



**Социально-  
эмоциональное  
развитие детей**

**6+**

**ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА**

**МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**2-й год обучения**



Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. 6+ лет: материалы для родителей / А. В. Макаrchук, Е. В. Горинова. — Москва, 2020. — с. 54.

Представленные материалы являются дополнением к учебно-методическому комплексу «Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. 6+», по которому в этом году занимается ваш ребенок в детском саду.

УМК СЭР входит в серию образовательных продуктов «ШКОЛА ВОЗМОЖНОСТЕЙ», которая создана Благотворительным фондом «Вклад в будущее» для Программы по развитию личностного потенциала.

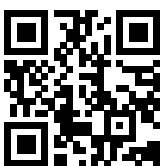
Узнать больше о Программе по развитию личностного потенциала можно здесь:



Познакомиться с серией образовательных продуктов «Школа возможностей» можно здесь:



Ваш совместный досуг с ребёнком обогатит и украсит уникальная электронная хрестоматия художественной литературы по развитию личностного потенциала. В ней доступны материалы для занятий с детьми с 5 до 18 лет.



<b>Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций</b> .....	4
Занятие 1. Мой портрет в рисунках и цифрах .....	6
Занятие 2. Где стоит буква «Я» в алфавите? .....	7
Занятие 3. Я состою из эмоций .....	9
Занятие 4. Чувства разные нужны .....	11
Занятие 5. Пишу своё первое письмо .....	12
Занятие 6. Я доверяю своим ощущениям .....	14
Занятие 7. Я играю в ассоциации .....	16
Занятие 8. Как договориться без слов .....	17
Занятие 9. О чём может сказать твоё тело? .....	18
Занятие 10. Как звучат эмоции? .....	20
Занятие 11. Оркестр моего настроения .....	21
Занятие 12. Скучное я делаю интересным .....	22
Занятие 13. Моё ателье цвета .....	23
Занятие 14. Страницы из моей книги эмоций .....	24
Занятие 15. Я рисую стихи .....	25
<b>Раздел 2. Эмоциональная регуляция</b> .....	26
Занятие 16. Как договориться с собой .....	28
Занятие 17. Искусство моего дыхания .....	30
Занятие 18. Я могу рисовать свои эмоции .....	31
Занятие 19. Удивительные игры с искусством .....	32
Занятие 20. Превращение моих эмоций .....	33
Занятие 21. Игра в собирателей .....	35
<b>Раздел 3. Социальное взаимодействие</b> .....	36
Занятие 22. Как стать хорошим другом .....	38
Занятие 23. Мой питомец мне друг .....	39
Занятие 24. Как помочь другому? .....	40
Занятие 25. Я могу поделиться с тобой .....	41
Занятие 26. Кубик согласия .....	42
Занятие 27. Где найти хорошее настроение? .....	44
Занятие 28. Зачем быть вежливым .....	45
Занятие 29. Я сочиняю игру .....	46
Занятие 30. Учимся играя .....	47
<b>Заключение</b> .....	48
<b>Анкета для родителей.</b>	
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций .....	49
Раздел 2. Эмоциональная регуляция .....	50
Раздел 3. Социальное взаимодействие .....	51
<b>Бланк анкеты</b> .....	52

# РАЗДЕЛ 1

## ВОСПРИЯТИЕ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ЭМОЦИЙ

# УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Это первый раздел материалов по программе «Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста». Всего в этом году их будет три.

Тема этого раздела – «Восприятие и понимание причин эмоций».

На занятиях дети продолжают изучать эмоции (радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес), учиться их выражать, распознавать, понимать причины возникновения эмоций у себя и других. Большое внимание уделяется искусству как средству эмоционального развития ребёнка, его творческого мышления. Каждому из 15 занятий этого раздела в ваших материалах посвящена отдельная страница. В ней для вас приведены рекомендации по выполнению семейных заданий, советы и комментарии психологов по социально-эмоциональному развитию.

Напомним, что семейные задания не обязательны для выполнения, в отличие от традиционных домашних заданий.

Для их выполнения лучше отвести выходной, когда вы можете посвятить общению столько времени, сколько необходимо. Если по каким-то причинам вы и другие члены семьи не можете выделить время для выполнения семейного задания, не стоит предлагать ребёнку выполнить его самостоятельно. Ведь их смысл заключается в том, чтобы побыть вместе за общим занятием.

Никто в детском саду не будет ругать ребёнка за невыполненное задание. И тем не менее старайтесь не упускать возможности с пользой вместе провести время и сделать ещё один шаг в социально-эмоциональном развитии вашего ребёнка.

**Семейное  
задание:**

Найди вместе с близкими в семейном альбоме свою фотографию-портрет. Разделите фото на 2 части (правую и левую). Прикрепи на любую из них белый лист и дорисуй недостающую часть своего портрета.

Вспомни эмоции, которые ты испытывал в момент, когда тебя фотографировали, или попроси родителей рассказать об этом.

Какие черты твоей внешности похожи на черты твоих родителей?

А теперь вместе с родителями составь свой портрет в цифрах и запиши его в рамке.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Постарайтесь собраться за этим семейным заданием все вместе. Будет здорово, если каждый член семьи также поработает над одной из своих фотографий. Выделите на занятие достаточно времени, постарайтесь не отвлекаться на другие дела, чтобы ребенок чувствовал, как важно для вас проводить с ним время, уделять внимание заданиям.
2. Достаньте семейный альбом и вместе рассмотрите фотографии. Пусть ребенок выберет ту фотографию, которая нравится ему больше всего. Расспросите его, почему он выбрал именно её. Также выберите по одной фотографии для себя. Поделитесь с ребенком и друг с другом, почему ваш выбор пал именно на эту фотографию. Также можно использовать фото в цифровом формате. Распечатайте понравившиеся.
3. Подготовьте художественные принадлежности, которыми ребенок любит рисовать больше всего. Каждое фото разделите пополам и спрячьте под чистым листом одну половину фото.
4. Расположитесь удобно. Можно заварить вкусный чай, поставить на стол или на пол блюдо с вкусняшками. Пусть выполнение домашнего задания будет для всех семейным отдыхом.
5. Попросите ребенка рассказать, чем, какими чертами, как ему кажется, он похож на вас; вспомнить и описать те чувства, которые он испытывал в момент, когда было сделано фото. Если ребенок не помнит, расскажите ему сами. Попросите его дорисовать недостающую половину лица и отобразить на нем эмоции, написать рядом с рисунком, сколько ему на фото лет и дату его рождения. Вспомните, какие еще интересные или важные события произошли с ним в тот год, когда было сделано фото, и запишите их.
6. Теперь ваша очередь дорисовать свои фото. Поделитесь своими воспоминаниями о том моменте, какие чувства вы испытывали тогда. Расскажите о том, какими чертами (внешности или характера), по вашему мнению, ребенок похож на вас. Сделайте рисунок и подпишите рядом год, ваш возраст на фото, вспомните, что еще значимого произошло в тот период.
7. После того, как все поделится своими историями и дорисуют фото, расскажите о том, что вы чувствуете прямо сейчас. Понравилось ли вам это эмоциональное путешествие во времени? Поблагодарите друг друга за рассказы и творчество, за проведенное вместе время.
8. Прикрепите ваши фото на большой лист бумаги и разместите на стене. Теперь у вас есть необычный семейный фотоархив.



## Семейное задание:

Соберитесь всей семьей для чудо-рисования. Каждому из вас предстоит нарисовать необычные портреты друг друга. Только волосы рисовать не спешите. Капните несколько капель краски нужного цвета туда, где хотите нарисовать прическу. Вместо кисточек возьмите коктейльные трубочки и подуйте через них на краску, позволив воздуху решить за вас, какая будет шевелюра. Рисуйте друг друга с удовольствием. Интересные прически помогут догадаться об эмоциях на картинах. Два понравившихся портрета поместите в рамку.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Предложите ребенку заранее выбрать время, когда семья соберется для творчества, и согласовать его со всеми членами семьи. Важно, чтобы все располагали свободным временем и не отвлекались на другие дела.
2. Для этого задания заранее подготовьте место для рисования. Желательно застелить его клеенкой или бумажной скатертью, потому что работать предстоит с жидкими красками. Запаситесь разноцветными коктейльными трубочками, заготовьте краски и воду.
3. Когда все соберутся и будут готовы к занятию, определите, кто чей портрет рисует. При желании можно нарисовать портрет каждого (кроме автопортретов). Потом интересно будет сравнить, как вы видите друг друга. Попросите ребенка напомнить правила рисования. Для этого можно до начала общего сбора обсудить их с ним: вы рисуете портреты друг друга, но волосы не изображаете! Волосы вы будете рисовать с помощью коктейльных трубочек и жидких красок. Вам предстоит капать разноцветные капли на бумагу, а затем, дуя на них через трубочки, создавать диковинные прически. Цвета для волос можно выбирать самые разные. Главное условие — эти цвета должны отражать эмоции, которые, как вам кажется, сейчас испытывает человек. Пока рисуете, не рассказывайте, почему выбираете именно такие цвета. Об этом нужно будет догадаться в конце занятия.
4. Когда все рисунки будут готовы, устройте обсуждение с презентациями. По очереди расскажите о том, кто изображен на картинке, предложите остальным догадаться, какие эмоции вы отобразили в рисунке, расскажите о том, почему выбрали именно эти цвета.
5. Поместите в рамочки лучшие портреты или все. Получившимися рисунками можно украсить стены. Поделитесь друг с другом своими эмоциями от рисования, времени, проведенного вместе. Подумайте, какие еще предметы, необычные способы рисования можно попробовать. Если осталось время и силы, возьмите большой лист ватмана и изобразите на нем с помощью тех же красок и трубочек общую семейную абстракцию. Вот уж точно — такого произведения искусства не будет больше ни у кого!
6. Поблагодарите друг друга.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

Найдите время и почитайте ребенку книгу «Мы все рождены быть свободными» (Всеобщая декларация прав человека в картинках). Рассмотрите картинки, которые рассказывают о правилах для всех людей в мире, независимо от того, кто где родился и какой у кого цвет кожи.

### Обсудите с ребенком следующие вопросы:

- Чем разные люди отличаются друг от друга? А вы в одной семье одинаковые или чем-то отличаетесь? Для обсуждения можно использовать рисунки с разноцветными волосами, которые вы нарисовали ранее.
- Что значит относиться друг к другу как к равным? Равный вам человек — это какой? А если человек сильно отличается от нас, он равный вам? Как чувствует себя человек, к которому относятся не как к равному? А если как к равному? Что он чувствует тогда?
- Как человек ведет себя, чтобы другой чувствовал себя равным? Например, проявляет уважение, говорит хорошие слова, общается, дружит.
- В конце подведите итог: независимо от различий, особенностей, цвета кожи, культуры, каждый человек достоин, чтобы к нему относились как к равному, а значит уважали.



**Семейное****задание:**

Дорисуй портреты людей с разными эмоциями. Пусть в портрете будет головной убор или предмет, указывающий на профессию. Можешь нарисовать знакомых тебе людей, профессии которых ты знаешь. Придумай короткую историю про каждого из них: укажи имя человека и его профессию, расскажи, какие эмоции и почему он испытывает.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Выделите на выполнение этого задания достаточно времени, постарайтесь собраться всей семьей.
2. Приготовьте бумагу, материалы для творчества: фломастеры, краски, карандаши, мелки. Устройтесь поуютнее, лучше всего — на полу. Пусть выполнение задания превратится в увлекательную семейную игру, совместный досуг. Можно включить приятную вдохновляющую музыку.
3. Обсудите с ребенком, кого из членов семьи или знакомых вы хотите нарисовать. Попросите ребенка рассказать об этом человеке, если он ему хорошо знаком: кем он работает, чем любит заниматься в свободное время. Если ребенок затрудняется, расскажите ему об этом человеке сами. Затем пусть ребенок определит, какой предмет или какой головной убор, указывающие на профессию человека, можно добавить в портрет. Если нужно, подскажите ему, помогите вспомнить, с чем ассоциируются разные профессии.
4. Обсудите с ребенком, какие эмоции эти персонажи могут испытывать в течение рабочего дня: работа серьезная или позволяет веселиться? Часто ли этого человека можно видеть сердитым, печальным? Чувствуют ли эти персонажи интерес? Постарайтесь отразить в портретах эти эмоции.
5. Следующий этап — клуб маленьких историй. Расскажите небольшую историю об одном дне из жизни персонажа (знакомого, члена семьи, а может быть, героя книги или мультика). Что этот герой делал? Что с ним происходило? Что он чувствовал и как менялись его чувства? Чтобы ребенку было проще, начать рассказывать о нарисованном персонаже можете вы. Задавайте друг другу вопросы, в конце сочините общую историю с участием всех персонажей.
6. Организуйте на одной из стен вернисаж, прикрепив все рисунки.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

Прочитайте ребенку стихотворение Александра Гиневского «Схватка с акулой». Попросите рассказать, какие эмоции испытывает герой стихотворения во время происшествия? Приятные они или нет? Предложите ребенку нарисовать свой портрет с эмоцией, которая показывает, что он чувствует после прочтения стихотворения. Попробуйте определить, какие эмоции ребенок изобразил. Узнайте, верно ли вы определили. Обсудите, какие это эмоции — приятные или неприятные.

### СХВАТКА С АКУЛОЙ

Я только разделся, лег и уснул,  
вдруг вижу...вдруг вижу!  
Стаю акул.  
Они подо мной где-то там в глубине.  
Они притаились за камнем на дне.  
И самая длинная  
злая акула — старуха — акула  
мне подмигнула.

Хитрюга! Я удочку вмиг смастерил,  
наживку на крюк насадить не забыл.  
Метнулось акулы  
огромное тело — она  
на приманку мою налетела.  
Глаза открываю:  
я — на полу,  
а страшная тень промелькнула в углу.

**Семейное**
**задание:**

Дома вспомните песню, которую любят все в вашей семье, и фразу из нее, например: «В траве сидел кузнечик, зелененький он был». По очереди пойте эту фразу то с эмоцией страха, то радости, то грусти, то злости и т.д. Пусть слушатели отгадают эмоции поющего. Нарисуй свою семью за этим занятием. Напиши фразу, которую вы пели.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Соберитесь всей семьей. Сегодня вам предстоит веселое семейное задание.
2. Вместе выберите песню, которую знают все, и которая вызывает общие для всех эмоции (например, «В лесу родилась елочка»).
3. Далее игра может проводиться двумя способами. Либо каждый из вас по очереди поет эту песню с любой интонацией (эмоцией), а остальные должны эту эмоцию отгадать, либо можно заготовить карточки с названиями эмоций или смайликами. Каждый вытягивает по одной карточке, определяет эмоцию по смайлику, а затем исполняет песню с этой эмоцией. Остальные отгадывают.
4. Обсудите, по каким признакам вы определяете эмоции в этом задании. В первую очередь попросите ребенка порассуждать об этом. Что помогает? Позы? Громкость голоса? Интонация? Что в первую очередь доносит до слушателя эмоции: текст песни или мимика, поза и т.д.?
5. Если игра понравилась, можно продолжить играть со следующей песней.
6. В завершение поделитесь своими эмоциями. Понравилось ли вам петь строчки с разным настроением? Чье выступление запомнилось больше всего и почему? Поблагодарите друг друга.


**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ**

Рассмотрите вместе с ребенком карточку №5 из игрового комплекта, на ней изображен лабиринт. Что такое лабиринт? (Запутанная сеть ходов и дорожек, откуда трудно выбраться).

**Обсудите следующие вопросы:**

- Какие эмоции испытывают дети на картинке и почему?
- Какие есть способы выбраться из лабиринта?
- Если очень хочется зайти в лабиринт, что надо сделать, чтобы чувствовать себя в безопасности?

**Семейное**
**задание:**

Напишите письмо всей семьей себе в будущее. Изобразите в нем эмоции этого семейного вечера. Не забудьте поставить дату и свою подпись. Вложите в письмо недавнее фото вашей семьи. Положите письмо в конверт и поместите в укромный уголок вашего дома. Через пять лет прочитайте его и вспомните сегодняшний вечер.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Вспомните, есть ли в вашей семье письма, которые хранятся годами. Может быть, какие-то письма вы хранили в детстве или такие письма были у ваших бабушек или прабабушек? Например, письма с фронта или от родственников, которые живут очень далеко. Если такие письма хранятся в вашем доме, покажите их ребенку. Пусть он увидит рукописное письмо на пожелтевшей от времени бумаге, рассмотрит конверт, марки.
2. Расскажите историю этих писем, как давно они пришли, чем так дороги. Если такие письма есть у вас, и вы их время от времени перечитываете, расскажите, какие чувства в этот момент испытываете. Вспомните, какие эмоции испытывали ваши родители, бабушки, когда читали дорогие письма или рассказывали вам о них, когда вы были ребенком. Расскажите о том, как письма изменились сейчас, приходят вам письма по настоящей почте или теперь только по электронной. Какие письма вам нравится получать больше? Что еще можно отправлять друг другу в конвертах? (открытки, фотографии, вырезки, засушенные цветы и так далее).
3. Вместе напишите письмо вашей семье в будущее. На бумаге, от руки. Если в доме есть чернильная ручка или перо — замечательно. Опишите в письме этот день, этот момент, ваши эмоции от занятия и общения друг с другом. Не забудьте упомянуть погоду, какие-то события, которые влияют на ваши эмоции сейчас. Распечатайте недавнее семейное фото.
4. Найдите красивый конверт. Предложите ребенку самому приклеить марки, аккуратно свернуть письмо и фото и положить их в конверт. Может быть, ребенок захочет добавить к письму что-то еще? Нарисовать рисунок, положить в конверт красивый фантик?
5. Заклейте конверт и спрячьте в укромное место. Представьте, как здорово будет найти его через несколько лет!
6. Поделитесь своими эмоциями после занятия. Поблагодарите друг друга.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

Рассмотрите вместе с ребенком сюжетную карточку из игрового комплекта №15. Герои картинки – голуби. Голубиной почте тысячи лет. За это время голуби принесли миллионы писем, спасли тысячи людей. Умение голубей быстро и точно находить дорогу из любой точки к родному гнезду давно было замечено людьми. Голубь всегда вернется домой, даже если его увезти на значительное расстояние.

### Обсудите с ребенком следующие вопросы:

- Как голубь попал в клетку? Что чувствует голубь в клетке и на воле?
- Какие эмоции испытывают хозяева голубя? Для чего они посадили его в клетку?
- Как вы бы поступили, если бы вошли в эту комнату? Опишите свои действия и эмоции.

**Семейное  
задание:**

Рассмотрите рисунки вместе с близкими. Какие эмоции изображены на смайликах в центре? Соединяйте смайлики с рисунками и рассказывайте о причинах связанных с ними эмоций. Слушай мнение близких и выражай свое.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Соберитесь все вместе для выполнения этого задания.
2. Внимательно рассмотрите предлагаемые рисунки, попросите ребенка назвать эмоции, изображенные на смайликах, и предметы вокруг.
3. По очереди соединяйте эмоции с рисунками, на которых изображены возможные причины эмоций. Обязательно объясняйте, почему вы так думаете. Приводите примеры из жизни, когда вы тоже испытывали похожие эмоции, находясь в подобных ситуациях. Обязательно спрашивайте у остальных участников, согласны ли они с вами. Если нет, попросите объяснить, почему кто-то с вами не согласен, попросите привести их свои примеры из жизни.

**Комментарий психолога:**

*В этом задании развивается умение ребенка вести беседу, приводить и выслушивать аргументы, соглашаться или оставаться при своем мнении, сохраняя уважение к мнению другого человека. Если ребенок в случае несогласия с его точкой зрения проявляет обиду или гнев, можно сказать, что эти эмоции — абсолютно нормальны, и вы к ним относитесь с уважением. Донесите до ребенка то, что вы любите и уважаете его, и в данный момент не согласны лишь с конкретным его утверждением. Соответственно, старайтесь избегать возникающих самопроизвольно возгласов «Плохо!», «Неправильный ответ!», «Неправильно!», «Не спорь со старшими!» и т.д. Это сведет на нет весь развивающий коммуникативный эффект задания.*

*Нужно учиться принимать мнение других людей и признавать за ними право иметь отличное от вашего мнение. Точно так же вы можете уважать мнение ребенка, но не соглашаться с каким-то пунктом обсуждения в силу вашего конкретного опыта. Всегда можно постараться переубедить человека, приводя все новые доказательства, однако конечным выбор (согласиться или нет) остается за собеседником.*

4. После того, как вы обсудите эмоции и их причины, поделитесь своими эмоциями от занятия и причинами, их вызвавшими. Поблагодарите друг друга.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

Прочитайте вместе с близкими стихотворение Михаила Садовского «Бабушкин халат»:

Ах, как пахнет  
Твой халат!  
Как салат  
И шоколад,  
Пахнет щукой  
Фаршированной  
И капустой  
Маринованной!  
Белой пухлой  
Пастилой,  
И кунжутом,  
И халвой...  
В этом запахе  
Родном  
Уместился  
Весь наш дом.

Расскажите, какие запахи можно почувствовать в вашем доме, какие из них ваши любимые? Попросите ребенка тоже рассказать о своих любимых запахах. Почему эти запахи любимые? Какие воспоминания, эмоции с ними связаны? А есть ли у ребенка и у вас другие любимые запахи, не связанные с домом? Все ли они действительно приятны? Приведите примеры запахов, которые нельзя назвать приятными, но которые вызывают у вас радостные воспоминания. Например, напоминающий о лете запах краски, которой весной красят заборы во дворе, и другие примеры.



**Семейное**

**задание:**

Расскажи своим близким правила игры «Хвостик к слову». Рисунок с мышкой может помочь тебе в этом. Назови имя любого из присутствующих. Пусть каждый по очереди произносит слово-хвостик, связанное с этим членом семьи, т.е. мысли, ассоциации, которые возникают при упоминании о нем. Интересно, у кого из членов вашей семьи получился самый длинный хвостик?

Если захотите, то ниже можно нарисовать слова-хвостики друг друга.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Предложите ребенку на правах ведущего игры определить очередность высказываний. Далее ребенок называет имя любого из присутствующих, а остальные по очереди (включая самого ведущего) произносят «хвостик»: ассоциации (веселый, громко смеется, засоня и т.п.).
2. Далее ведущий произносит имя следующего участника и так далее. После того, как всех «обсудили», вспомните все высказывания и определите, у кого «хвостик» получился самым длинным.
3. Вместе обсудите, были ли «хвостики» в адрес одного участника похожи? Звучали ли противоположные характеристики, ассоциации? От чего это зависит? Одинаково ли воспринимается человек или ситуация другими людьми?
4. Поделитесь своими эмоциями и впечатлениями после игры. Есть ли среди вас те, кому игра очень понравилась? А те, кому совсем не понравилась? Поблагодарите друг друга.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ**

В этом задании всем предстоит представить себя в необычных ролях. Сначала каждому нужно «превратиться» в березу (представить себя березой), на которой сидит дятел, и составить рассказ от имени березы.

**Начать можно со слов:**

«Я береза. Я высокая (или наоборот). Я расту в густом лесу (или на полянке)» и так далее.

**Продолжением рассказа могут быть ответы на вопросы:**

- Что ты, береза, сейчас видишь вокруг себя? Опиши.
- Что ты, береза, сейчас чувствуешь?
- Что может произойти с тобой, береза, через несколько дней? И что ты при этом будешь чувствовать?

Понравилось ли вам волшебное превращение? В кого вы хотите превратиться в следующий раз? Далее можно попробовать рассказать эту историю от имени дятла, который сидит на березе. План рассказа можно сохранить.

В завершение обсудите, о чем это задание? (о том, что на одну и ту же ситуацию могут возникать совершенно разные взгляды и разные эмоции).

**Семейное  
задание:**

Рассмотрите вместе с близкими рисунки. Предположите и запишите под рисунками, что может означать каждый жест.

**Попробуйте пообщаться с помощью жестов. Покажи свои близким:**

- Что ты приглашаешь их поплавать;
- Что тебе хочется попить чай с булочкой;
- Что тебе грустно, и ты хочешь, чтобы тебя обняли.

А они пусть расскажут жестами о своих желаниях и эмоциях.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Поупражняйтесь вместе со всеми членами семьи в искусстве пантомимы. Можно даже договориться, например, в течение часа общаться между собой только с помощью жестов. Если такой возможности нет, тогда организуется игра, к которой приглашаются все.
2. По очереди пытайтесь донести с помощью жестов свою просьбу, приглашение, рассказ о каком-то эпизоде, своих чувствах, желаниях, эмоциях до остальных участников. Участники стремятся угадать, что же вы им пытались сказать. Будет здорово, если перевод получится буквально дословный. При этом нужно обязательно делать то, о чем попросил участник (обнять, пойти и попить чаю), либо также жестами объяснить, почему мы не можем, например, в январе пойти плавать на речку. Далее ход переходит к следующему.
3. После того, как все показали свои пантомимы, обсудите все вместе, как вам было играть: весело, легко, сложно, понравилось или нет общаться языком жестов.
4. Поблагодарите ребенка и друг друга за совместный отдых, крепко обнимитесь.

**Семейное  
задание:**

Сегодня у вас семейное чтение стихотворения Даниила Хармса «Удивительная кошка». Договоритесь, кто будет читать стихотворение, а кто — показывать, что чувствует кошка, как меняется ее настроение. Нарисуйте героиню стихотворения.

Несчастливая кошка порезала лапу —  
Сидит и ни шагу не может ступить.  
Скорей, чтобы вылечить кошкину лапу,  
Воздушные шарики надо купить!  
И сразу толпился народ на дороге —  
Шумит, и кричит, и на кошку глядит.  
А кошка отчасти идет по дороге,  
Отчасти по воздуху плавно летит!

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Если ребенку сложно определить эмоцию или разыграть пантомиму, вы можете снова прочитать строчку, присоединиться к ребенку и вместе определить эмоцию и поискать движения.
2. Пригласите поучаствовать в задании всех остальных членов семьи. Кто-то один читает, все остальные показывают пантомимы.
3. После того, как стихотворение прочитано и пантомимы показаны, обсудите все вместе, как вам было играть: весело, легко, сложно, понравилось или нет стихотворение. Спросите ребенка, какую строчку ему было проще всего показывать пантомимой.
4. Предложите ребенку выбрать свой любимый рассказ, стихотворение или сказку и разыграйте все вместе пантомиму. Может быть, вам так понравится выполнять это задание, что вы разыграете любимые произведения или истории всех членов вашей семьи.
5. Постарайтесь выучить с ребенком это стихотворение. Предложите ему нарисовать главную героиню истории в самый запомнившийся момент. Почему именно этот момент запомнился? Какую эмоцию у ребенка он вызвал?
6. Поблагодарите ребенка за совместный отдых, крепко обнимите.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

Найдите в интернете и рассмотрите вместе с ребенком картину «Крестьянские дети» Владимира Маковского (1890).

### Обсудите следующие вопросы:

- Кто изображен на картине? Сколько, на ваш взгляд, этим ребятам лет? Где этот сюжет может происходить?
- Какие эмоции испытывают дети на картине? Как мы можем это понять?
- Эта картина написана больше 100 лет назад. Можем ли мы предположить, о чем разговаривают дети? Похожи ли их разговоры на разговоры современных детей?

**Семейное  
задание:**

На семейной прогулке в парке или сквере соберите ветки, шишки, камешки. Добавьте другие предметы, с помощью которых можно извлекать интересные звуки. Разложите все собранное на столе. Называйте эмоцию и по очереди выбирайте предмет, извлекая с помощью него звук, вызывающий эту эмоцию. Пусть у вас звучат грустные, интересные, страшные, сердитые и радостные звуки.

Нарисуйте предметы, звуки которых вам больше всего понравились. Соедините их с соответствующими смайликами.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Соберите вместе с ребенком различный природный материал во время прогулки: веточки, шишки, камешки, листья. Принесите все это домой. Дома тоже можно поискать предметы, которые могут пригодиться: бумага, металлическая ложка, пластмассовый фломастер, деревянный карандаш и так далее. Добавьте все это к вашим природным находкам.
2. Теперь подумайте, с помощью каких предметов можно извлекать интересные звуки. Это могут быть: стакан (пустой и с водой), пластиковая бутылка, пустая металлическая банка, картонная коробочка и другое. Также разложите все это на столе.
3. Предложите ребенку назвать любую эмоцию, а затем попробовать отыскать подходящий звук, извлекаемый с помощью предметов. Можно экспериментировать: например, попробовать извлечь звук, используя сразу все предметы. Далее ваша очередь. Вы называете эмоцию и подбираете соответствующее звучание предметов.
4. В завершение расспросите ребенка, какой звук ему понравился больше всего. Какой удивил? Какой оказался самым неприятным? Попросите ребенка на чистом листе нарисовать предмет, звук которого запомнился больше других. Вы можете оставить ребенка наедине с творчеством, а можете остаться рядом: задавать вопросы, попросить рассказать, какое настроение он рисует и что, как ему кажется, вызвало эти эмоции.
5. Расскажите остальным членам семьи о том, какое задание вы сегодня выполняли, предложите и им прикоснуться к миру необычных звуков. Поделитесь вашими впечатлениями от занятия.
6. Поблагодарите ребенка за время, проведенное вместе. Крепко обнимите.

**Семейное****задание:**

Попроси родителей показать в домашнем кинотеатре фильм «Малыш» с участием Чарли Чаплина. Этот замечательный актер умел общаться с публикой без слов, только жестами, мимикой и движениями. Спроси родителей, какие эмоции вызывает Чаплин у них. Нарисуй на экране телевизора удивленного Чарли Чаплина.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Заранее скачайте или найдите в интернете фильм «Малыш» с участием Чарли Чаплина (1921, США). Определите вместе с ребенком время, когда вся семья сможет собраться.
2. Во время просмотра задавайте ребенку вопросы о сюжете. Что он видит? Какие эмоции у персонажей? Что нам подсказывают эти эмоции (музыка, позы, мимика персонажей и т.д.). Чего не хватает в фильме (звука)? Делитесь своими эмоциями по ходу просмотра фильма.
3. После просмотра поделитесь впечатлениями. Расскажите о том, смотрели ли вы этот фильм в детстве. Расспросите ребенка, что ему запомнилось, какой персонаж понравился особенно и почему. Попросите его описать каждого героя истории. Какие эмоции они вызывают? Благодаря чему удалось понять персонаж?
4. Какую эмоцию персонаж Чарли Чаплина в этом фильме проявляет чаще всего? Попросите ребенка вспомнить ситуации из фильма, эпизоды. Может ли такое произойти в жизни? Поделитесь своими эмоциями по отношению к Чарли Чаплину.
5. Предложите ребенку нарисовать в тетради портрет удивленного Чарли Чаплина и попросите рассказать, с помощью каких черт ребенок изобразил удивление.
6. Поблагодарите малыша за совместный просмотр и обсуждение фильма. Крепко обнимите.

**Семейное****задание:**

Ваша семья сегодня сможет провести эксперимент. Смешайте все предложенные в рецепте ингредиенты, погрузите руки в массу и создавайте разные формы.

Можно вылить массу на доску и наблюдать, как цвета смешиваются, получаются мраморные узоры. Нарисуйте мраморный узор, который у вас получился.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Для выполнения данного задания заранее подготовьте все требующиеся ингредиенты, а также место для творчества: застелите большой стол или пол клеенкой или бумажной скатертью, подготовьте салфетки для вытирания рук, доски (или листы плотного картона), поменяйте одежду на ту, которую будет не жалко испачкать.
2. Вместе с ребенком смешайте все компоненты. Дайте себе волю. Вымажьтесь по локти, почувствуйте пальцами структуру смеси. Обсуждайте с ребенком формы, оттенки, переходы структуры и цвета.
3. Создайте с помощью смеси картины, покажите их друг другу, обсудите. Какие эмоции вы испытывали в процессе творчества? Довольны ли вы результатом? Если у вас получились абстракции, расскажите друг другу, что вы видите, какие формы, образы. Какие эмоции вызывает этот рисунок?
4. Покажите ваши произведения другим членам семьи, предложите тоже попробовать поучаствовать в творчестве. Устройте семейный вернисаж.
5. После окончания занятия вместе с малышом сделайте уборку. Поблагодарите друг друга за совместную увлекательную игру и семейное приключение. Крепко обнимите.



**Семейное****задание:**

Покажи близким свою картину. А потом предложи им нарисовать беспредметность всей семьей.

**Рисуйте по очереди, выполняя следующую инструкцию:**

- Пусть каждый из вас проведет по три случайных линии черной пастелью.
- Самый старший и самый младший член семьи добавят пастели белого цвета в нескольких местах.
- Каждый добавит еще по одной линии любого цвета в любом месте картины.

Когда вы закончите свое творение, расскажите, какое настроение у вашей картины. Напишите название картины и авторов.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Расспросите ребенка о картине, которую он нарисовал в классе. Нравится ли ему то, что получилось? Понравилось ли ему рисовать абстрактность? Какие эмоции отражены в рисунке?
2. Соберитесь для рисования все вместе. Заранее подготовьте пастельные мелки и листы большого формата (А3 или А1). Во время рисования вы можете следовать инструкции либо выбрать любые цвета, какие вам нравятся, но наносить линии лучше не одновременно, а по очереди, дополняя картинку друг друга. Можно наносить неограниченное количество штрихов, можно растушевывать их или даже попробовать порисовать с водой.
3. Когда все будет готово, посмотрите на ваше семейное произведение. Поделитесь своим впечатлением: какие эмоции излучает работа, какие ассоциации вызывает, какие формы можно в ней различить.
4. Придумайте название для картины и подпишите внизу в уголке, как это делают художники. Поставьте дату и подписи каждого.
5. Поблагодарите ребенка и всех участников за время, проведенное за совместным творчеством. Крепко обнимите вашего малыша.

**Семейное  
задание:**

Прочитайте в кругу семьи стихотворение Ренаты Мухи «Секретная песенка о слоненке». Попроси своих близких рассказать о том, как в детстве они примеряли одежду взрослых. Может быть, кто-то из них надевал мамины туфли или папину шляпу. Устройте костюмерную и нарисуйте иллюстрацию к истории, которую вы вспомнили.

По Борнео и Ямайке  
Ходит слон  
В трусах и майке,  
Ходит в маминой панаме.  
Только это —  
Между нами.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. С выражением прочитайте это короткое четверостишие. Расскажите ребенку, что такое Борнео и Ямайка, где они находятся, какие еще животные, кроме слонов, там водятся.
2. Обсудите с ребенком, что веселого, забавного, привлекательного есть в идее нарядиться в одежду родителей. Что из вашего шкафа ребенок давно хотел примерить? Вспомните и расскажите, что хотелось примерить из родительского гардероба вам, когда вы были маленькими. Удалось ли это сделать? Что вы чувствовали?
3. Позвольте ребенку выбрать в вашем шкафу одежду и обувь, которые ему нравятся, позвольте примерить, собрать комплекты, добавить аксессуары. Помогите, дайте советы. Расспросите, нравится ли себе ребенок в этих нарядах, как он себя чувствует, куда можно было бы так отправиться. Устройте фэшн-фотосессию.
4. Поделитесь эмоциями, которые вы испытывали, выполняя задание. Расскажите, какие наряды вам больше всего понравились.
5. Поблагодарите ребенка за весело проведенное время. Крепко обнимите.

**Семейное****задание:**

Сегодня семейный вечер поэтов и иллюстраторов. Сочините строку, которой можно закончить стихотворение Вадима Левина «Котята на рассвете».

**Нарисуйте иллюстрацию к стихотворению.**

Котята на рассвете  
Домой приходят сами:  
Они, конечно, дети с...

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Подумайте вместе с ребенком, какой строчкой можно завершить это четверостишие. Напомните ребенку, как важна в стихотворении рифма, но, с другой стороны, строчка может и не рифмоваться, поскольку существуют разные виды размеров. Необычное завершение не в рифму может сделать стихотворение даже более оригинальным и забавным. Помогите ребенку записать в тетрадку эту строчку.
2. Теперь время для создания иллюстрации. Пусть ребенок выберет свои любимые принадлежности для рисования. Обсудите с ним, нравятся ли ему книжки с картинками. С какими картинками? Красочными или монохромными? Мелкими или крупными? Какой рисунок можно сделать к этому стихотворению? Кто главные герои? Что они будут делать на картинке? Какую эмоцию эта иллюстрация должна вызывать у читателя?
3. Обсудите готовую иллюстрацию, похвалите художника. Спросите, доволен ли он результатом? Понравилось ли рисовать? Что понравилось больше: сочинять строчку к стихотворению или рисовать?
4. Поблагодарите малыша за совместное занятие. Крепко обнимите.



## РАЗДЕЛ 2

### ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ

# УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Это второй раздел материалов по программе «Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста».

Он посвящён эмоциональной регуляции. На занятиях дети будут совершенствоваться в применении знакомых приёмов саморегуляции и осваивать новые.

Каждому из 6 занятий этого раздела в ваших материалах посвящена отдельная страница. В ней вы найдете рекомендации по выполнению семейных заданий, советы и комментарии психологов по социально-эмоциональному развитию.

Напомним, что семейные задания не обязательны для выполнения.

Для их выполнения лучше отвести выходной, когда вы можете посвятить общению столько времени, сколько необходимо. Если по каким-то причинам вы и другие члены семьи не можете выделить время для выполнения семейного задания, не стоит предлагать ребенку выполнить его самостоятельно. Ведь их смысл заключается в том, чтобы провести время за совместным занятием.

Никто не будет ругать ребенка за невыполненное задание. И тем не менее старайтесь не упускать возможности с пользой вместе провести время и сделать еще один шаг в социально-эмоциональном развитии вашего ребенка.

**Семейное**

**задание:**

Расскажи близким о том, что иногда эмоции бывают плохими советчиками и могут навредить тебе или другим людям. Важно уметь договариваться со своими эмоциями, а в некоторых ситуациях уметь сказать себе «стоп». Обсудите, когда может пригодиться это умение. Придумайте всей семьей слово и жест, которыми можно заменить слово «стоп». Нарисуйте для них знаки.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Откликнитесь на предложение ребенка собраться всем вместе. Поблагодарите за инициативу. Если вдруг в данный момент вы очень заняты, объясните ребенку, почему вы пока не можете присоединиться; договоритесь, что придете позже или лично побеседуете с ним.

**Комментарий психолога:**

*Если ребенок подошел к вам с предложением вместе позаниматься, а вы действительно заняты, объясните ему это и договоритесь о времени, когда вы сможете выполнить с ним задание. Дайте ребенку понять, как для вас важен он и его потребности, однако пока вы не можете прерваться. Такая стратегия с вашей стороны способствует формированию у ребенка понимания личных и психологических границ, а также служит хорошим примером ассертивного поведения (самоуважения и уважения другого, уверенного поведения, умения сказать «нет»).*

2. Каждый по очереди вспомните и расскажите ребенку о нескольких примерах из своей жизни, когда вы испытывали сильные неприятные эмоции (гнев, страх). Смогли ли вы справиться с эмоциями в тот момент? Если да, то как именно? Дайте ребенку понять, что неприятные эмоции так же необходимы, как, например, радость. Сильные неприятные эмоции знакомы каждому человеку, и очень важно с ними подружиться и научиться ими управлять.
3. Обсудите с ребенком, бывало ли, что эмоции брали над ним верх, и это приводило к не очень позитивным последствиям. Может быть, это произошло в садике или во дворе? Если вам кажется, что вы точно знаете такие примеры, а ребенок не может вспомнить, мягко напомните о каком-то случае («а помнишь, мы однажды гуляли в парке, и начался дождь?»).

**Комментарий психолога:**

*Отнеситесь с пониманием и к отказу ребенка поделиться с вами, и к тому, что он может признаться в злости на вас или на кого-то из членов семьи. Поговорите об этом, расскажите, как видите ситуацию лично вы; спросите, как бы ребенок хотел, чтобы ситуация выглядела для него. Попробуйте найти другие варианты, которые не вызовут негативных эмоций у ребенка, а если это невозможно, объясните, что вы понимаете его чувства, однако не готовы уступить. Объясните почему. Это может касаться, например, нежелания ходить в шапке зимой или желания есть снег.*

*Выявление дискомфорта, недопонимания в отношениях — одна из функций злости. Пусть ребенок усвоит, что эта эмоция может направить отношения в сторону укрепления, может сигнализировать о том, что не устраивает в отношениях и о чем следует поговорить.*

- 
4. Обсудите правило «Стоп!». Слышал ли кто-то из вас о нем раньше? Может быть, даже использовал? В каких ситуациях вашего повседневного общения в семье это правило может помочь? Если каждый будет его использовать, что-то изменится? Придумайте всей семьей слово или жест, которые будут означать «Стоп!», и будут всем понятны. Потренируйтесь в использовании этого слова или жеста.
  5. Поделитесь своими эмоциями от задания. Поблагодарите ребенка за этот разговор, за повод улучшить взаимоотношения между вами.



**Семейное  
задание:**

Расскажи и покажи своим близким, как дышат медведь и слон. Попробуйте так подышать вместе.

- Дыхание медведя — вдыхайте воздух через нос, делайте паузу, считайте про себя: три, два, один — и выдыхайте воздух.
- Дыхание слона — встаньте и поставьте широко ноги. Руки свободно опустите перед собой, как хобот слона. Вдыхайте через рот, сбрасывая руки вниз.
- А теперь подышите, как кролик: сделайте три быстрых вдоха через нос, затем медленный выдох через нос. Дыхание кролика поможет вам успокоиться.

Нарисуйте семью кроликов.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Примите приглашение вашего малыша к совместной дыхательной гимнастике. Подготовьте пространство, устройтесь поудобнее, наденьте удобную одежду.
2. Предложите малышу быть инструктором, то есть показывать всем остальным, как дышат животные. Расспросите ребенка, полезно ли такое дыхание, в чем оно может помочь, применял ли ребенок эти приемы в жизни. Почему, как он думает, разные животные дышат по-разному? Чье дыхание ему повторять легче, чье — сложнее?
3. Поделитесь эмоциями после выполнения всех заданий. Легко ли вам было так дышать? Поменялось ли что-то в вашем состоянии после гимнастики? Какой способ дыхания вы возьмете для себя, и в каких ситуациях он может вам пригодиться?
4. Поблагодарите ребенка и друг друга, обнимите вашего малыша или, еще лучше, всех членов семьи.

**Семейное  
задание:**

Сегодня в домашнем кинотеатре посмотрите фильм «Девочка и лисенок» (Франция, 2007). Обсудите, какие эмоции возникли у вас и ваших близких во время просмотра.

Нарисуйте на экране телевизора героев фильма в лесу или на поляне.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Заранее скачайте или найдите в интернете фильм «Девочка и лисенок» (Франция, 2007). Определите вместе с ребенком время, когда вся семья сможет собраться.
2. Во время просмотра задавайте ребенку вопросы о сюжете. Что он видит? Какие эмоции испытывает девочка? Что чувствует лисенок? Что нам помогает определить эмоции (музыка, позы, мимика персонажей и т.д.)? Когда эмоции меняются? Каковы причины изменения эмоций героев? Делитесь своими эмоциями по ходу просмотра фильма.
3. После просмотра поделитесь впечатлениями. Расскажите о том, что понравилось вам. Расспросите ребенка, что ему запомнилось, какой момент фильма понравился особенно и почему. Попросите его описать главных героев. Какие эмоции они вызывают?
4. Предложите малышу порассуждать о том, можно ли брать домой диких животных, даже если думаешь, что будешь идеально ухаживать и заботиться о них? Что чувствуют животные, оказавшись вне своей среды обитания, вдали от своей семьи?
5. Предложите ребенку нарисовать в тетради главных героев. Расспросите, почему именно эта сцена, момент запомнились малышу больше остальных.
6. Поблагодарите малыша за совместный просмотр и обсуждение фильма. Крепко обнимите.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

Можно продолжить тему леса, природы и рисования, выбрав несколько цветных карандашей. Попробуйте изобразить пейзаж, используя на картине лишь один вид линий. Так, если вы выбрали волнистые линии, значит весь пейзаж у вас состоит из волнистых линий — и деревья, и трава, и даже птицы. Или это могут быть спирали, прямые линии, пунктирные, ломаные. В конце определите, какая у вас получилась картина по настроению.

## Семейное

### задание:

Сделайте семейную выставку иллюзий. Пусть каждый член семьи обведет свою ладонь на листе белой бумаги, а ты обведи свою на этом листе. Затем, используя линейку, проведите линии, оставляя рисунок ладони пустым. Нарисуйте дуги внутри ладони. Рисунок голубя поможет вам. Раскрасьте полосы через одну цветом эмоции, которую вы сейчас испытываете.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Откликнитесь на предложение ребенка собраться вместе и порисовать в новой необычной технике. Поблагодарите его за эту инициативу. Если вдруг в данный момент вы очень заняты, объясните ребенку, почему вы пока не можете присоединиться; договоритесь, что придете позже или порисуете вместе с ним отдельно. Напоминаем, что об этом аспекте ассертивной коммуникации мы говорили в рекомендациях к занятию 16.
2. Попросите ребенка объяснить вам и показать, как нужно делать рисунок в технике оптической иллюзии, и почему эта техника имеет такое название. Спросите, понравилось ли ему рисовать в классе, попросите показать рисунок.
3. Пусть каждый член семьи создаст свою картину, обведя ладонь и следуя инструкциям. Не забудьте выбирать цвета линий в соответствии с вашим настроением. Можете рисовать по отдельности, уединившись в другой комнате или в уютном уголке, либо все вместе, расположившись на полу, передавая друг другу фломастеры, обсуждая процесс рисования и ваши эмоции.
4. По завершении покажите друг другу ваши 3D-рисунки. Обсудите выбранные цвета и эмоции. Что повлияло на возникновение именно этих эмоций? Возможно, до рисования (утром, в обед, на работе) эмоции были другими, а сейчас изменились? Что этому способствовало?
5. Спросите ребенка, понравилось ли ему это совместное занятие? Что еще он хотел бы попробовать нарисовать в такой технике?
6. При желании организуйте выставку современного искусства, пригласите на нее родных и друзей. Поблагодарите малыша за совместное творчество, предложите вместе сделать уборку после рисования.



### ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

Можно продолжить тему леса, природы и рисования, выбрав несколько цветных карандашей. Попробуйте изобразить пейзаж, используя на картине лишь один вид линий. Так, если вы выбрали волнистые линии, значит весь пейзаж у вас состоит из волнистых линий — и деревья, и трава, и даже птицы. Или это могут быть спирали, прямые линии, пунктирные, ломаные. В конце определите, какая у вас получилась картина по настроению.

**Семейное  
задание:**

Поговори с близкими о правилах твоей семьи. Какие правила каждый из вас считает важными?

Прочитайте стихотворение Генриха Сапгира «Футбол» и поразмышляйте, какое правило семьи здесь нарушено.

Сказала тетя: Фи, футбол!  
Сказала мама: Фу, футбол!  
Сестра сказала: Ну, футбол!  
А я ответил: Во, футбол!

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Соберитесь для выполнения этого задания полным составом. Выделите достаточно времени, постарайтесь не отвлекаться на другие дела. Поделитесь своим мнением по поводу правил в семье. Какие правила лично вам кажутся наиболее важными? Задавайте друг другу вопросы, используйте приемы пересказа («Правильно я тебя понял(а): это правило означает, что...»), отмечайте эмоции ребенка и других членов семьи во время обсуждения. Одним словом, используйте приемы активного слушания\*.

**Комментарий психолога:**

*По-научному активное слушание — это восприятие чужой речи, при котором происходит как прямое, так и не прямое взаимодействие между участниками процесса. Активный слушатель полноценно включается в рассказ, слышит и, самое главное, осознает значение слов говорящего. Для сравнения: когда люди слушают пассивно, они остаются зациклены на своих мыслях и проблемах, а не на том, что говорит собеседник. Они могут машинально кивать, поддакивать, но при этом включаются и реагируют только на слова, которые способны привлечь их внимание. Например, какая-то грубость или внезапно громко сказанное «Панда!» В таком режиме обычно все, что было сказано собеседником до, остается неслышанным.*

*Вероятно, вы вспомните случаи, когда слушали собеседника пассивно. А может быть, сами оказывались на месте того, кого невнимательно слушают? И даже если до этого вас переполняло желание поделиться новостями или чем-то важным, вы переставали говорить, потому что чувствовали, что собеседник не включен в ваш рассказ и думает о своих делах. И это нормально.*

*Чтобы развить способность к активному слушанию, его надо практиковать, хотя некоторым людям этот талант присущ от природы. Активное слушание напрямую связано с эмпатией — умением понимать эмоции других людей и реагировать на них. Чем эмпатичнее человек, тем более активный он слушатель.*

*Таким образом, активное слушание — это настоящее, заинтересованное общение, в процессе которого один собеседник с удовольствием делится своими новостями, чувствами, переживаниями, беспокойствами, радостью, а другой — создает условия для искреннего, доверительного, «душевного» общения. Чем чаще мы будем слушать наших детей именно так, тем более вероятно, что и они освоят это искусство, и также смогут быть включенными слушателями для нас самих и для других небезразличных им людей.*

2. Прочитайте вместе предложенное стихотворение. Разберитесь, какие эмоции по отношению к футболу выразили члены семьи. А какие эмоции они испытали при этом друг к другу? Можно ли предложить этой семье ввести правило общения, связанное с этой ситуацией? Какое это правило? Звучало ли это правило при обсуждении вами важных семейных правил?
3. Возьмите любимые материалы для творчества (карандаши, фломастеры, краски, мелки) и пригласите остальных членов семьи (если вы до этого занимались неполным составом, и если есть такая возможность). Запишите на отдельном листе правила вашей семьи. Обсуждайте каждое правило до тех пор, пока оно не будет принято всеми. После этого вместе изобразите его в виде картинки.
4. Прикрепите правила вашей семьи на видное место. Организуйте торжественное чаепитие по этому поводу.

**Семейное**

**задание:**

Прочитайте стихотворение Агнии Барто «Когда закусишь удила». Какой способ использует герой стихотворения, чтобы справиться со своими эмоциями?

Спроси, какие способы успокоить свои эмоции знают твои близкие. Нарисуй героя так, чтобы было видно, что он вспыльчивый.

Он вспыльчивый!  
 Он вспыльчивый!  
 Он неразумный мальчик!  
 Он чересчур запальчив!  
 Попал я в дедушку мячом  
 И закричал: — А я при чём? —  
 Но, досчитав до 10,  
 Сказал: — Ну, дедушка, прости.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Поделитесь с ребенком вашим опытом и известными вам приемами управления эмоциями. Какой эмоцией вам проще управлять, а какой — сложнее всего? Долго ли вы этому учились? А может быть, вы из тех, кто считает, что эмоциями управлять не нужно? Обменяйтесь мнениями на эту тему.
2. Прочитайте вслух стихотворение А. Барто и обсудите прием управления эмоциями, который в нем предлагается. Успешно ли мальчик использовал данный прием? Как отреагирует дедушка на извинение мальчика? Пробовал ли ваш ребенок использовать такой метод справляться с эмоциями? Нравится этот прием вам самим? Какой эмоцией лично вам хочется научиться управлять больше всего? А вашему ребенку? Пообещайте, что в следующий раз, когда вами будут владеть неприятные эмоции, применить этот прием. Предложите то же сделать ребенку.
3. Предложите всем членам семьи потренироваться считать до десяти мысленно или шепотом. Каждый это будет делать в своем темпе. Кто-то почувствует изменение состояния, досчитав только до 5, а кому-то потребуется досчитать до 15.
4. В завершение поделитесь с ребенком, какие эмоции вы испытываете сейчас, поблагодарите за интересное совместное задание. Крепко обнимите.



## РАЗДЕЛ 3

### СОЦИАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

# УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Это третий и последний в этом году раздел материалов по программе «Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста».

Он посвящён социальному взаимодействию. Занятия данного раздела направлены на развитие навыков эффективной коммуникации, умение устанавливать и поддерживать контакты, кооперироваться и сотрудничать, прогнозировать возникновение конфликтных ситуаций и использовать способы их эффективного разрешения.

Напомним, что семейные задания не обязательны для выполнения.

Для их выполнения лучше отвести выходной, когда вы можете посвятить общению столько времени, сколько необходимо. Если по каким-то причинам вы и другие члены семьи не можете выделить время для выполнения семейного задания, не стоит предлагать ребенку выполнить его самостоятельно. Ведь их смысл заключается в том, чтобы провести время за совместным занятием.

Никто в детском саду не будет ругать ребенка за невыполненное задание. И тем не менее старайтесь не упускать возможности с пользой вместе провести время и сделать еще один шаг в социально-эмоциональном развитии вашего ребенка.



## Семейное

### задание:

Сегодня вечер приятных слов. Пусть вся семья удобно устроится на креслах и диване, самый старший бросит любому из вас мягкий мяч и скажет ему что-то приятное. Тот, кто поймал мяч, передает его следующему с приятными словами. Обязательно обменяйтесь эмоциями после игры. Запишите приятные слова, которые вы говорили друг другу.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Удобно расположитесь в кругу всей семьей. Для начала можно предложить ребенку обсудить, что такое добрые слова и фразы, какими они могут быть (слова поддержки, одобрения, похвала, благодарность или комплемент). Часто ли ребенок говорит хорошие слова вам или своим друзьям? А самому себе?

### Комментарий психолога:

*Как ни удивительно это звучит, чаще всего мы нуждаемся в утешении и поддержке от самого близкого нам человека — нас самих. Умение сочувствовать себе, понимать и принимать собственные чувства, прощать себя, утешать (а не обвинять и ругать) — важные навыки человека с развитым эмоциональным интеллектом, помогающие ему не только проживать трудные жизненные ситуации самостоятельно и идти дальше, но и поддерживать, понимать других людей.*

*Соответственно, человек, не умеющий позаботиться о себе в эмоциональном плане, будет аналогичным образом относиться к другим людям.*

2. Приступаем к игре! Киньте мячик кому-нибудь из сидящих в кругу членов семьи и произнесите при этом доброе, ласковое слово или пожелание. Тот, кому мячик был адресован, ловит его и обязательно благодарит за хорошие слова, говорит, что чувствует сейчас и кидает мячик дальше. Все повторяется. Старайтесь назвать как можно больше приятных эмоций, возникающих у вас в ответ на хорошие слова.

### Комментарий психолога:

*Можно сыграть в игру в несколько этапов. Например, на первом круге вы говорите друг другу комплименты. На втором — благодарите друг друга за что-нибудь. А на третьем — признаётесь, как сильно вы любите друг друга.*

3. В конце обсудите с ребенком упражнение. Какие эмоции он испытывал, когда слышал в свой адрес хорошие слова? Понравилось ли ему говорить добрые слова и что он при этом испытывал? Для чего говорить добрые слова? В каких ситуациях они могли бы помочь? Бывают ли ситуации, когда подобрать нужные слова очень сложно? Что можно сделать в таком случае, чтобы поддержать человека?
4. Поделитесь вашими эмоциями в конце упражнения, поблагодарите друг друга. Крепко обнимитесь.

**Семейное  
задание:**

Прочитайте вместе со своими близкими рассказ Виталия Бианки «Анюткина утка». После чтения обсудите, как вы поступили бы на месте Анюты. Чему можно научиться у девочки? Какие интересные ситуации происходили с уткой?

Попроси взрослых рассказать о приручении диких животных или птиц. Что с ними происходит дальше? Нарисуй утку Белое Зеркальце плавающей на пруду.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Прочитайте вслух рассказ. После этого попросите ребенка коротко пересказать содержание. О чем этот рассказ? Понравился ли он ему? Какие моменты запомнились?
2. Предложите ребенку подумать, как бы он поступил на месте главной героини Анюты. Оставил бы себе утку, чтобы вылечить? Отпустил бы ее улететь с другими утками? Стал бы спасать от охотников и целый день наблюдать за ней и утятами?
3. Вспомните и расскажите ребенку известные вам случаи приручения диких животных или птиц. Легко ли это? Что для этого нужно, какие качества характера необходимы? Почему люди помогают раненым животным, кормят бездомных животных, берут их к себе? Что дальше может происходить с дикими животными дома? Всегда ли это лучшее решение?
4. Может быть, вы сами в детстве приносили домой ежика или утенка? Что из этого вышло?
5. Предложите ребенку нарисовать иллюстрацию к рассказу — утку Белое зеркальце, плавающую в пруду. Какой момент сюжета захочет изобразить ребенок и почему? Какие эмоции вызвал у ребенка этот рассказ?
6. В завершении поделитесь вашими эмоциями от чтения, обсуждения и занятия в целом. Поблагодарите ребенка. Обязательно скажите, что ваши совместные занятия — одно из ваших самых любимых дел, и они приносят вам много приятных эмоций.

**Семейное**

**задание:**

Сегодня в домашнем кинотеатре мультфильм «Девочка и слон» («Союзмультфильм», 1969). Обсудите, кто из героев мультфильма сопереживал и поддерживал девочку. Поговорите о важности поддержки друг друга в семье. Нарисуйте слона и любого участника циркового представления.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Заранее скачайте или найдите в интернете советский мультфильм «Девочка и слон» (1969). Определите вместе с ребенком время, когда вся семья сможет собраться.
2. Во время просмотра задавайте ребенку вопросы о сюжете. Что происходит? Какие эмоции возникают у персонажей? Что нам помогает их распознать (музыка, позы, мимика персонажей и т.д.)? Делитесь своими эмоциями по ходу просмотра мультфильма.
3. После просмотра поделитесь впечатлениями. Расскажите о том, нравился ли вам этот мультфильм в детстве. Расспросите ребенка, что ему запомнилось, какой персонаж понравился особенно и почему. Попросите его описать каждый персонаж. Девочка — она какая? Какие папа и мама? Доктора? Слоник? Какие эмоции они вызывают?
4. Предложите малышу порассуждать на тему поддержки. Кто из героев мультфильма поддерживал девочку и как именно? Сразу ли родители девочки догадались, в чем именно она нуждается? Всегда ли игрушки и сладости являются лучшим способом поддержки? Может ли быть наоборот? Предложите вспомнить соответствующие примеры из других мультфильмов, сказок, книжек, из реальной жизни.
5. Обсудите тему моральной поддержки в вашей семье. Всегда ли каждый из вас понимает, что другой нуждается в поддержке? Что можно сделать, чтобы получать эмоциональную поддержку каждый раз, когда мы в ней нуждаемся (говорить об этом)? А если человек молчит и не просит о поддержке, можем ли мы что-то сделать, если понимаем, что он нуждается в помощи (спросить, побыть рядом, сказать что-то приятное)? Какие способы эмоциональной поддержки приняты в вашей семье? Каких нет, но вам бы хотелось, чтобы они появились?
6. Предложите ребенку нарисовать кого-то из запомнившихся персонажей мультфильма. Расспросите, почему именно этот персонаж запомнился, какие эмоции он вызывает у ребенка?
7. Поблагодарите малыша за совместный просмотр и обсуждение мультфильма. Крепко обнимите.

**Семейное  
задание:**

Сегодня в домашнем кинотеатре мультфильм «Друзья» режиссёра Романа Соколова (Россия, 2012). Посмотрите мультфильм всей семьей. Как вы и ваши близкие поступили бы на месте главного героя мультфильма? Нарисуйте всех, с кем подружился главный герой.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Заранее скачайте или найдите в интернете мультфильм «Друзья» (Россия, 2012). Определите вместе с ребенком время, когда вся семья сможет собраться.
2. Во время просмотра задавайте ребенку вопросы о сюжете. Что происходит? Какие эмоции у персонажей? Что нам помогает их распознать (музыка, позы, голоса, мимика персонажей и т.д.)? Делитесь своими эмоциями по ходу просмотра мультфильма.
3. После просмотра поделитесь впечатлениями. Расспросите ребенка, что ему запомнилось, какой персонаж понравился особенно и почему. Какие эмоции вызывает главный герой? Персонаж с рыбой? С птицами? Кем является последний появившийся персонаж?
4. Предложите малышу порассуждать, почему главный герой помогал всем, кого встречал? Что означает фраза «где бы я ни был, нигде я не мог встретить никого, кто бы ни был мне другом»? Кто из встреченных им персонажей подружился с ним? Что главный герой для этого делал?
5. Расспросите ребенка о том, что такое дружба? Что значит «дружить»? Могут ли дружить люди, непохожие друг на друга, говорящие на разных языках, имеющие разные интересы?
6. Попросите ребенка рассказать о своем лучшем друге или друзьях. Как их зовут? Где они познакомились? Сразу они стали друзьями или нет? Что общего у вашего ребенка и его друга / друзей? А чем они отличаются? Что любят делать вместе?
7. Предложите ребенку нарисовать всех персонажей, с которыми подружился главный герой. Кого рисовать было легче всего? Кого — труднее всего?
8. Поделитесь эмоциями от этого занятия. Поблагодарите ребенка. Крепко обнимите.

**Семейное**

**задание:**

Вам понадобится большая футболка, чтобы в неё могли поместиться два человека. Если вы начинаете ссориться с братом или сестрой, наденьте футболку и делайте какое-нибудь общее дело. Не снимайте футболку до тех пор, пока ссора не прекратится. Можно на ней нарисовать фломастерами смайлики с разными эмоциями. Что вы чувствуете, когда находитесь в одной футболке?

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Найдите (или приобретите) футболку самого большого размера, куда могли бы поместиться два взрослых человека. В инструкции предлагается использовать эту футболку в случае, если ребенок поссорился с братом или сестрой. А если ребенок — единственный в семье? Мы предлагаем применить эту идею ко всем членам семьи. Если кто-то в семье повздорил — мама и папа, кто-то из родителей и ребенок или даже бабушка с дедушкой — предложите надеть поссорившейся паре футболку и попытаться сделать в ней какое-то общее дело.
2. Соберите всех членов семьи и расскажите им о новом правиле «одной футболки». Заручитесь поддержкой всех. Аргументируйте тем, что эта забавная методика способствует сближению людей в случае, если между ними произошел конфликт\*, ведь, как известно, лучший способ преодолеть разногласия и договориться — сплотиться в ходе выполнения общего непростого задания.

**\*Комментарий психолога:**

*Конфликт — это столкновение интересов, идей, ценностей, мнений разных людей. Ассоциации с этим словом, как правило, неприятные: это вражда, агрессия, ссора, выяснение отношений, бессилие, стресс. Есть люди, которые панически боятся конфликтов: предпочитают уходить от них, скрывать неприятные эмоции. Однако такие скрытые и подавляемые конфликты рано или поздно выходят на поверхность. Несвоевременно обнаруженный конфликт конструктивно разрешить бывает очень трудно.*

*Конфликты могут возникать во всех сферах жизни: в семье, на работе, среди друзей, на улице. С первыми конфликтами мы сталкиваемся еще «в песочнице». Предметами конфликтов в детстве становятся вещи, игрушки, друг/подружка, игра.*

*Чем раньше дети начнут учиться определять конфликтные ситуации и грамотно себя в них вести, тем более конструктивными, зрелыми, мудрыми личностями они станут в будущем. Ведь тот или иной способ выхода из конфликта — тоже проявление творчества. Человека могут захлестнуть негативные эмоции, особенно если его не учили справляться с такими ситуациями с детства. Но учиться конструктивной коммуникации никогда не поздно, и в этом вам также могут помочь конфликты. Извлечь из конфликта пользу для обеих сторон, укрепить отношения, получить наилучший результат — вполне возможно, но не всегда просто. Один из выходов — объединиться для достижения общей цели.*

3. Обсудите все вместе правила эксплуатации «общей футболки». В каких случаях ее стоит надевать? Как мы распознаем конфликт? Можно ли что-то сделать, чтобы не доводить до «общей футболки»? От кого это зависит? Каким может быть первый шаг (предложить обсудить ситуацию, выслушивать друг друга)?

4. Раскрасьте футболку веселыми рисунками, словами или портретами членов вашей семьи. Положите ее на видное место.
5. По очереди парами примерьте футболку. Сделайте веселые фото! Обменяйтесь эмоциями, поблагодарите друг друга. Обнимитесь крепко!



### ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

Предложите ребенку послушать рассказ Виктора Драгунского «Что я люблю». Есть ли какие-то совпадения с вашей жизнью, с тем, что любите вы? Часто ли вы рассказываете о том, что любите или чему радуетесь? Зачем герой рассказывает о том, что он любит? Какие эмоции он при этом испытывает?

Расскажите друг другу о том, что любите вы.

**Семейное задание:**

Поговорите со своими близкими про ссоры и обиды. Почему люди ссорятся друг с другом и обижаются друг на друга?

Прочитайте стихотворение Елены Степановой «Обидчивый слон».

Живет в нашем доме обидчивый Слон.  
Всегда и на всех обижается он.  
На солнце — за теплый крадущийся луч.  
На осень — за дождь и обилие туч.

На лужи — за сырость. На двери — за скрип.  
На месяц июнь — за цветение лип.  
На грушевый сад — за высокий забор.  
За что — на меня? Не пойму до сих пор.

Расскажите друг другу, когда вы обижались в последний раз и почему. Подумайте все вместе, что делать с обидой. Нарисуйте или напишите вашу семейную мирилку.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Расскажите ребенку о том, ссорились ли вы когда-то со своими друзьями, близкими. Что вы при этом чувствовали? Из-за чего произошла ссора? Если бы была возможность вернуться в прошлое, что бы вы могли сделать по-другому, чтобы избежать ссоры?
2. Расскажите ребенку, как дальше развивались отношения. Смогли ли вы помириться или это так и не произошло? Если помирились, то как вам это удалось? Чему вас научила та история?
3. Расскажите друг другу (хоть это может быть и не просто) о своих обидах друг на друга. Внимательно выслушайте друг друга. Скажите о своих чувствах. Знали ли вы, что на вас обижаются? Как проявляется обида у разных людей? Сложно ли вам было сейчас признаться в своей обиде? А услышать, что обижаются на вас? Нужно ли держать в себе это чувство? К чему оно приводит?
4. Придумайте вместе способы справиться с обидой, способы сообщить другому человеку о том, что вам обидно, что вы чувствуете печаль или злость.
5. Прочитайте стихотворение про обидчивого слона. Каким вам кажется этот персонаж? Бывает ли так, что и мы обижаемся на других без причины; или обижаемся на то, что человек исправить не в состоянии (например, на друга за то, что он заболел и не идет с нами гулять)?
6. Поблагодарите ребенка и друг друга за такое важное совместное занятие. Крепко обнимитесь!

**Семейное**
**задание:**

В домашнем кинотеатре мультфильм «ВАЛЛ-И» (США, 2008) про устаревшего уборщика мусора, который остался в далеком будущем единственным обитателем безжизненной Земли.

Обсудите с близкими, как вы можете помочь нашей планете избежать такого будущего.

Придумайте и нарисуйте знак, показывающий правила обращения с природой.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Заранее скачайте или найдите в интернете мультфильм «Валли» (США, 2008). Определите вместе с ребенком время, когда вся семья сможет собраться.
2. Во время просмотра мультфильма делитесь своими эмоциями, попросите ребенка описывать настроение персонажей.
3. После просмотра поделитесь впечатлениями. Расспросите ребенка, что ему, запомнилось, какой персонаж понравился особенно и почему. О чем был мультфильм? Чему он нас учит? Какое событие в мультфильме ребенку запомнилось больше всего и почему?
4. Попросите ребенка описать каждого из главных персонажей. Какие они? Какой Валли? Какие чувства он вызывает? Какие чувства испытывает по отношению к Земле этот робот? Чему мы можем поучиться у главных героев?
5. Вспомните и расскажите ребенку и друг другу о случаях, когда вы проявляли заботу об экологии, о планете. Вспомните ситуации, которые вас к этому подтолкнули. Может быть, это было что-то, увиденное лично вами (свалка, пострадавшие животные, грязные водоемы или леса). Или это была новость, которая пробудила в вас желание внести вклад в экологию.
6. Подумайте все вместе, что бы вы могли сделать для нашей планеты. Пусть это будет что-то небольшое: отказ от пластиковых пакетов, сортировка мусора, уборка в парке, сдача макулатуры. Обсудите с ребенком важность каждого из маленьких шагов, совершая которые, мы вносим большой вклад в будущее Земли.
7. Поделитесь друг с другом своими эмоциями в конце этого занятия. Что вы чувствовали во время просмотра мультфильма? Изменилось ли что-то в вашем отношении к природе? Поблагодарите малыша за совместное занятие. Крепко обнимитесь.



**Семейное задание:**

Расскажи своим близким об игре, которую ты придумал на занятии. Может быть, они что-то добавят в твою игру, и это сделает ее ещё интересней. Поиграйте в неё дома или на прогулке. Запишите новую игру и нарисуйте предмет для нее.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Для выполнения этого семейного задания рекомендуется собраться всей семьей.
2. Внимательно послушайте ребенка и его рассказ об игре и ее правилах. Задавайте уточняющие вопросы.
3. После этого предложите ребенку вместе в нее сыграть, чтобы затем при необходимости чем-то дополнить, скорректировать правила.
4. Сыграв в игру, спросите ребенка, доволен ли он тем, как она прошла, ее правилами. После этого каждый по очереди делится своими эмоциями, а также вносит предложения по ее усовершенствованию. При этом рекомендуем начать предложение со слов: «Здорово! Спасибо тебе за классную идею! Я бы добавил в игру...Это связано с тем, что...», «Я бы немного изменил правила. Это связано с тем, что...» и т.д.

**Комментарий психолога:**

*Подобные формулировки являются наиболее экологичными при высказывании пожеланий или конструктивной критики. Таким образом, предложение внести корректировки делается «на равных», а не с позиции «сверху». В подобных случаях стоит избегать такие категоричные высказывания, как «Ты не прав», «Правила неверные», «Это надо изменить». Важно не обесценивать усилий ребенка по придумыванию игры, не подвергать его жесткой критике. Мы можем высказать свое субъективное мнение, обосновать его, при этом не претендуя на истинность или директивность. Оставьте ребенку простор для размышления, сравнения разных взглядов на ситуацию, право принять вашу точку зрения или остаться при своей, предложив вам в ответ свои аргументы. Такое общение формирует у ребенка адекватную самооценку, осознание права голоса, умение слушать и слышать, уверенность в себе.*

5. Далее протестируйте предложенные идеи. Сыграйте еще раз с учетом поступивших предложений. Затем снова устройте обсуждение. Стало ли играть интереснее? Понятнее ли стали правила? Зафиксируйте новые правила игры на листе бумаги.
6. Поблагодарите ребенка и всех участников за проведенное время. Обнимите его крепко!

**Семейное****задание:**

Сегодня ты будешь сказочником для своей семьи. Сначала объясни всем слово «бином». А затем покажи свой лист и расскажи свою сказочную историю.

Придумайте всей семьей сказку про Бабочку и Фонарь, используя метод бинома фантазии. Для этого между словами «Бабочка» и «Фонарь» вставьте самые разные предлоги и продолжайте предложение:

Бабочка НА фонаре,  
Фонарь У бабочки,  
Бабочка ПОД фонарем и т.д.

Запишите сказку. Какие эмоции вызвали у вас приключения героев сказки? Нарисуй героев сказки.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Внимательно послушайте рассказ ребенка о приеме создания сказок «Бином фантазии», изобретенном Джанни Родари. Послушайте сказку, которую ребенок придумал вместе со всеми. Расспросите, понравилось ли малышу сочинять сказки? А способом «Бином»? Какие эмоции он испытывал в самом начале, когда только узнал о таком способе, и о том, что сейчас ему предстоит сочинить свою сказку? Какие эмоции он испытывал в процессе придумывания истории? А когда сказка уже была готова?
2. Теперь ваша очередь придумать семейную сказку в соответствии с заданными условиями. Обсуждайте разные идеи. Запишите готовую сказку, и пусть кто-нибудь из вас (лучше всего ребенок) прочитает или расскажет ее с выражением. Какие эмоции возникли у вас по ходу сюжета? А с какими эмоциями вы придумывали сказку? Поделитесь друг с другом.
3. Предложите ребенку нарисовать иллюстрации к сказке. Расспросите, почему именно такими он представил себе персонажей.
4. Поблагодарите друг друга за творческое занятие. Поблагодарите за этот увлекательный год в мире эмоций! Крепко обнимитесь!

В завершение второго года изучения программы мы просим вас снова заполнить уже знакомую вам анкету.

Суммарные баллы по каждому из трех блоков анкеты перенесите, пожалуйста, в Бланк анкеты и передайте его педагогу. Сама анкета останется у вас.

Эти данные помогут педагогу оценить эффективность работы по программе. Вы также сможете оценить прогресс своего ребенка, сравнив результаты двух анкет.

# АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## РАЗДЕЛ 1

### ВОСПРИЯТИЕ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ЭМОЦИЙ

**Эмоции** — это важнейшие элементы общения. Умение воспринимать и различать эмоции, способность понимать их причины сродни знанию азбуки общения — это ключ к пониманию себя и других людей.

Насколько хорошо вашему ребенку удастся распознавать и понимать эмоции?

Оцените по 10-бальной шкале каждое из утверждений

(1 — это совсем не характерно для него, 10 — он умеет это как никто другой).

УТВЕРЖДЕНИЕ	БАЛЛ (от 1 до 10)
<b>Ребенок разбирается в сложных эмоциях.</b> <i>Например, рассуждая о чем-либо поведении, он умело использует названия сложных эмоций: гордость, стыд, вина, разочарование и пр.</i>	
<b>Ребенок может, основываясь на внешних проявлениях другого, аргументированно объяснить, почему он считает, что человек испытывает ту или иную эмоцию.</b> <i>Например, он может сказать: «Я думаю, что он злится: у него нахмурены брови, злые глаза и сжатые кулаки, а голос такой сердитый...»</i>	
<b>Ребенок может легко изображать эмоции других.</b> <i>Например, рассказывая истории о ком-то, он делает это артистично и в ролях.</i>	
<b>Ребенок понимает причины своих эмоциональных состояний.</b> <i>Например, на ваш вопрос «Почему ты такой грустный?» он может дать вам объяснение типа «Я вспомнил про грустное кино».</i>	
<b>У ребенка богатый словарный запас в области эмоций.</b> <i>Например, он использует разные синонимы для описания одного и того же эмоционального состояния, учитывая нюансы (я радовался, я был счастлив, я веселился, мне было смешно).</i>	
<b>ИТОГО (СУММА БАЛЛОВ)</b> (Пожалуйста, перенесите полученную цифру в бланк анкеты.)	

# АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## РАЗДЕЛ 2

### ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ

Понимание того, как эмоции влияют на наше поведение в различных жизненных ситуациях и умение управлять своим эмоциональным состоянием — основа искусства использовать потенциал, заложенный в эмоциях для достижения жизненных задач.

Насколько хорошо ваш ребенок умеет управлять своими эмоциями?

Оцените по 10-бальной шкале каждое из утверждений

(1 — это совсем не характерно для него, 10 — он умеет это как никто другой).

УТВЕРЖДЕНИЕ	БАЛЛ (от 1 до 10)
<b>Ребенок умеет регулировать свое эмоциональное состояние.</b> <i>Например, он может быстро успокоиться в ответ на вашу просьбу: «Не шуми, пожалуйста».</i>	
<b>Ребенок знает об элементарных способах саморегуляции.</b> <i>Например, вы можете услышать от него совет типа: «Тебе страшно? Попробуй вспомнить что-то веселое».</i>	
<b>Ребенок может объяснить поведение другого человека, оперируя категориями эмоций.</b> <i>Например: «Дима не хочет играть, он расстроен из-за ссоры с Артемом».</i>	
<b>Ребенок понимает, как его эмоции влияют на его поведение.</b> <i>Например, он может объяснить неаккуратность своего рисунка тем, что ему было грустно (или он был зол/обижен).</i>	
<b>Ребенок понимает эмоциональное состояние другого человека, способен изменить свое поведение в соответствии с этим.</b> <i>Например, увидев, что Вы чем-то расстроены, ребенок начинает вести себя тише, проявляет ласку, стремится быть рядом.</i>	
<b>ИТОГО (СУММА БАЛЛОВ)</b> (Пожалуйста, перенесите полученную цифру в бланк анкеты.)	

# АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## РАЗДЕЛ 3

### СОЦИАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

Система наших социальных умений, навыков взаимодействия, сценариев поведения в типичных и в новых ситуациях — это капитал, который определяет нашу эффективность в общении, умение адаптироваться в сложных ситуациях, добиваться своих целей.

Насколько хорошо вашему ребенку удаются задачи, связанные с общением?

Оцените по 10-бальной шкале каждое из утверждений

(1 — это совсем не характерно для него, 10 — он умеет это как никто другой).

УТВЕРЖДЕНИЕ	БАЛЛ (от 1 до 10)
<b>Ребенок легко адаптируется в новой ситуации.</b> <i>Например, оказавшись в новой компании, ребенок быстро включается в общие игры, дела, задачи.</i>	
<b>Ребенок понимает правила взаимодействия и соблюдает их.</b> <i>Например, играя с другими детьми, он сам не нарушает правила и следит за тем, чтобы другие тоже соблюдали их.</i>	
<b>Ребенок может давать элементарную моральную оценку ситуации.</b> <i>Например, он может рассуждать так: «Мальчик не прав, маленьких обижать нехорошо» или «Нет, нельзя брать чужое».</i>	
<b>Ребенок не оставляет без внимания ситуации, когда кто-то нуждается в поддержке и оказывает такую поддержку.</b> <i>Например, заметив, что кто-то выглядит грустным, он пытается быть рядом, утешить.</i>	
<b>В ходе совместной работы ребенок может соотносить свои действия с действиями других людей.</b> <i>Например, строя песочный город, он может предлагать: «Давай сначала мы приготовим песок, потом я буду прокладывать дороги, а ты — строить башни».</i>	
<b>ИТОГО (СУММА БАЛЛОВ)</b> (Пожалуйста, перенесите полученную цифру в бланк анкеты.)	







