

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 41»



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с № 41
Т.М. Поршнева
Приказ № 82/1 от 03.09.2018г.

**Адаптированная программа групповой работы
по коррекции и развитию
эмоционально-личностной сферы детей
старшего дошкольного возраста**

составлена на основе программ:

- Капранова С.В. Путешествие с волшебной кисточкой: Программа коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста. – Ростов н/Д.: Изд-во РО ИПК и ПРО, 1997. – 40 с.
- Вачков И.В. Психология для малышей. – М., 1995.

Составитель:
педагог-психолог
МБДОУ д/с № 41
Посошенко Л.В.

2018 г.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 41»

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с № 41
Т.М. Поршнева
Приказ № 82/1 от 03.09.2018г.

**Адаптированная программа групповой работы
по коррекции и развитию
эмоционально-личностной сферы детей
старшего дошкольного возраста**

составлена на основе программ:

- Капранова С.В. Путешествие с волшебной кисточкой: Программа коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста. – Ростов н/Д.: Изд-во РО ИПК и ПРО, 1997. – 40 с.
- Вачков И.В. Психология для малышей. – М., 1995.

Составитель:
педагог-психолог
МБДОУ д/с № 41
Посошенко Л.В.

2018 г.

Пояснительная записка

Содержание программы коррекции и развития эмоционально-личностной сферы старших дошкольников основывается на положении А.В. Запорожца о роли социальных эмоций в личностном развитии и нравственном воспитании детей дошкольного возраста. Опираясь на положение А.В. Запорожца о возникновении новых эмоций в связи с изменением содержания и структуры деятельности, адекватно будет строить коррекционно – развивающую работу с детьми дошкольного возраста с учетом данного положения. Поэтому в структуре коррекционно – развивающей работы присутствуют продуктивные виды деятельности (рисование), игровая деятельность, которая расширяет представления о чувствах и эмоциях, активизирует поведенческий компонент.

Период детства рассматривается философами, психологами и педагогами как особая субкультура жизни человека, которая отличается своеобразным языком, набором способов познания, переживания и преобразования окружающего, знаками и символами, выражающими представление о мире и отношении ребенка к действительности. Эмоции, которые являются внешним проявлением внутреннего состояния ребенка, выступают показателем благополучия или неблагополучия в процессе вхождения в социальную ситуацию. Поэтому представляется важным изучать содержание и характер эмоциональных проявлений ребенка, которые в свою очередь связаны с личностным развитием.

В программе рассматривается применение элементов арттерапии, игротерапии как форм коррекции психического развития ребенка. Использование элементов арттерапии обусловлено тем, что изобразительная деятельность – это одна из форм выражения отношений к окружающей его действительности. Рисунок является еще и средством развития самовыражения, выступает как механизм коррекции, направленной непосредственно на поддержание внутреннего баланса сил.

Занятия в группе помогут и научат ребенка выражать свое эмоциональное состояние адекватно ситуации, осознать свои страхи, снизить тревожность и повысить самооценку.

Программа является коррекционно-развивающей в связи с тем, что направлена на коррекцию имеющихся эмоционально-личностных и поведенческих нарушений и на профилактику возникновения эмоционального дискомфорта, на создание благоприятной эмоциональной атмосферы в дошкольном учреждении.

Содержание работы с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется в направлении реализации коррекционно-развивающей работы в форме специально организованных занятий.

Цели программы:

1. Преодоление негативных эмоциональных проявлений (застенчивость, нерешительность, замкнутость, страхи).
2. Формировать приемлемые формы поведения; перестраивать коммуникативное поведение (формировать навыки гибкого взаимодействия), развивать произвольность, внимание, моторный контроль.

Задачи программы:

1. Развитие гибкости поведения и способности адекватного реагирования на различные ситуации.
2. Формирование эмоциональной устойчивости и саморегуляции.
3. Преодоление и снижение негативных эмоциональных проявлений посредством овладения языком «эмоций».

Принципы программы

1. Принцип одобрения и принятия:

а) психологом ребенка. При безоценочном принятии ребенка психолог стремится создать атмосферу безопасности и понимания, что способствует возникновению у ребенка переживаний, поддерживающих разрешение быть самим собой, таким, какой он есть в эту минуту, то есть позволение быть;

б) всех продуктов творческой изобразительной деятельности, независимо от их содержания, формы, качества.

2. Принцип свободы самовыражения:

свободное, ничем не ограниченное выражение своих отношений, ощущений, поведение в группе лимитируется требованиями безопасности психолога и членов группы.

3. Принцип возрастного соответствия.

Программа составлена для работы с детьми старшего дошкольного возраста.

Общее количество занятий: 20, занятия проводятся один раз в неделю.

Продолжительность занятия: 35 минут.

Количество детей в группе: 6-7 человек.

Программа условно разделена на три блока:

I. Развитие эмоционально-личностной сферы.

II. Развитие коммуникативных способностей.

III. Знакомство с нормами и правилами поведения.

Методические приемы, используемые в программе:

1. Игровые приемы.

2. Проигрывание этюдов на преодоление замкнутости, нерешительности, страхов, необщительности, застенчивости.

3. Рисование (свободное и тематическое).

4. Беседы, направленные на знакомство с различными правилами и нормами поведения.

5. Проблемные ситуации.

Алгоритм проведения занятия:

1. Приветствие.

2. Беседа или проблемная ситуация.

3. Развивающая игра, психогимнастика (этюд), рисование (свободное или тематическое).

4. Подвижная игра.

5. Прощание.

Занятие 1

1. Беседа о том, что у человека бывает разное настроение. Для проведения беседы используется таблица чувств (Приложение 1). Дети отмечают, что в зависимости от жизненных ситуаций у человека настроение может меняться. Рассматриваются такие ситуации «Подарок на день рождения», «Друг обидел», «Сильно разозлился» и др. Дети изображают настроения, исходя из предложенных ситуаций.

2. Ролевая игра (произнести одно и то же слово: *громко, тихо, растянуто, злобно, удивленно*).

3. Рисование «Мое настроение». Используя разные изобразительные средства, дети выполняют рисунок.

4. Беседа по рисункам.

Занятие 2

1. Игра «Я чувствую...». Детям раздаются карточки, на которых изображены различные эмоции. Ребенок определяет эмоцию и рассказывает, когда он переживает данную эмоцию.

2. Игра «Газета». Цель: развитие тактильного контакта детей, преодоление барьеров общения.

Ход: на пол кладется газета, на которой должны поместиться 4 ребенка, затем газета сворачивается пополам, затем еще раз.

3. Ролевая игра: произнести стихотворение *шепотом, со скоростью улитки, как будто вы страшно замерзли*.

Занятие 3

1. Беседа о средствах понимания речи другого человека с помощью интонации, мимики, пантомимики. Дети узнают о том, что понять, что говорит другой можно, не используя слова. Для этого существуют невербальные средства общения – жесты, мимика, интонация, телодвижения. Предложите детям показать различные ситуации без слов, например, «Котенок замерз», «У меня болит спина» и др.

2. Изготовление масок, можно использовать готовые шаблоны. Дети сами обводят шаблоны, раскрашивают и вырезают маски.

3. Игра «Маски». Ход: ребенок надевает маску, и передает ее настроение. Дети обсуждают, какое настроение передает его маска.

Занятие 4

1. Беседа о том, что у каждого человека было вначале? А что еще раньше? Детям предлагается рассказать о своих ранних воспоминаниях.

2. Рисунок «Мои воспоминания». Используя изобразительные средства, дети передают свои воспоминания.

3. Беседа по рисункам.

4. Игра «Молекула». Ход: дети перемещаются по залу. На сигнал ведущего «Молекула» необходимо плотно прижаться друг к другу.

Занятие 5

1. Беседа о том, что все люди разные, чем мы отличаемся друг от друга и чем похожи. Какими качествами обладаем?

2. Игра «Назови ласково». Ход: дети называют себя именами, которые им нравятся, которыми называют дома. Ребята повторяют.

3. Рисование «Автопортрет». Детям раздаются трафареты человечка. Они его обводят, дополняют декорированием.

4. Беседа по рисункам. Выясняется, кто это, что он делает, какое у него настроение, что с ним можно делать.

Занятие 6

1. Беседа о том, как с помощью жестов можно показать другому, что он «злой», «добрый», «смелый», «робкий». Детям предлагается вспомнить, какие невербальные средства общения они знают. Дети по очереди показывают состояния с помощью жестов.

2. Этюд «Робкий ребенок». Ребенок первый день в детском саду. Он робеет. Ему кажется, что воспитательница им недовольна, а дети вот – вот обидят. Выразительные движения. Сидеть на кончике стула очень прямо, колени сдвинуть, пятки и носки сомкнуть, локти прижать к телу, ладони положить на

колени, голову опустить. Во время выполнения этюда звучит музыка Н.А. Римского – Корсакова «Сидел Ваня».

3. Игра «Комплимент». Цель: развитие умения выражать свое отношение, используя слово, действие. Ход: детям предлагается говорить по очереди друг другу комплименты. Найдите то, что можно похвалить в другом. Сделайте это громко, в глаза, красиво.

4. Игра «Газета». Цель: развитие тактильного контакта детей группы, преодоление барьеров общения. Ход: на пол кладется газета, на ней должны поместиться 4 ребенка, затем газета сворачивается пополам, потом еще. Задача детей – как можно ближе стать друг к другу, чтобы поместиться на газете.

Занятие 7

1. Игра «Наоборот». Ход: дети сидят в кругу. По очереди бросают мяч друг другу. Тот, кому кинули мяч, называет противоположное качество: добрый-злой, жадный-щедрый, веселый - грустный.

2. Игра «Собаки бывают...». Ход: дети изображают собак, используя выразительные средства (мимика, пантомимика, интонация). Затем они рассказывают, какие были собаки.

3. Рисование с закрытыми глазами. Рисование способствует снижению тревожности, «комплекса художественной некомпетентности».

Занятие 8

1. Игра «Я умею, я могу». Ход: дети сидят в кругу. Ведущий бросает каждому мяч. Ребенок, поймавший мяч, называет, как можно больше того, что он умеет (и хорошее, и плохое).

2. Беседа на тему «Если бы...». Детям читают стихотворение Ш. Сильверстейн «Если я был бы...» (Приложение 2). Обсуждение стихотворения.

3. Свободное рисование.

Занятие 9

1. Игра «Молекула». Ход: дети хаотично передвигаются по комнате. При слове «Молекула» все собираются в кучу, плотно прижимаясь друг к другу.

2. Игра «Комплимент». Цель: развитие умения выражать свое отношение, используя слово, действие. Ход: детям предлагается говорить по очереди друг другу комплименты. Найдите то, что можно похвалить в другом человеке. Сделайте это громко, в глаза, красиво.

3. Рисование «Волшебный город». Представьте, вы попали в волшебный город. В этом городе стоят необычные дома. Вы будете жить на улице, где стоят пять пятиэтажных домов. Называются они: Дом Доброты, дом Здоровья, дом Силы, дом Счастья и дом Вежливости. Заселяет эти дома Волшебник. Нарисуйте дома и отметьте крестиком, на каком этаже, в каком из домов вы сможете жить. Почему? Обсуждение рисунков.

Занятие 10

1. Игра «Руки». Ход: дети работают в парах. Ведущий предлагает познакомиться друг с другом, используя руки, поспорить с помощью рук, помириться.

2. Игра «Иголочка с ниточкой». Выбирается ведущий – иголочка, остальные дети, плотно держась друг за друга, двигаются в том направлении, которое задает ведущий. Важно, не отстать от ведущего.

3. Игра «Я чувствую...». Ход: детям раздаются карточки с изображением различных эмоций. Ребенок называет нарисованное чувство и говорит, когда он его испытывает.

Занятие 11

1. Игра «Запомни свою позу». Цель: развитие моторно – слуховой памяти. Ход: дети стоят в кругу или в разных углах. Каждый ребенок выбирает себе любую позу и запоминает ее. По сигналу (звучит музыка) все дети разбегаются. Когда музыка прекращает звучать, дети возвращаются на свои места, заняв позу.

2. Игра «Колокольчик». Ход: дети стоят в плотном кругу, один ребенок посередине. Он раскачивается из стороны в сторону, остальные его поддерживают.

3. Игра «Ток». Ход: дети стоят в кругу, держатся за руку, нажимают на руку – передают ток.

4. Свободное рисование.

Занятие 12

1. Игра «Бумажные развалы». Ход: с детьми оговаривается, что после выполнения игры, дети убирают за собой. Дети стоят в кругу, у каждого запас бумаги. Дети разрывают бумагу, и разорванные кусочки складываются в одну кучу. Когда она станет достаточно большой, детям предлагается всем вместе подбрасывать бумагу вверх.

2. Игра «Слушай звуки». Цель: развивать активное внимание. Ход: ведущий договаривается с детьми о том, что когда зазвучит музыка мажорная (веселая, радостная, торжественная), дети встают в позу «тополя», а когда минорная (грустная, печальная) – в позу «плакучей ивы». Дети идут по кругу. Звучит радостная музыка - дети становятся в позу «тополя» - пятки вместе, носки врозь, ноги прямые, руки подняты вверх, голова запрокинута назад, смотреть на кончики пальцев рук. Звучит грустная музыка – дети становятся в позу «плакучей ивы» - ноги на ширине плеч, руки слегка разведены в локтях и висят, голова наклонена к левому плечу.

3. Игра «Зеркало». Ход игры. Вы – зеркало. Я в него смотрюсь, поднимаю правую руку (выполняет движение), и вы поднимаете (дети повторяют движение), поднимаю левую руку, а вы повторяете. Теперь рука у меня впереди, хлопок, вы все за мной повторяете, потому что вы – зеркало.

Занятие 13

1. Рисование «Волшебная линия». Ход: с помощью линейки и цвета передать настроение: спокойная линия, радостная, злая, грустная, больная, здоровая и т.д.

2. Создание общей картины настроения с помощью линий. Беседа по рисункам.

3. Игра «Замри!» Ход игры. После того, как ведущий хлопнет в ладоши, дети начинают бегать, прыгать. Ведущий дает команду: «Замри!» Дети должны остановиться, «замереть» до следующего хлопка. Тот, кто не услышал команду или пошевелился, выбывает из игры (отдыхает).

Игра повторяется 4-5 раз.

4. Игра-релаксация «Факиры». Ход игры. Дети садятся на пол, скрестив ноги по – турецки, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены, голова опущена, подбородок касается груди, глаза закрыты. Факиры отдыхают.

Занятие 14

1. Беседа о правилах «хорошего общения»:

- помогай друзьям;
- делись с ними;
- умей остановить друга, если он делает что-то нехорошее;
- не ссорься по пустякам;
- не смейся над ошибками других;
- ты сам можешь ошибиться.

2. Игра «Мозаичные песни». Материал. Почтовые открытки с картинками в конвертах; ножницы; музыкальные инструменты.

Ход игры. Открытки разрезаются на части, так чтобы их форма была не слишком сложной. Каждый ребенок получает одну часть в конверте. По команде дети открывают конверты, пытаются, как можно скорее определить, у кого часть той же открытки. Если дети правильно соберут свою открытку, они поют песню и сопровождают ее игрой на музыкальных инструментах.

3. Рисование правил «хорошего общения». Обсуждение рисунков.

Занятие 15

1. Беседа о том, что такое добро и зло. Рисование. Детям предлагают два листа. На одном будет жить добро, на другом – зло. Беседа о рисунках (по желанию).

2. Игра «Пчелки». Ход игры. Участники делятся на «пчелок» и «игроков». Пчелки размещаются за одной чертой, игроки за другой. Игроки идут, высоко поднимая колени и приговаривая:

Мы к лесной полянке вышли,
Поднимая ноги выше
Через кустики и кочки,
Через ветки и пенечки.
Кто высоко так шагал –
Не споткнулся, не упал.

На этом слове они останавливаются вблизи пчелок.

Игроки.

Глянь, из дупла высокой елки
Вылетают злые пчелки!

Пчелки.

Ж-ж-ж! – хотим кусать!

Игроки.

Быстроногих не догнать!
Нам не страшен этот рой,
Убежим скорей домой!

На последнее слово игроки убегают за первую черту. За ними гонятся пчелки. Каждая хочет «ужалить», то есть коснуться кого –нибудь рукой.

3. Этюд «Фея сна». Ход: дети сидят на полу, на достаточно большом расстоянии друг от друга. Звучит «Колыбельная». К детям подходит девочка с тоненькой палочкой в руке – это фея сна (мальчик - волшебник). Фея касается плеча одного из играющих палочкой, тот засыпает (наклоняет голову и закрывает глаза). Фея обходит всех детей, касаясь их волшебной палочкой... Фея смотрит на них: все спят, она улыбается и тихонько уходит.

Занятие 16

1. Игра «Молчанка». Ход: разговаривать могут только кисточки: «сказать» цветом, формой линии. Рисование. Обсуждение рисунков.

2. Игра «Догонялки - считалки». Ход игры. Участники хором произносят считалку, поочередно указывая на участников.

Мы – веселые ребята,

Любим бегать и играть.

Никого не обижать.

Ну, попробуй нас догнать!

Тот, на кого указывают при последнем слове «догнать», становится ведущим и догоняет остальных.

3. Этюд «Пылинки и пылесос». Ход: Пылинки весело танцуют в лучах солнца. Заработал пылесос. Пылинки закружились вокруг себя и, кружась все медленнее и медленнее, оседают на пол. Пылесос собирает пылинки: кого он коснется, тот встает и уходит. Выразительные движения: ребенок – пылинка садится на пол, спина и плечи у него расслабляются и сгибаются вперед – вниз, руки опускаются, голова наклоняется, он весь как бы обмякает.

Занятие 17

1. Рисование. Ход: каждый ребенок в течение 2-3 минут рисует на своем листе (тема свободная). Затем по сигналу ведущего передает свой рисунок ребенку, сидящему рядом. Продолжает рисовать и так до сих пор, пока не получит свой рисунок от рядом сидящего ребенка. Обсуждение рисунков.

2. Игра «Космонавты». Ход игры. Взявшись за руки, дети идут по кругу и приговаривают:

Ждут нас быстрые ракеты

Для полетов на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим!

Но в игре один секрет:

Опоздавшим места нет!

На последнее слово дети разбегаются по «ракетодромам» и стараются скорее занять места на любой из пяти ракет – нарисованного контурного изображения.

Внутри контура обозначено два – пять кружков (мест), а сбоку от него – маршрут (красный, синий, зеленый круги или другие геометрические фигуры).

Для всех желающих участников игры мест в ракетах не хватает. Опоздавшие космонавты собираются к центру круга, а занявшие места громко трижды объявляют свои маршруты, показывая этим, что они совершают прогулку по космосу.

Затем участники собираются в общий круг, берутся за руки, и игра снова повторяется. Выигрывают те, кому удалось при повторении «полета» три раза снова занять места в ракете и совершить эти три полета.

3. Этюд «Насос и мяч». Ход: играют двое детей. Один – большой надувной мяч, другой – надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах; руки, шея расслаблены. Корпус наклонен вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Другой ребенок начинает надувать мяч, сопровождая движения рук (они качают воздух) звуком «С». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего – у мяча поднимается голова, после четвертого надулись щеки и приподнялись руки. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Ребенок выдергивает из мяча шланг насоса... Из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло. Вернулось в исходное положение. Играющие дети меняются ролями.

Занятие 18

1. Рисование. Ход: детям предлагается стол с большим листом ватмана. Дети берут кисти, краски. Это будет общий рисунок группы. Обсуждение рисунка.

2. Игра «Гамак». Материал: гамак с двумя отверстиями, отмеченными коричневым и желтым цветом; к гамаку пришивается длинный шнурок с мячом.

Ход игры. Играющие дети забрасывают мяч в отверстие с желтым ободком и называют добрых героев сказок, мультфильмов (Чебурашка, Красная Шапочка, Лунтик и т.д.).

В отверстие с коричневым ободком забрасывают мячи называют злых героев сказок (Волк, Старуха Шапокляк, Кощей Бессмертный).

3. Этуд: не сходя со стула, посидите так, как сидит: *пчела на ветке, побитая собака, наказанный Буратино, поросенок на кактусе.*

Занятие 19

1. Беседа на тему «Кошмарный сон». Рисование. Рассказ по содержанию рисунка (по желанию). Желательно обговорить с детьми, как практически они могут справиться со своим страхом, к кому обратиться за помощью.

2. Игра «Поставь пальчик». Материал: 16 картинок с изображением овощей и фруктов, фишки. Ход игры. На столе (ковре) выкладываются картинки изображением вверх так, чтобы они не касались друг друга. По сигналу «Внимание!», называется картинка, например, «Яблоко». Тот, кто первым поставит пальчик на картинку, получает фишку. Игра продолжается. Выигрывает ребенок, набравший большее количество фишек.

3. Игра «Прыжки по кочкам». Материал: карточки с обозначением «М» и «Н». Ход игры. Дети прыгают, стараясь соблюдать запреты. Ведущий переворачивает карточки: «М» - кочка, на которую можно прыгнуть, и «Н» - прыгать нельзя.

Занятие 20

1. Беседа на тему «То, чего я боюсь днем». Рисование страхов. Рассказ содержания рисунка (по желанию). Желательно обговорить с детьми, как практически они могут справиться со своим страхом, к кому обратиться за помощью.

2. Игра «Кто наблюдательнее?» Ход игры. Ребенку предлагается назвать за минуту три предмета круглой, овальной и прямоугольной формы.

3. Упражнение «Красный, желтый, синий». Материал. Символы – предметы трех цветов: красные (металлические), синие (предметы, способные издавать

шуршащий звук), желтые (пластмассовые). Ход упражнения. Участники выполняют следующие действия.

При показе красного символа и определенного звукового раздражителя (металлические предметы в закрытой коробке) дети бегают, кричат и прыгают. При показе желтого символа и соответствующего звукового раздражителя (пластмассовые предметы) произносят шепотом свое имя. При показе синего символа и звукового раздражителя (шуршащие предметы) замирают на месте.

Тематический план

№	Тема	Программное содержание	Методические приемы	Обеспечение	Расчасовка занятий
1	2	3	4	5	6
1.	Волшебные средства понимания	Развитие эмоционального состояния для снятия напряжения и развития навыков саморегуляции. Знакомство с	1. Беседа о том, что у человека бывает разное настроение. 2. Ролевая игра (произнести одно и то же слово: <i>громко, тихо, растянуто, злобно, удивленно</i>). 3. Рисование «Мое настроение». 4. Беседа по рисункам.	Краски, карандаши, мелки на выбор. Бумага разного формата	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)

2		<p>невербальными средствами общения (мимика, пантомимика, интонация речи). Развитие внимания к эмоциональным состояниям других людей.</p>	<p>1. Игра «Я чувствую...». Детям раздаются карточки, на которых изображены различные эмоции. Ребенок определяет эмоцию и рассказывает, когда он переживает данную эмоцию.</p> <p>2. Игра «Газета». Цель: развитие тактильного контакта детей, преодоление барьеров общения.</p>	<p>Газета, карточки с изображением эмоций</p>	<p>30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)</p>
			<p>Ход: на пол кладется газета, на которой должны поместиться 4 ребенка, затем газета сворачивается пополам, затем еще раз.</p> <p>3. Ролевая игра: произнести стихотворение <i>шепотом, со скоростью улитки, как будто вы страшно замерзли.</i></p>		

3			<p>1. Беседа о средствах понимания речи другого человека с помощью интонации, мимики, пантомимики.</p> <p>2. Изготовление масок, можно использовать готовые шаблоны. Дети сами обводят шаблоны, раскрашивают и вырезают маски.</p> <p>3. Игра «Маски». Ход: ребенок одевает маску, и передает ее настроение.</p>	<p>Бумага, краски, карандаши, клей, шнуровка, шаблоны</p>	<p>30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)</p>
4	«Что было вначале...»		<p>1. Беседа о том, что у каждого человека было вначале? А что еще раньше?</p> <p>2. Рисунок «Мои воспоминания».</p> <p>3. Беседа по рисункам.</p> <p>4. Игра «Молекула».</p>	<p>Краски, карандаши, мелки на выбор. Бумага разного формата</p>	<p>30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)</p>
5	«Раскрась	Осознание ребенком	<p>1. Беседа о том, что все люди</p>	<p>Карандаши,</p>	<p>30 мин одно</p>

	себя»	отношения к себе, к собственной внешности.	<p>разные, чем мы отличаемся друг от друга и чем похожи. Какими качествами обладаем?</p> <p>2. Игра «Назови ласково». Цель: развитие позитивного самовосприятия. Ход: дети называют себя именами, которые им нравятся, которыми называют дома. Ребята повторяют.</p> <p>3. Рисование «Автопортрет». Детям раздаются трафареты человечка. Они его обводят.</p> <p>4. Беседа по рисункам.</p>	фломастеры, шаблоны,	занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое или индивидуальное)
6	«Каждый хорош по-своему»	Развитие репертуара телесных ощущений, обучение использованию тактильного контакта	<p>1. Беседа о том, как с помощью жестов можно показать другому, что он хороший.</p> <p>2. Этюд «Робкий ребенок».</p> <p>3. Игра «Газета».</p>	Газета	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)

		как способа выражения симпатии к другому человеку			
7	Я-хороший, я-плохой.	Осознание и принятие себя, своих качеств.	<p>1. Игра «Наоборот». Ход: дети сидят в кругу. По очереди бросают мяч друг другу. Тот, кому кинули мяч, называет противоположное качество: добрый-злой, жадный-щедрый.</p> <p>2. Игра «Собаки бывают...». Ход: дети изображают собак. Затем они рассказывают, какие были собаки.</p> <p>3. Рисование с закрытыми глазами способствует снижению тревожности, «комплекса художественной некомпетентности»</p>	Мяч	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)
8	Мои качества	Развитие адекватной самооценки,	1. Игра «Я умею, я могу». Ход: дети сидят в кругу. Ведущий	Мяч, карандаши, краски, бумага	30 мин одно занятие, дети 5,

		преодоление отрицательных черт характера	бросает каждому мяч. Ребенок, поймавший мяч, называет, как можно больше того, что он умеет (и хорошее, и плохое). 2. Беседа на тему «Если бы...». Детям читают стихотворение Ш. Сильверстейн «Если я был бы...». Обсуждение стихотворения. 3. Свободное рисование.	разного формата	6, 7 лет (групповое)
9	Все вместе	Развивать чувство принадлежности к группе, получение опыта позитивного взаимодействия	1. Игра «Молекула». 2. Игра «Комплимент». 3. Рисование «Волшебный город». Обсуждение рисунков.	Большие листы бумаги, краски, карандаши	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)
10	Я среди других	Развитие умения понимать чувства других людей	1. Игра «Руки». 2. Игра «Иголочка с ниточкой». 3. Игра «Я чувствую...»		
11	Мы		1. Игра «Запомни свою позу». Цель: развитие моторно –	Краски, бумага, гуашь, кисточки	30 мин одно занятие, дети 5,

			<p>слуховой памяти.</p> <p>2. Игра «Колокольчик».</p> <p>3. Игра «Ток».</p> <p>4. Свободное рисование.</p>		6, 7 лет (групповое)
12	Вместе весело играть	Расширение опыта позитивного взаимодействия, умения соотносить свои желания с желаниями других	<p>1. Игра «Бумажные развалы».</p> <p>2. Игра «Слушай звуки».</p> <p>3. Игра «Зеркало».</p>	Бумага	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)
13	Волшебная линия	Обогащение опыта отреагирования эмоций.	<p>1. Рисование «Волшебная линия».</p> <p>Ход: с помощью линейки и цвета передать настроение: спокойная линия, радостная, злая, грустная, больная, здоровая и т.д.</p> <p>2. Создание общей картины настроения с помощью линий.</p> <p>Беседа по рисункам.</p> <p>3. Игра «Замри!»</p>	Бумага, карандаши, краски	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)

			4. Игра-релаксация «Факиры».		
14	Правила поведения	Расширение опыта позитивного взаимодействия, знакомство с правилами общения	<p>1. Беседа о правилах «хорошего общения»:</p> <ul style="list-style-type: none"> -помогай друзьям; -делись с ними; -умей остановить друга, если он делает что-то нехорошее; -не ссорься по пустякам; -не смейся над ошибками других; -ты сам можешь ошибиться. <p>2. Игра «Мозаичные песни».</p> <p>3. Рисование правил «хорошего общения». Обсуждение рисунков.</p>	Карандаши, краски, бумага, почтовые открытки с картинками в конвертах; ножницы; музыкальные инструменты.	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)
15	Добро и зло	Преодоление напряжения и развитие навыков саморегуляции	<p>1.Беседа о том, что такое добро и зло.</p> <p>2. Рисование. Детям предлагают два листа. На одном будет жить добро, на другом – зло. Беседа о рисунках (по желанию).</p>	Краски, бумага, маски пчелок	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое или индивидуальное)

			3.Этюд «Фея сна».		
16	Разговор через рисунок	Развитие навыков конструктивного общения, самовыражения, умения говорить о себе, своих чувствах и переживаниях	1. Игра «Молчанка». Ход: разговаривать могут только кисточки: «сказать» цветом, формой линии. Рисование. Обсуждение рисунков. 2. Игра «Догонялки - считалки». 3. Этюд «Пылинки и пылесос».	Краски, фломастеры, бумага разного формата	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)
17	Рисунок по кругу		1. Рисование. Ход: каждый ребенок в течение 2-3 минут рисует на своем листе (тема свободная). Затем по сигналу ведущего передает свой рисунок ребенку сидящему рядом. Продолжает рисовать и так до сих пор, пока не получит свой рисунок от рядом сидящего. Обсуждение рисунков. 2. Игра «Космонавты».	Краски, фломастеры, бумага разного формата, гамак, к которому прикреплен мяч	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое)

			3. Этюд «Насос и мяч».		
18	Создание общей картины		<p>1. Рисование. Ход: детям предлагается стол с большим листом ватмана. Дети берут кисти, краски. Это будет общий рисунок группы. Обсуждение рисунка.</p> <p>2. Игра «Гамак». Ход игры. Играющие дети забрасывают мяч в отверстие с желтым ободком и называют добрых героев сказок, мультфильмов (Чебурашка, Красная Шапочка, Лунтик и т.д.).</p> <p>В отверстие с коричневым ободком забрасывают мячи называют злых героев сказок (Волк, Старуха Шапокляк, Кощей Бессмертный).</p> <p>3. Этюд: не сходя со стула, посидите так, как сидит: <i>пчела на</i></p>		

			<i>ветке, побитая собака, наказанный Буратино, поросенок на кактусе</i>		
19	Кошмарный сон	Преодоление страхов	<p>1. Беседа на тему «Кошмарный сон». Рисование. Рассказ содержания рисунка (по желанию). Желательно обговорить с детьми, как практически они могут справиться со своим страхом, к кому обратиться за помощью.</p> <p>2. Игра «Поставь пальчик». Цель: развитие внимания, воспитание способности к согласованному взаимодействию.</p> <p>3. Игра «Прыжки по кочкам»</p>	Краски, карандаши, бумага, карточки с обозначением «М» и «Н».	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое или индивидуальное)
20	То, чего я боюсь днем		<p>1. Беседа на тему «То, чего я боюсь днем». Рисование страхов. Рассказ содержания рисунка (по желанию). Желательно обговорить</p>	Краски, карандаши, бумага, символы – предметы трех	30 мин одно занятие, дети 5, 6, 7 лет (групповое или

			<p>с детьми, как практически они могут справиться со своим страхом, к кому обратиться за помощью.</p> <p>2. Игра «Кто наблюдательнее?»</p> <p>Цель: развитие восприятия и памяти, активизация словарного запаса.</p> <p>3. Упражнение «Красный, желтый, синий».</p>	<p>цветов: красные (металлические), синие (предметы, способные издавать шуршащий звук), желтые (пластмассовые).</p>	индивидуальное)
--	--	--	---	---	-----------------

Литература:

1. Вачков И.В. Психология для малышей. – М., 1995.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / Пер. с англ. – СПб, 1996.
3. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок, или Все о гиперактивных детях. – М., 2003.
4. Захаров А.И. Как предупредить страхи у детей. – М., 1986.
5. Капранова С.В. Путешествие с волшебной кисточкой: Программа коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста. – Ростов н/Д.: Изд-во РО ИПК и ПРО, 1997. – 40 с.
6. Романова Е.С., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. – М., 1992.
7. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 160 с.

ТАБЛИЦА ЧУВСТВ

	СЧАСТЬЕ	ПЕЧАЛЬ	ЗЛОСТЬ	СТРАХ
НИЗКИЙ	 <ul style="list-style-type: none"> Удовольствие Бодрость Оживление Удовлетворение Умиротворение 	 <ul style="list-style-type: none"> Огорчение Грусть Одиночество Горечь 	 <ul style="list-style-type: none"> Недовольство Раздражение Досада Взвинченность 	 <ul style="list-style-type: none"> Растерянность Нерешительность Неуверенность
СРЕДНИЙ	 <ul style="list-style-type: none"> Веселье Радость Воодушевление Жизнерадостность Восхищение 	 <ul style="list-style-type: none"> Уныние Тоска Печаль Страдание Беспомощность 	 <ul style="list-style-type: none"> Рассерженность Злость Враждебность Агрессия 	 <ul style="list-style-type: none"> Испуг Скованность Боязнь Беспокойство Тревога
ВЫСОКИЙ	 <ul style="list-style-type: none"> Ликование Восторг Торжество Экстаз 	 <ul style="list-style-type: none"> Угнетенность Подавленность Безысходность Горе Отчаяние 	 <ul style="list-style-type: none"> Бешенство Ярость Ненависть Гнев 	 <ul style="list-style-type: none"> Паника Ужас Оцепенение Кошмар

Если бы я был....

Если бы я был бы маленький – маленький гном,

Я б умывался каплей одной дождя,

Я бы на божьей коровке ездил верхом,

Удочку бы прятал в дырочку от гвоздя.

Я под дверями бы запросто проходил,

Мне бы комар казался большим орлом,

Блюдце – широким озером, если б я был...

Если бы я был бы маленький – маленький гном.

Я бы ни папу, ни маму обнять не мог,

Разве мизинчик, и то – наверняка,

Я бы в испуге шарахался из - под ног

Даже полуторамесячного щенка.

Если бы мне подарила конфету «Пилот»

Тетя, которая очень любит меня,

Я бы конфету ел эту целый год.

Фантик бы разворачивал полдня.

Шэл Силверстейн