



СТРАХИ И ФОБИИ

КНИГИ, МУЛЬТФИЛЬМЫ И ФИЛЬМЫ

методические рекомендации по совместному
чтению и просмотру



ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ



НИКОЛАЙ НОСОВ

«Живая шляпа»

рассказ, Эксмодетство, 136 с., 2022

0+



Однажды друзья Вадик и Вовка увлеклись раскрашиванием картинок, не обращая внимания на котенка Ваську. Ребят отвлекла от рисования шляпа, которая слетела на пол и начала шевелиться и двигаться. Мальчишки, увидев, что шляпа движется по полу, подумали, что она ожила и очень испугались. Ну а когда выяс-

нилось, что под шляпой маленький шаловливый Васька, детям стало смешно, и страх исчез.

Рассказ учит быть храбрым, смелым, решительным. Учит самостоятельно решать проблемы и не теряться в сложных жизненных ситуациях.

ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Какой смысл у пословицы «У страха глаза велики»? Как ребята показали на своем примере значение этой пословицы?
- Какими способами ребята боролись со своим страхом?
- Давай перечислим несколько способов преодоления страха, какие ты знаешь? Какие подходят именно тебе?
- Чему нас учит этот рассказ?



ЕЛЕНА УЛЬЕВА

«Я побеждаю страхи. Энциклопедия для малышей в сказках»

сборник сказок, Феникс-Премьер, 47 с., 2020

0+

Сборник потрясающих сказок Елены Ульевой поможет ребёнку преодолеть разные страхи. С помощью добрых сказок про разных зверят ребёнок сможет познакомиться со своими страхами и трансформировать их в силу.

Книга значительно развивает эмоциональный интеллект, помогает преодолеть страхи, воспитывает отзывчивость, доброту и умение дружить.



ПРИМЕЧАНИЕ: сборник подойдёт для старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

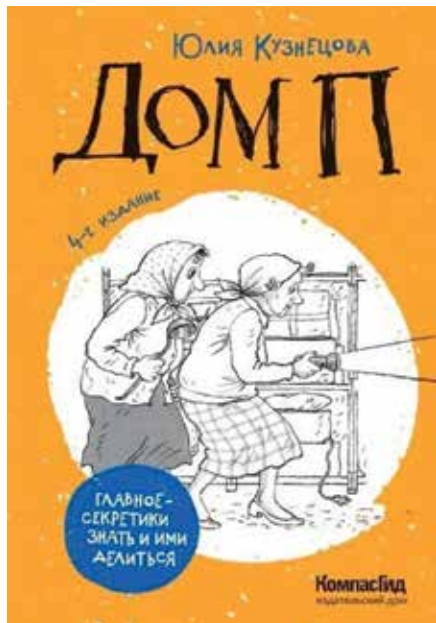
- Какой совет мудрой совы пригодился тебе?
- С кем из героев сказок ты хотел бы подружиться?
- Какая из сказок тебе понравилась больше других? Почему?
- Чему тебя научили герои сказок?



ЮЛИЯ КУЗНЕЦОВА «Дом П»

повесть, КомпасГид, 320 с., 2021

0+



Удивительная трогательная детская книга с глубоким посылом как для детей, так и для взрослых.

История знакомит нас с жизнью обычной российской семьи: дети Вика и Тина, мама Таня, папа Сережа и бабушка Женя, папина мама. Бабушка Женя — удивительная и очень деятельная старушка, обожает бокс, заботится обо всей семье и совершенно не любит никого огорчать.

Вот так, чтобы не огорчить своего сына Сережу, она отправляется в «Дом П», условно санаторий, а на деле — дом престарелых. Но бабушка не держит обиды, и на новом месте активно проявляет лучшие стороны своей личности — дружелюбие, смелость, интерес к жизни — так ярко, что в конце концов все обитатели «Дома П» заряжаются ее энергией и становятся радостней и смелее.

Книга учит нас тому, что очень важно говорить правду о своих желаниях; в любой ситуации нужно оставаться самим собой; говорить вслух о своих чувствах и не оставлять на потом важные разговоры. А также, что искренние доброта и вежливость способны растопить любое сердце.

ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Какие качества помогают бабушке Жене справляться с переживаниями и невзгодами?
- Как ты думаешь: то, что бабушка Женя регулярно боксировала грушу, помогало ей справляться с негативными эмоциями? Какие еще способы можно придумать, чтобы справиться с ними безопасно? (Например, порвать бумагу на клочки, потопать ногами, покричать в подушку).
- Придумай парочку своих. Важно, чтобы они были безопасны для тебя и окружающих.
- Гнев папы Сережи превратился в дракончика, а бабушка Женя своей любовью смогла его приручить. Подумай, с каким своим качеством ты хотел бы подружиться (например, гнев, злость, лень, обида и т. п.). Нарисуй дракона этого качества. Какая сила могла бы приручить этого дракона? Напиши об этом небольшую легенду.
- Почему в «Доме П» все обитатели поменялись? Какой пример помог им?
- Какой герой книги тебе понравился больше всего? Почему?



ОЛЬГА ЗАМЯТИНА

«Тестовая группа»

повесть, Аквилегия-М, 192 с., 2023

6+

Костик — обычный шестиклассник, который, как и все, увлекается компьютерными и телефонными играми. Однажды по примеру одноклассников он скачивает на телефон игру, которая стремительно набирает популярность среди детей. Поначалу Костя думает, что имеет дело с безобидной страшилкой, но скоро обнаруживает: чем чаще в нее играть, тем больше кошмаров воплощается в реальной жизни. В попытке защитить детей от токсичной игры Косте и его новым товарищам предстоит столкнуться с настоящими испытаниями, проявить отвагу, силу духа и качества настоящего друга.



Книга значительно обогащает медиаграмотность, прививает принципы кибербезопасности, воспитывает отзывчивость, доброту, смекалку и критическое мышление.

ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Костя столкнулся с предательством друга. Как это повлияло на героя?
- Какие качества помогли Костику и его товарищам найти выход из ситуации с игрой?
- Какие правила безопасности поведения в жизни и в Интернете ребята нарушали на протяжении сюжета книги? Чего делать не стоило? Как, на твой взгляд, следовало поступать?
- Чему нас учит пример Костика/Тани/Леши?
- Какая главная мысль этой книги на твой взгляд?



реж. ОЛЕГ ЧУРКИН «Крошка Енот»

мультфильм, короткометражка, 9 минут, 1974

0+

Красочный поучительный советский мультфильм повествует об одном дне из жизни крошки Енота — о дне его рождения. Чтобы доказать себе, что он уже совсем взрослый, малыш отправляется к пруду за сладкой осой. Но там его ждёт серьёзное испытание — в отражении пруда ему видится какое-то чудище. В страхе крошка Енот прибегает к маме и получает волшебный совет: «А ты ему улыбнись!».

Мультфильм показывает пример того, как благодаря улыбке мы легко можем везде найти себе друзей и что добрые дела начинаются именно с улыбки. А также, что большинство наших страхов могут быть просто придуманными.

ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Говорят, что у «страха глаза велики». Как ты понимаешь эту поговорку? Как эта поговорка проявилась в мультфильме?
- Какие чувства вызывает у тебя песня про улыбку из мультфильма? Какие строчки понравились больше всего?
- Чему учит нас пример крошки Енота? Чему учит нас пример его мамы?



реж. ЮРИЙ ПРЫТКОВ «Ох и Ах»

мультфильм, детский, короткометражка, 9 минут, 1975

0+

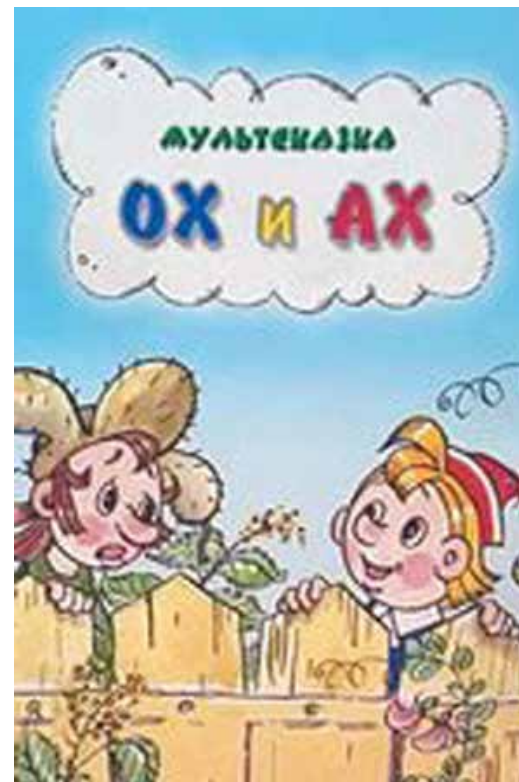
Этот красочный советский мультфильм повествует о двух соседях — оптимисте Ахе и пессимисте Охе. Ах — добрый и веселый, а Ох — наоборот, любит испугаться, понуть и поворчать. За что бы ни взялся Ах, все у него спорится и получается, даже невыполнимая на первый взгляд работа. Ну а Ох боится браться за дело — ничего у него не выходит, все валится из рук. Однажды Ох заболевает, и Ах с соседями Эх, Эй, Ой и Ай-яй-яй приходят ему на помощь. Увидев беспорядок в доме Оха, друзья дружно берутся за уборку, а после — и за самого хозяина. Постриженный и переодетый Ох видит себя в зеркале и впервые в жизни чем-то доволен.

Мультфильм прививает добросердечие и отзывчивость, показывает пример того, как хороший настрой влияет на результаты действий.

ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Почему у Аха все получалось, а у Оха нет? Что влияет на успешное выполнение дел?
- Какие качества мешали Оху?
- Чему нас учит этот мультфильм?



реж. ДАРИНА ШМИДТ, ЕЛЕНА ГАЛДОБИНА, ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ЕКАТЕРИНА ШРАГА, АЛЕКСАНДРА КОВТУН, АЛЕКСЕЙ ПИЧУЖИН,
ОЛЬГА ОБРАЗЦОВА, ТАТЬЯНА ГОРБУШИНА, ГАЛИНА ВОРОПАЙ,
ЛЮДМИЛА СТЕБЛЯНКО, ОЛЬГА КАЖАНОВА

«Лунтик», серия 32 «Страх»

м/ф, мультсериал, приключения, фэнтези, 5 минут, с 2006 года

0+

Кузнечик Кузя — большой выдумщик. Сегодня он придумал, что ночью они пойдут гулять? Зачем? Да ведь гулять ночью страшно! А ведь это так интересно! Сбивает с толку вот что: Лунтик почему-то совсем не трусит, а вот Кузя и Пчеленок, похоже, не планировали бояться всерьез. Ну, раз речь идет о страхе, то как же обойтись без погони? В общем, было жутко ин-



тересно и было жутко! Даже Лунтику удалось испытать страх: ведь за них волновались бабуля и дедуля.

Мультфильм значительно обогатит эмоциональный интеллект и поможет ребенку познакомиться со своими страхами.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Чего удалось испугаться друзьям?
- Какие правила безопасности нарушили друзья? Как ты считаешь, существуют ли безопасные способы познакомиться со страхом? Какие?
- Почему бабуля и дедуля испытали страх?
- Говорят, что у «страха глаза велики». Как ты понимаешь эту поговорку? Как эта поговорка проявилась в мультфильме?



реж. ДАРИНА ШМИДТ, ЕЛЕНА ГАЛДОБИНА, ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ЕКАТЕРИНА ШРАГА, АЛЕКСАНДРА КОВТУН, АЛЕКСЕЙ ПИЧУЖИН,
ОЛЬГА ОБРАЗЦОВА, ТАТЬЯНА ГОРБУШИНА, ГАЛИНА ВОРОПАЙ,
ЛЮДМИЛА СТЕБЛЯНКО, ОЛЬГА КАЖАНОВА

«Лунтик», серия 86 «Гроза»

м/ф, мультсериал, приключения, фэнтези, 5 минут, с 2006 года

0+

Лунтик восхищается паутиной потрясающей красоты — это паук Шнюк сплёл такую: по особой, памятной книге узоров, которую для него составила когда-то его бабушка. Но паутина свёрнута, и Шнюк торопится домой, потому что сверкнули первые молнии. Взрослый паук Шнюк панически боится грозы. Да и кто же ее не побаивается? Однако Лунтик бежит за оставленной на улице книгой и подозрительно долго задерживается...



Мультфильм значительно обогатит эмоциональный интеллект и поможет ребенку познакомиться со своими страхами, а также покажет, что взрослые тоже умеют бояться и это совершенно нормально.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Почему Шнюк так боится грозы?
- Почему бабушка Шнюка проявила такую отвагу? А почему сам Шнюк проявил отвагу, бросившись в грозу за Лунтиком?
- Почему Лунтик побежал за книгой?
- Говорят, что у «страха глаза велики». Как ты понимаешь эту поговорку? Как эта поговорка проявилась в мультфильме?



реж. ДАРИНА ШМИДТ, ЕЛЕНА ГАЛДОБИНА, ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ЕКАТЕРИНА ШРАГА, АЛЕКСАНДРА КОВТУН, АЛЕКСЕЙ ПИЧУЖИН,
ОЛЬГА ОБРАЗЦОВА, ТАТЬЯНА ГОРБУШИНА, ГАЛИНА ВОРОПАЙ,
ЛЮДМИЛА СТЕБЛЯНКО, ОЛЬГА КАЖАНОВА

«Лунтик», серия 91 «Не подходи!»

м/ф, мультсериал, приключения, фэнтези, 5 минут, с 2006 года

0+

Дедушка простудился и чихает, а баба Капа советует Лунтику держаться подальше от больного, чтобы не заразиться. Пока идёт лечение, Лунтик решил погулять с Кузей. Встречаясь с жадными Гусеницами, со сварливой Пиявкой и хвастливыми Бабочками, друзья боятся заразиться этими неприятными чертами характера.

Мультфильм значительно обогатит эмоциональный интеллект и поможет ребенку познакомиться с различными качествами личности: жадностью, вредностью, хвастовством.



ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Можно ли «заразиться» качествами других? А если общаться с этими людьми каждый день?
- Как не «заразиться» чужим дурным настроением? Какой способ предложила баба Капа?
- Говорят, что у «страха глаза велики». Как ты понимаешь эту поговорку? Как эта поговорка проявилась в мультфильме?



реж. ДАРИНА ШМИДТ, ЕЛЕНА ГАЛДОБИНА, ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ЕКАТЕРИНА ШРАГА, АЛЕКСАНДРА КОВТУН, АЛЕКСЕЙ ПИЧУЖИН,
ОЛЬГА ОБРАЗЦОВА, ТАТЬЯНА ГОРБУШИНА, ГАЛИНА ВОРОПАЙ,
ЛЮДМИЛА СТЕБЛЯНКО, ОЛЬГА КАЖАНОВА

«Лунтик», серия 105 «Комната смеха»

м/ф, мультсериал, приключения, фэнтези, 5 минут, с 2006 года

0+



Что это случилось с Пупсенем? Выскочил из травы перекошенный от ужаса: ведь там сидит кто-то страшный и кривой! А ведь это даже интересно! Каждый видит разное, и непонятно, кто там скрывается — Кривая гусеница, Кузнечик с огромными глазищами или Жуткий пчеленок? Но стоило друзьям раздвинуть траву, солнце осветило каплю, висящую на травинке. Получилась настоящая комната смеха!

Мультфильм значительно обогатит эмоциональный интеллект и поможет ребенку познакомиться со своими страхами.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Говорят, что у «страха глаза велики». Как ты понимаешь эту поговорку? Как эта поговорка проявилась в мультфильме?
- Как проявил себя каждый, встретившись со своим страхом?
- Чему нас учит этот мультфильм?



реж. ЕЛЕНА ГАЛДОБИНА, ДАРИНА ШМИДТ, ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ГАЛИНА ВОРОПАЙ, ЕКАТЕРИНА ШРАГА, АЛЕКСЕЙ ПИЧУЖИН,
ОЛЬГА ОБРАЗЦОВА, ЕКАТЕРИНА САЛАБАЙ, АЛЕКСАНДРА КОВТУН,
ФЁДОР АНАТОЛЬЕВИЧ ДМИТРИЕВ, ТАТЬЯНА ГОРБУШИНА

«Барбоскины», серия 52 «Ни капельки не страшно»

м/ф, мультсериал, 5 минут, с 2011 года

0+

Дружок разыгрывает Розу и Лизу, неожиданно напугав их. Сестры пообещали отомстить и напугать его в отместку. Угроза вызывает у Дружка только смех. Но вот ожидание исполнения угрозы оказывается самым нелегким испытанием для Дружка.

Мультфильм знакомит ребенка с понятием «страх», а также учит нести ответственность за свои действия.



ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- Почему Дружок так тревожился?
- Стало ли для Дружка уроком испытание ожиданием?
- Говорят, что у «страха глаза велики». Как ты понимаешь эту пословицу? Как эта пословица проявилась в мультфильме?



реж. АРТЁМ АКСЁНЕНКО

«Чемпионы: быстрее, выше, сильнее»

К/ф, драматический семейный фильм на тему спорта, 2016

ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

6+

Картина повествует об историях успеха легендарных спортсменов — борца Александра Карелина, гимнастки Светланы Хоркиной и пловца Александра Попова. Вместе с героями мы окунёмся в мир большого спорта, роста над собой и гордости за свою страну.

Фильм учит не сдаваться несмотря ни на что, оставаться верным своей мечте и своей Родине, сохранять благодарность и любовь к близким не взирая на любые препятствия.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

- История какого из героев тебя тронула больше всего?
- Какие качества помогли спортсменам реализоваться и исполнить свою мечту?
- Какие качества проявляли близкие к спортсменам? Помогло ли это героям?





институтвоспитания.рф



**ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ
ФГБНУ ИИДСВ**