имитируют движения гусей*.*

Жили у бабуси два веселых гуся,

Один серый, другой белый, два веселых гуся!

Мыли гуси лапки в луже у канавки,

Один серый, другой белый спрятались в канавке!

«Ой», - кричит бабуся, «Ой, пропали гуси,

Один серый, другой белый,

Гуси мои, гуси»!

Выходили гуси, кланялись бабусе,

Один серый, другой белый, кланялись бабусе!

**4. Рассказы детей**

Педагог предлагает детям рассказать о веселых, грустных и страшных случаях из своей жизни.

**5. Чтение стихотворения «Маленький ежик»**

Педагог предлагает вниманию детей игрушку – ежика, читает стихотворение.

Маленький ежик,

Четверо ножек,

На спине листок несет,

Песенку поет:

«Туфты, туфты, туфты, туф –

На спине листок несу,

Самый сильный я в лесу,

Не боюсь саму лису».

Маленький ежик,

Четверо ножек.

На спине яблочко несет,

Песенку поет:

«Туфты, туфты, туфты, туф –

На спине яблочко несу,

Самый сильный я в лесу,

Не боюсь саму лису».

Педагог задает детям вопросы:

-Как вы думаете, какие чувства испытывает ежик?

-Кто может испугать ежика в лесу?

**6. Просмотр мультфильма «Малыш и Карлсон» (А. Линдгрен)**

Вопросы после просмотра:

Когда Малыш огорчался?

В каком эпизоде мультфильма Малыш радовался?

Чего испугались грабители?

**Комплекс занятий для развития эмоциональной сферы детей младшего дошкольного возраста**

