



Министерство культуры Красноярского края  
**Красноярская краевая детская библиотека**  
Отдел методического обеспечения и  
инновационной деятельности библиотек

Выпуск 5

# **Путешествие в страну эмоций**

Цикл занятий по развитию  
эмоционального интеллекта для детей 5-6 и  
7-9 лет

**Красноярск  
2021**

Составитель:

**О.В. Аешина**, главный библиотекарь отдела методического обеспечения и инновационной деятельности библиотек Красноярской краевой детской библиотеки

Редактор:

**О.С. Козлова**, редактор отдела методического обеспечения и инновационной деятельности библиотек Красноярской краевой детской библиотеки

Компьютерная верстка:

**Р.К. Блинова**, ведущий методист отдела методического обеспечения и инновационной деятельности библиотек Красноярской краевой детской библиотеки

Ответственный за выпуск:

**Т.Н. Буравцова**, директор Красноярской краевой детской библиотеки

## **Занятие 5. Знакомство детей 5-6 лет с эмоцией «злость».**

### **Материалы для занятия:**

- карта страны эмоций;
- пиктограммы эмоций;
- иллюстрации сказочных персонажей: Доктор Айболит, Дюймовочка, Красная шапочка, Золушка, Бармалей;
- листы бумаги А4 по количеству детей;
- цветные карандаши;
- салфетки;
- карточки с пословицами;
- «домик злости» формата А4;
- газеты;
- клей;
- бумага А3 (по количеству детей).

**Ведущая:** Добрый день, ребята. Мы продолжаем с вами путешествие по стране эмоций. К какой же жительнице этой страны мы отправимся сегодня? Узнаем, когда выполним следующее задание.

Посмотрите на картинки с персонажами сказок и найдите лишнего. (*Перед детьми картинки с героями сказок: Красная шапочка, Золушка, Доктор Айболит, Дюймовочка, Бармалей*). Как вы думаете, кто из них лишний? (*Бармалей*)

Почему? (*он злой герой*) Сегодня мы познакомимся с эмоцией «злость». Найдите картинку, изображающую эмоцию злости. (*Дети выполняют задание ведущего*). Как вы думаете, если бы злость была растением, то какое растение ей подошло бы? (*какое-нибудь мрачное колючее*). (*Если ребята затрудняются, ведущий может предложить свои варианты ответа, а ребята выбирают подходящий*). Давайте нарисуем, как это растение выглядит. А какая злость могла бы быть на вкус? (*горькая, жгучая*).

Послушайте небольшое стихотворение **Валентина Берестова «Серёжа и гвозди»**

Сотрясается весь дом.  
Бьет Серёжа молотком.  
Покраснев от злости,  
Забивает гвозди.  
Гвозди гнутся,  
Гвозди мнутся,  
Гвозди извиваются,  
Над Серёжею они  
Просто издеваются —  
В стенку не вбиваются.  
Хорошо, что руки целы.  
Нет, совсем другое дело —  
Гвозди в землю забивать!  
Тук! — и шляпки не видать.  
Не гнутся,  
Не ломаются,  
Обратно вынимаются.

**Ведущая:** Почему рассердился Серёжа? (*потому что гвозди плохо забиваются*). Какими словами автор описал гнев мальчика? А как выглядит злой человек? Покажите. (*Ребята по желанию показывают «злого» человека: у разгневанного человека брови сведены вместе, глаза широко раскрыты, пальцы рук сжаты в кулак. Он может сильно размахивать руками и топтать ногами*).

### **Игра «Маски»**

**Ведущая:** Мы сейчас будем делать маску гнева. Нам понадобятся салфетки. Щипковыми движениями сделайте в них отверстия так, чтобы получилась маска со злым выражением лица. (*На доске можно прикрепить изображение «маски гнева». Дети выполняют задание*). Попробуйте примерить эту маску. Что вы чувствовали, когда примеряли маску? (*настроение сразу портилось, др. варианты ответов детей*).

Скажите, на вас когда-нибудь кто-нибудь злился? (*варианты ответов детей*) А в каких ситуациях вы злитесь? (*варианты*

*ответов детей*). Какие слова говорят злые люди? (*обидные, нехорошие*) Как такие люди себя ведут? (*совершают плохие поступки, могут обидеть человека, ударить*).

Послушайте «Сказку про грубое слово «уходи» Софьи Прокофьевой. Чтение произведения Софьи Прокофьевой «Сказка про грубое слово «уходи» (*во время чтения можно иллюстрировать сказку с помощью игрушек или вырезанных из картона фигурок героев*)

«Маша и Ойка-капризуля построили дом из кубиков. Прибежал Мышонок и говорит:

- Какой красивый дом! Можно, я буду в нём жить?
- Ой, противный Мышонок! Уходи отсюда! - сказала Ойка грубым голосом. Обиделся Мышонок и убежал.
- Заплакала Маша: Зачем ты прогнала Мышонка? Мышонок хороший.
- Ой, и ты тоже уходи, Машка! - сказала Ойка грубым голосом. Обиделась Маша и ушла. Заглянуло в окно Солнце.
- Как тебе не стыдно, Ойка! - сказал Солнце. - Маша твоя подружка. Разве можно подружке говорить «уходи»? Ойка подбежала к окну и закричала Солнцу:
- И ты тоже уходи! Ничего не сказал Солнце и ушло с неба куда-то. Стало темно. Совсем-совсем темно. Вышла Ойка из дома и пошла по тропинке в лес. А в лесу тоже темно. Слышит Ойка: под кустом кто-то плачет
- Ты кто? — спросила Ойка. - Я тебя не вижу.
- Я зайчонок Серые Ушки, - ответил Зайчонок. - заблудился я в темноте, не могу свой домик найти. Вдруг слышит Ойка: высоко на дереве кто-то вздыхает. Грустно-грустно вздыхает.
- Ты кто? — спросила Ойка. - Я тебя не вижу.
- Я бельчонок Рыжий Хвост, - ответил Бельчонок. - заблудился я в темноте, не могу найти своё дупло. Там меня мама ждёт. Ходила-ходила Ойка в темноте, чуть не упала в глубокий овраг. Вдруг слышит Ойка: кто-то в лесу воет.

- У-у! Увидела Ойка, блеснули между деревьев чьи-то зелёные глаза.
- Ой, кто это? — испугалась Ойка. А зелёные глаза всё ближе. Со всех сторон окружили Ойку.
- Это мы, Серые Волки! - ответили Волки. - Наступила ночь! Наступила ночь! Будем рыскать по лесу и всех пугать!
- Ой, теперь мы все пропали! - заплакала Ойка. - Это я во всём виновата. Ой, больше никогда никому не буду говорить грубое слово «уходи»! Услышало Солнце её слова и вышло на небо. Сразу стало светло и тепло. Серые Волки убежали далеко за глубокий овраг. Смотрит Ойка, а по тропинке идёт Маша. Обрадовалась Ойка:
- Ой, Маша, идём ко мне! Построим новый дом для Мышонка, ещё лучше. Пускай он там живёт»

**Ведущая:** Что произошло в сказке? (*Ойка обидела мышку, Машу и солнце*) Хорошо ли Ойка поступила? (*нет, нельзя обижать друзей*) Как девочка исправила ситуацию? (*попросила прощения и обещала больше не грубить*)

Если мы грубо, зло обращаемся с другими, то окружающие также начинают себя вести с нами. Какое отношение вы хотели бы иметь к себе: доброе или злое, почему? (*варианты ответов детей*) Как вы думаете, какая пословица подходит к этому стихотворению? Выберите подходящую из предложенных:

**Доброе слово дом построит, злое слово дом разрушит.**  
(*правильный ответ*)

Злой плачет от зависти, а добрый - от радости.

**Ведущая:** Как вы её понимаете? (*если ты делаешь кому-то доброе дело, то и тот человек тоже будет относиться к тебе хорошо*)

Каким бы цветом вы закрасили домик злости? (*серым, коричневым и др. варианты ответов детей*) Давайте раскрасим домик (*ребята выполняют задание ведущего*).

В жизни каждого человека бывают случаи, когда человек становится злым, сердитым, недовольным. В таком состоянии он даже может причинять боль и неприятности другим.

Чтобы не копить в себе это неприятное чувство и тем более не причинить вред окружающим людям, есть несколько способов избавиться от злости. Давайте с ними познакомимся.

### **Способ №1 «Взбесившийся карандаш»**

Ребятам раздаются листочки бумаги формата А4 и карандаши.

**Ведущая:** Когда вы в гнев, вы можете доверить свою злость карандашу и бумаге – зачертить (*другими словами - зачиркать*) этот листочек бумаги. Давите на карандаш смелее, но смотрите не порвите листочек. (*Дети выполняют задание*)

### **Способ №2. «Волшебная аппликация»**

Если вы сильно разозлились и вам всё ещё трудно успокоиться, можно взять много крупных листочков газетной бумаги и смять каждый в комок.

1-й вариант - Сложи из них объёмную аппликацию и приклей на страничку (*на обратную сторону листочка из первого задания*).

2-й вариант - Попробуй из нескольких комков выложить какой-нибудь узор.

3-й вариант – Обведи получившуюся из комочков фигуру, затем можешь вырезать её по контуру.

4-й вариант – Покидаться комками из газеты.

**Ведущая:** Запомните эти простые способы борьбы с гневом и злостью.

- Если и это не поможет, то есть ещё несколько способов избавления от злости:
- порвать газету;
- потопать ногами;
- «собрать» свою злость в мешок (*покричать громко в мешочек*);
- поколотить подушку.

**Ведущая:** С какой эмоцией вы сегодня познакомились? (*Эмоцией «злость»*) Что вам запомнилось? (*ответы детей*) Наше занятие закончилось. На прощание я хочу, чтобы вы подарили

друг другу теплое прикосновение. Для этого сначала нужно потереть свои ладошки. Чувствуете, как ладошки потеплели? А теперь коснитесь своими ладошками ладошек своих соседей справа и слева.

### **Литература для читателей-детей 5-6 лет:**

- ✓ Берестов, Валентин Дмитриевич. Весёлое лето [Текст]: стихотворения и сказки / Валентин Дмитриевич Берестов; худож. И. М. Годин; предисл. А. Д. Анпилов. - Москва: Детская литература, 2016. - 256 с.
- ✓ Прокофьева, Софья Леонидовна. Сказки про Машу и Ойку [Текст] / Софья Леонидовна Прокофьева; худож. В. Долгов; обл. Н. Олконен. - Ростов-на-Дону: Проф-Пресс, 2018. - 48 с.
- ✓ Рамадье, Седрик. Моя книжка злится [Текст] / Рамадье и Буржо; [пер. с фр. Ирины Балахоновой]. - Москва: Самокат, 2018. - 19 с.
- ✓ Савушкин С.Н. Зайка обиделся [Текст] / С. Н. Савушкин; худож. М. В. Федотова. - Москва: Карапуз, 2012. - 15 с.
- ✓ Стайг, Уильям. Как Шлёп обиделся [Текст] / У. Стайг; пер. О. Варшавер. - Москва: Розовый жираф, 2016. - 30 с.
- ✓ Шьен Шо Шин, Орели. Гастон злится [Текст] / Орели Шьен Шо Шин; [перевод с французского Марины Шепелёвой]. - Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2019. - 28 с.

### **Занятие 5. Знакомство детей 7-9 лет с эмоцией «злость»**

**Материалы для занятия:** карта страны эмоций, пиктограммы эмоции «злость», «страх», «обида», карточки с названиями произведений и карточки с отрывками текстов; пазлы по сказкам: «Снежная королева» Г. Х. Андерсена, «Гадкий утёнок» Г. Х. Андерсена, «Золушка» Ш. Перро, «Двенадцать месяцев» С. Маршака, «Морозко» русская народная сказка; бумага формата А4 по количеству команд, ножницы, клей, листики для «дерева от гнева».

**Ведущая:** Здравствуйте, ребята. Продолжается наше путешествие по стране эмоций. Какие эмоции вы уже знаете? (*Радость, страх, грусть*) Сегодня мы познакомимся с ещё одной

жительницей этой удивительной страны. Эта эмоция встречается в некоторых произведениях. Отгадайте, из каких произведений отрывки, которые вы услышите, и соотнесите их с названиями (*названия произведений представлены на доске*).

Можно использовать иллюстрации из этих же произведений, соответствующие ситуациям.

### **Игра «Найди пару»**

Игра проводится по командам. Каждой команде даются пары карточек: с отрывками текстов из произведений и карточки с названиями произведений (*при этом ответов должно быть на одну карточку больше, эта карточка лишняя*).

Командам нужно подобрать к карточкам с текстом в пару карточки с названием произведения. За правильность выполнения команде даётся жетон.

Я кровожадный,  
Я беспощадный,  
Я злой разбойник ...

И мне не надо  
Ни мармелада,  
Ни шоколада,  
А только маленьких  
(Да, очень маленьких!) Детей!

*(«Бармалей», К. Чуковский)*

Не стерпел  
Медведь,  
Заревел  
Медведь  
И на злого врага  
Налетел  
Медведь.  
Уж он мял его  
И ломал его:  
Подавай сюда  
Наше солнышко!

*(«Краденое солнце» К. Чуковский)*

Как царица отпрыгнёт,  
Да как ручку замахнёт,  
Да по зеркальцу как хлопнет,  
Каблучком-то как притопнет!..  
Ах ты, мерзкое стекло!  
Это врёшь ты мне назло.

*(«Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях» А. Пушкин)*

Осердилася пуще старуха,  
По щеке ударила мужа.  
Как ты смеешь, мужик, спорить со мною,  
Со мною, дворянкой столбовою? —  
Ступай к морю, говорят тебе честью,  
Не пойдешь, поведут поневоле.

*(«Сказка о рыбаке и рыбке» А. Пушкин)*

«Злая Бастинда необыкновенно разгневалась и испугалась, видя, что и верные её пчёлы погибли, а путники идут вперёд и вперёд. Она рвала на себе волосы, скрежетала зубами и от злости долго не могла выговорить ни слова».

*(«Волшебник Изумрудного города». А. Волков)*

**Ведущая:** Какое настроение у героев отрывков? (*плохое*) Какие эмоции они испытывают? (*Злость, гнев*) Сегодня мы поговорим об эмоции «злость» (*ещё эту эмоцию называют гневом*). Найдите, пожалуйста, пиктограмму эмоции «злость». Покажите, как выглядит человек, когда он злится.

*(Ребята выполняют задания)*

Каким цветом вы бы покрасили домик злости? (*ребята закрашивают домик выбранным цветом*) Как вы думаете, на какое растение похожа эмоция «злость»? (*на репейник, крапиву и др. варианты ответов детей*) Если бы злость имела вкус, то каким вкусом она бы была? (*горькая, острого вкуса и др. варианты ответов детей*)

**Ведущая:** Как вы думаете, злость - это отрицательное или положительное чувство? (*отрицательное*) Несмотря на то, что злость, гнев - это отрицательные чувства, они нам так же необходимы, как и радость. Гнев обращает наше внимание на

какую-либо проблему, что нас что-то беспокоит (отношение окружающих, например), что надо что-то менять. В каких ситуациях вам приходилось испытывать злость? Скажите об этом, закончив предложения:

- ✓ Я обычно сержусь, когда...
- ✓ Я терпеть не могу...
- ✓ Я не могу сдержаться, когда...
- ✓ Мне не справиться со своей злостью, если....
- ✓ Я обычно начинаю спорить.....
- ✓ Я могу накричать, если...
- ✓ Я раздражаюсь, когда...
- ✓ Я обычно чувствую проявление агрессии, когда...

Как ведут себя злые люди? (*совершают плохие поступки, могут обидеть человека, ударить*).

Сегодня я хочу вас познакомить с героем одной сказки, который из-за своего злого отношения к окружающим попал в очень неприятную историю. (*Ведущий кратко пересказывает сказку Сельмы Лагерлёф «Чудесное путешествие Нильса с дикими гусями», а на экране показываются соответствующие слайды с иллюстрациями из произведения (либо можно использовать диафильм)*).

### **Краткий пересказ сказки**

«В небольшой шведской деревушке жил мальчик по имени Нильс, который не любил учиться и помогать родителям по хозяйству. Как и большинство его сверстников, он был непоседой и проказником. К тому же ещё он был злым мальчиком, плохо относился к природе, разорял птичьи гнёзда и не давал прохода домашней живности. Особенно доставалось гусям и коту, которые с ужасом убегали, почувствовав приближение хулигана. За свои злые проделки мальчику пришлось дорого заплатить. Однажды Нильс жестоко подшучивает над маленьким человечком, внезапно появившимся у него дома. За эту злую шутку гном решает преподать ему урок, уменьшив мальчика до крошечных размеров. Нильсу ничего не остается, как найти

волшебника и вернуть первоначальный облик. Он выбежал во двор и едва успел схватиться за хвост домашнего гуся Мартина, который вместе с гусиной стаей решил отправиться в Лапландию.

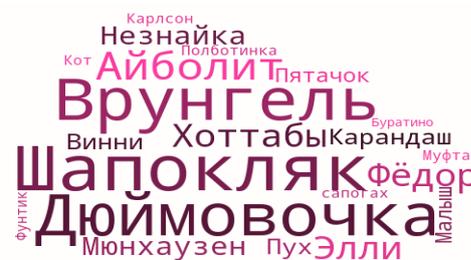
Поначалу Мартину было очень тяжело лететь так же быстро и долго, как его дикие сородичи, и он очень уставал. Лишь благодаря стараниям и заботливости мальчика он смог долететь вместе с дикими гусями до Лапландии».

**Ведущая:** Вспомните, в какой сказке встречается название страны Лапландия? («Снежная Королева» Г.Х.Андерсена)

В своё путешествие мальчик отправился верхом на гусе. Давайте вспомним героев-путешественников других сказок.

### Игра-викторина «Облако слов «Сказочные путешественники»»

Вспомните других героев сказок, которые совершили необыкновенное путешествие и найдите их имена в облаке слов:



1. Вместе с Чебурашкой и Крокодилом Геной ехала на крыше голубого вагона. (*Шапокляк*)
2. Из норы крота на ласточке в тёплые края. (*Дюймовочка*)
3. Капитан яхты «Беда», совершивший путешествие вокруг света. (*Врунгель*)
4. Отправился на орле в Африку. (*Айболит*)
5. Мальчик, отправившийся на чудесном тракторе в деревню Простоквашино. (*Фёдор*)
6. Вместе с Волькой совершил полёт на ковре-самолёте. (*Хоттабыч*)
7. Попала в Волшебную страну из Канзаса в фургоне, поднятом ураганом. (*Элли*)
8. Прилетел на ядре в лагерь турецкого войска. (*Мюнхаузен*)
9. Коротышка из Цветочного города, совершивший полёт на воздушном шаре в Зелёный город. (*Незнайка*)
10. На огурце – самолёте вместе с Самоделкиным вылетел из магазина игрушек на улицу. (*Карандаш*)

Игру можно провести по командам: команды получают карточки с вопросами и «облаком слов». На выполнение задания даётся не более 1 минуты. Затем ведущий проверяет правильность выполнения задания: зачитывает вопросы, а команды по очереди дают ответы. Команда, ответившая на все вопросы верно и первой выполнившая задание, получает жетон.

*(Ведущий продолжает пересказ)*

«Во время путешествия Нильс и гусь Мартин очень подружились и во всём помогали друг другу. По дороге Нильс совершил немало добрых дел и смелых поступков, выручал из беды новых друзей – зверей и птиц: он не раз спасает стаю от нападений коварного лиса, куницы и выдры; помог семейству медведей уйти от охотников; вернул упавшего с дерева бельчонка, и перед самым прибытием в Лапландию, спас от смерти Мартина. Этот крошечный мальчик даже освободил Глимменгенский замок от крыс с помощью волшебной дудочки. Предводительница гусиной стаи, гусыня Акка, помогла Нильсу узнать, как снять заклятие: нужно найти того, кто захотел бы поменяться с ним местами и при этом произнести волшебное заклинание». Попробуйте его расшифровать.

### **Игра «Собери заклинание»**

Строчки заклинания написаны на отдельных листочках и перепутаны. Нужно собрать строчки так, чтобы получилось правильное заклинание. Игру можно также провести по командам – кто быстро и правильно соберёт текст, получает жетоны.

Был – я, стал – ты.  
Бурум – шурум  
Кто ты? Кто я?  
Стань передо мной,  
Как звезда перед луной.  
Как снежинка перед тучей,  
Как мышь перед горой,  
Как ступенька перед кручей,  
Шалты – балты.

Правильный ответ:  
*«Стань передо мной  
Как мышь перед горой,  
Как снежинка перед тучей,  
Как ступенька перед кручей,  
Как звезда перед луной.  
Бурум – шурум,  
Шалты – балты.  
Кто ты? Кто я?  
Был – я, стал – ты»*

**Ведущая:** Давайте вспомним, в каких произведениях тоже использовались заклинания.

### **Викторина «Волшебные слова»**

- «Крекс, фекс, пекс» (*А. Толстой «Золотой ключик или Приключения Буратино»*)
- «Бамбара, чуфара, лорики, ёрики, пикапу, трикапу, скорики, морики» (*А. Волков «Волшебник Изумрудного города»*)
- «Лети, лети, лепесток,  
Через запад на восток,  
Через север, через юг,  
Возвращайся, сделав круг.  
Лишь коснёшься ты земли,  
Быть по - моему вели». (*В. Катаев «Цветик - семицветик»*)
- «Земля, прощай! В добрый путь!» (*«Волшебный корабль», русская народная сказка*)
- «Горшочек, вари!» (*Б. Гримм «Горшок каши»*)
- «По - щучьему велению, по - моему хотению!» (*«По – щучьему велению», русская народная сказка*)
- «Играй, дудочка!» (*В. Катаев «Дудочка и кувшинчик»*)

**Ведущая:** «Спустя время мальчик вернулся домой и увидел, как сильно горюют о нём родители. Встретив капризного гусёнка, который хотел всё время оставаться маленьким, Нильс произнёс заклинание и вновь стал обычным мальчиком. Родители были очень рады увидеть своего сына, который сильно изменился

после этой истории: он стал добрым, отзывчивым мальчиком, помогал родителям по дому и отлично учился в школе».

Благодаря своему путешествию, Нильс доказал, что можно стать другим человеком. Как вы думаете, чему учит эта сказка? *(Сказка учит быть добрым, честным, отзывчивым и всегда помогать тем, кто оказался в беде. Также учит тому, что всегда нужно отвечать за свои поступки).*

Какая пословица больше подходит к произведению Сельмы Лагерлёф, по-вашему?

### **Пословицы**

**Жизнь дороже всех сокровищ.**

**Жизнь дана на добрые дела.**

В сказках многим героям приходится сталкиваться с плохим, злым отношением к ним окружающих. Давайте соберём иллюстрации и вспомним произведения, в которых герои сталкиваются со злостью, но при этом сами герои остаются добрыми.

### **Игра «Собери пазлы»**

Участники делятся на небольшие группы по количеству используемых иллюстраций из сказок. Для игры можно использовать, например, следующие произведения: «Снежная королева», «Гадкий утёнок» Г. Х. Андерсена, «Золушка» Ш. Перро, «Двенадцать месяцев» С. Маршака, «Морозко» русская народная сказка.

После того, как ребята соберут картинку и отгадают сказку, ведущий предлагает вспомнить, что случилось с добрыми и злыми героями этих произведений.

**Ведущая:** Но не все из нас могут вести себя как герои сказок и не поддаваться отрицательным эмоциям. Не стоит отчаиваться, если вы вдруг рассердились. Самое важное во время злости - не вымещать свою злобу на окружающих, не причинять вред другим людям и предметам.

Поэтому нужно уметь правильно выражать свои негативные эмоции. Сегодня мы с вами узнаем, как укротить наш гнев. Для

этого существует много безопасных для окружающих и, в первую очередь, для самих себя, способов.

### **Изготовление «Дерева от гнева»**

**Ведущая:** Перед вами лежат чистые листы бумаги и карандаши. Нарисуйте образно свой гнев. На что похож ваш гнев? (*варианты ответов детей*)

А теперь мы сделаем из него дерево, и будем клеить листики с написанными на них различными способами укрощения гнева.

#### **Технология изготовления**

- Лист бумаги А4 сворачивается в трубочку гневом внутрь – это будет ствол дерева.
- Верхняя часть ствола надрезается так, чтобы получилась бахрома. Бахрома должна быть крупной – это будут ветки «дерева», к которым будут крепиться листики.
- Листики, с написанными на них способами укрощения гнева, вырезаются заранее.

Можно один или несколько листиков оставить пустыми, чтобы ребята написали на них свой способ избавления от злости.

Ведущий раздаёт командам листики с написанными вариантами. Дети по очереди зачитывают способы безопасного выражения гнева и приклеивают на «ствол дерева».

Варианты укрощения гнева, написанные на листиках:

- комкать и рвать бумагу;
- бить подушку или боксерскую грушу;
- топтать ногами;
- выжимать полотенце, даже если оно сухое;
- громко кричать, используя «стаканчик» для криков или «трубу», сделанную из ватмана;
- написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу;
- втирать пластилин в картонку или бумагу;
- высказаться в кругу тех людей, которые могут понять и посочувствовать;
- посидеть в тишине или послушать спокойную музыку;

- потанцевать;
- сделать 3–4 коротких выдоха подряд, потом столько же коротких вдохов.
- Мысленно посчитай до десяти и/или произнеси «охлаждающие» слова: «Я смогу с этим справиться», «Ему не удастся разозлить меня», или: «Спокойствие, только спокойствие!»

**Ведущая:** Наше занятие на этом завершается. Что нового, полезного для себя вы узнали сегодня? (*ответы ребят*) Можно ли управлять своей злостью? (да) «Деревья», сделанные вашими руками, останутся у вас как памятка о способах управления негативными эмоциями. Надеюсь, вам не придётся часто пользоваться этими подсказками, а хорошее настроение будет вашим постоянным спутником. (*Вручение команде – победительнице, собравшей больше всех жетонов, небольших призов*)

#### **Литература для читателей-детей 7-9 лет:**

- ✓ Андерсен, Ханс Кристиан. Гадкий утёнок [Текст] / Ханс Кристиан Андерсен; [перевод Анны Ганзен; художник Елена Липаева]. – Санкт - Петербург: Качели, 2018.
- ✓ Андерсен, Ханс Кристиан. Снежная королева [Текст] / Ханс Кристиан Андерсен; перевод Анны Ганзен; художник Анна Хопта. - Москва: Лабиринт Пресс, 2021. - 64 с.
- ✓ Волков, Александр Мелентьевич. Волшебник Изумрудного города [Текст] / Александр Волков; худож. О. Ю. Горбушин. - Москва: Самовар, 2017. - 142 с.
- ✓ Гузеева, Наталья Анатольевна. 23 обиды Пети Пяточкина / Наталья Гузеева. - Москва: Стрекоза, 2007.
- ✓ Лагерлёф, Сельма Лувиса Оттилия. Чудесное путешествие Нильса с дикими гусями [Текст]: повесть-сказка / Сельма Лагерлёф; рис. С. Крестовский; [худож. пересказ Ирины Токмаковой]. - Москва: ЭНАС-КНИГА, 2017. - 176 с.

- ✓ Маршак, Самуил Яковлевич. Двенадцать месяцев [Текст]: драматическая сказка /С. Я. Маршак; худож. И. Петелина. - Москва: АСТ, 2016. - 144 с.
- ✓ Морозко [Текст]. - Москва: Детский мир, 2009. - 9 с.
- ✓ Мошковская, Эмма Эфроимовна. Стихи и сказки [Текст] / Эмма Мошковская. - Москва: Стрекоза, 2010. - 64 с.
- ✓ Осеева, Валентина Александровна. Рассказы и сказки [Текст] / Валентина Осеева. - Москва: Книги «Искателя», 2005. - 80 с.
- ✓ Перро, Шарль. Золушка [Текст] / Шарль Перро; пер. М. Михайлов; худож. Г. Зинько. - Москва: Книги Вилли Винки: АСТ, 2019. - 64 с.
- ✓ Пушкин, Александр Сергеевич. Сказка о рыбаке и рыбке [Текст] / Александр Сергеевич Пушкин; [ил. Надежды Чайко]. – Санкт - Петербург: Качели, 2019. - 24 с.
- ✓ Пушкин, Александр Сергеевич. Сказки Лукоморья [Текст] / Александр Сергеевич Пушкин; худож. О. С. Попугаева, Д. Б. Непомнящий. - Санкт-Петербург: Качели, 2018. - 90 с. (Введено оглавление).
- ✓ Спешите делать добрые дела [Текст]: рассказы / худож. Е. В. Попкова [и др.]. - Москва: Детская литература, 2016. - 350 с. (Введено оглавление).
- ✓ Чуковский, Корней Иванович. Мойдодыр [Текст] / Корней Иванович Чуковский; худож. Л. Ерёмина. - Москва: Мозаика-синтез, 2015. - 14 с.
- ✓ Чуковский, Корней Иванович. Краденое солнце [Текст] / Корней Иванович Чуковский; худож. В. А. Дугин. - Москва: Центрполиграф, 2005. - 19 с.



