

ПРИНЯТА

Педагогическим советом

ГБОУ ООШ №11 имени Героев

воинов-интернационалистов

г.Новокуйбышевска

от « 11 » августа 20 22 г.

протокол № 12

Председатель Педагогического совета

Левина Н.Б.

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора ГБОУ ООШ №11

имени Героев воинов-интернационалистов

г.Новокуйбышевска

20 22 г. № 255 - од

Н.Б.Левина



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

детей 6-8 лет с задержкой психического развития старшей группы компенсирующей направленности  
структурного подразделения «Детский сад «Надежда» ГБОУ ООШ №11 имени Героев  
воинов-интернационалистов г. Новокуйбышевска

Составитель: Зенькова Ксения Юрьевна

г.о. Новокуйбышевск, 2022 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

- 1.1 Пояснительная записка**
- 1.2. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность ДОУ**
- 1.3. Цели и задачи реализации Программы**
- 1.4. Принципы и подходы к формированию Программы**
- 1.5. Психолого-педагогические условия реализации Программы**
- 1.6. Возрастные психологические особенности дошкольников с задержкой психического развития**
- 1.7 Планируемые результаты освоения Программы**

### **II ОСНОВНОЙ РАЗДЕЛ**

- 2.1. Цели, задачи, алгоритм формирования и структурные компоненты образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей с ЗПР**
- 2.2. Методы коррекционной работы**
- 2.3 Формы организации коррекционной работы педагога-психолога**
- 2.4 Учебный план для дошкольников 6-8 лет**
- 2.5. Учебно-тематический план для дошкольников 6-8 лет**
- 2.6. Особенности взаимодействия педагога-психолога с семьями воспитанников**
- 2.7. Эффективные формы взаимодействия педагога-психолога с педагогами.**

### **III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

- 3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.**
- 3.2. Режим дня дошкольников в компенсирующей группе**
- 3.3. Циклограмма рабочего времени педагога-психолога**
- 3.4. График работы педагога-психолога**
- 3.5. Учебная программа для детей 6-8 лет**

### **IV ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

- Приложение 1. Результаты диагностики**

**Приложение 2 Режим дня детей группы компенсирующей направленности**

**Приложение 3. Циклограмма рабочего времени педагога-психолога**

**Приложение 4. График работы педагога-психолога**

**Приложение 5. Учебная программы для дошкольников 6-8 лет.**

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

# **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

## **1.1. Пояснительная записка**

Данная рабочая программа предназначена для работы с детьми дошкольного возраста группы с задержкой психического развития в возрасте 6-8 лет

Задержка психического развития – это сложное полиморфное нарушение, при котором страдают разные компоненты познавательной деятельности, эмоционально-волевой сферы, психомоторного развития, деятельности. Специфические особенности развития этой категории детей негативно влияют на своевременное формирование всех видов дошкольной деятельности: изобразительной, игровой, конструктивной. Полиморфность нарушений и разная степень их выраженности определяют различные возможности детей в овладении основной образовательной программой на дошкольном этапе.

Рабочая программа разработана с учетом целей и задач Адаптированной образовательной программы детей с ЗПР СП «Детский сад «Надежда», потребностей и возможностей воспитанников ОУ.

## **1.2. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность ДОУ**

Настоящая рабочая программа педагога-психолога детей с 6-8 лет с задержкой психического развития старшей группы компенсирующей направленности структурного подразделения «Детский сад «Надежда» государственного бюджетного учреждения Самарской области основной общеобразовательной школы №11 имени Героев воинов-интернационалистов города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с действующими изменениями и дополнениями;
- Приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- САНПИН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Уставом ГБОУ ООШ №11 имени Героев воинов-интернационалистов г. Новокуйбышевска;
- и иными действующими нормативно-правовыми актами Российской Федерации, Самарской области.

### 1.3. Цели и задачи реализации Программы

**Цель программы:** совершенствование и коррекция личности ребенка на занятиях по социально-эмоциональному развитию через развитие способностей самовыражения и самопознания, развитие коммуникативной компетентности, снижение мышечного напряжения в условиях дошкольного образовательного учреждения компенсирующего вида.

**Задачи:**

1. Научить детей осознанно воспринимать свои эмоции – чувства и переживания, а также понимать эмоциональное состояние других людей.
2. Учить детей пользоваться жестами, мимикой, пантомимикой для выражения собственных чувств и переживаний.
3. Развивать положительную самооценку.
4. Развивать индивидуальность каждого ребенка.
5. Развивать коммуникативные навыки.
6. Обучать детей способам бесконфликтного взаимодействия, конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций.

**Программа адресована** дошкольникам 5-7 лет с задержкой психического развития.

**Продолжительность:** программа реализуется в течение двух лет на групповых (фронтальных) занятиях: цикл коррекционно-развивающих занятий с дошкольниками 5-6 лет, цикл коррекционно-развивающих занятий с дошкольниками 6-7 лет.

### 1.4. Принципы и подходы к формированию Программы:

1. Принцип системности опирается на представление о психическом развитии как о сложной функциональной системе, структурной компоненты, которой находятся в тесном взаимодействии. Системность и комплексность коррекционной работы реализуются в учебном процессе благодаря системе повторения усвоенных навыков, опоры на уже имеющиеся знания и умения, что обеспечивает поступательное психическое развитие.
2. Принцип развития предполагает выделение в процессе коррекционной работы тех задач, которые находятся в зоне ближайшего развития ребенка.
3. Принцип комплексности предполагает, что устранение психических нарушений должно носить медико-психолого-педагогический характер, т.е. опираться на взаимосвязь всех специалистов ДОУ. Программа предусматривает полное взаимодействие и преемственность действий всех специалистов детского учреждения и родителей дошкольников. Совместная работа учителя-дефектолога и воспитателя является залогом успеха коррекционной работы. Комплексный подход обеспечивает более высокие темпы динамики общего и психического развития детей. Воспитатель закрепляет сформированные умения, создает условия для активизации познавательных навыков.
4. Принцип доступности предполагает построение обучения дошкольников на уровне их реальных познавательных возможностей. Конкретность и доступность обеспечиваются подбором коррекционно-развивающих пособий в соответствии с санитарно-гигиеническими и возрастными нормами.
5. Принцип последовательности и концентричности усвоения знаний предполагает такой подбор материала, когда между составными частями его существует логическая связь, последующие задания опираются на предыдущие. Такое построение программного содержания позволяет обеспечить высокое качество образования. Концентрированное изучение материала служит также средством установления более тесных связей между специалистами ДОУ. В результате использования единой темы на занятиях дефектолога, воспитателя, логопеда, музыкального руководителя дети прочно усваивают материал и активно пользуются им в

дальнейшем. Коррекционная работа должна строиться так, чтобы способствовать развитию высших психических функций: внимания, памяти, восприятия, мышления.

### **1.5. Психолого-педагогические условия реализации Программы**

Для успешной реализации Программы должны быть обеспечены следующие психолого-педагогические условия:

- уважение педагогов к человеческому достоинству воспитанников, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- использование в образовательном процессе форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость, как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- построение образовательного процесса на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- поддержка педагогами положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- поддержка Организацией и педагогами родителей дошкольников в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей воспитанников непосредственно в образовательный процесс.

Для получения качественного образования детьми с ОВЗ в рамках реализации Программы создаются необходимые условия для:

- диагностики и коррекции нарушений развития и социальной их адаптации;
- оказания ранней коррекционной помощи на основе специальных психолого-педагогических подходов и наиболее подходящих для этих воспитанников языков, методов, способов общения и условий, в максимальной степени способствующих получению дошкольного образования, а также социальному развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования детей с ОВЗ.

### **1.6. Возрастные психологические особенности дошкольников с задержкой психического развития**

Наше структурное подразделение посещают дошкольники с отклонениями в психомоторном развитии (Задержка психического развития), имеющие различные проявления и причины (по заключению ПМПК).

Дошкольный возраст – это особый период в жизни ребенка, когда развивается самооценка, происходит дальнейшее развитие отношений с окружающим миром. При нормальном развитии интерес ребенка пяти лет направлен на сферу взаимоотношений между людьми. Оценки взрослого подвергаются критическому анализу и сравнению со своими собственными. Под воздействием этих оценок представления ребенка о *Я - реальном* и *Я - идеальном* дифференцируются более четко.

У дошкольников с задержкой психического развития к 5-6 годам не накоплено достаточно знаний о себе, окружающем мире, их кругозор не достаточно широк, коммуникативные навыки сформированы недостаточно (имеются сопутствующие диагнозу ЗПР неврологические нарушения: ППП ЦНС, ММД, нарушение внимания, нарушение мнестической, аналитико-синтетической деятельности, гипертонический и гидроцефальный синдром; нарушения речи: ОНР I, II, III уровней, дизартрия, ринолалия), не всегда речь служит средством общения, а это не способствует развитию взаимодействия между детьми. Игровая деятельность сформирована недостаточно. Игровой сюжет беден, однообразен, игровая деятельность не всегда сопровождается речью. Представления ребенка о себе реальном и идеальном не сформированы.

Дети данной категории не всегда могут назвать основные эмоции, «высшие чувства» не сформированы. У детей самостоятельно не складывается нравственное поведение, необходимо многократное создание

Для любого вида деятельности характерны низкий уровень самоконтроля, отсутствие целенаправленных продуктивных действий, нарушение планирования и программирования деятельности, ярко выраженные трудности в вербализации действий. Этими же факторами объясняются характерные нарушения поведения у данной категории детей. Они отличаются, как правило, эмоциональной неустойчивостью. Дети с трудом приспосабливаются к детскому коллективу, им свойственны колебания настроения и повышенная утомляемость.

Рассматривая психологическую структуру задержки психического развития в дошкольном возрасте можно выделить ее основные звенья: недостаточная сформированность мотивационно-целевой основы деятельности, сферы образов-представлений, недоразвитие знаково-символической деятельности. Все названные особенности наиболее ярко проявляются на уровне игровой деятельности детей с задержкой психического развития. У них снижен интерес к игре и к игрушке, с трудом возникает замысел игры, сюжеты игр тяготеют к стереотипам, преимущественно затрагивают бытовую тематику. Ролевое поведение отличается импульсивностью. Не сформирована игра и как совместная деятельность: дети мало общаются между собой в игре, игровые объединения неустойчивы, часто возникают конфликты, коллективная игра не складывается. (Е.С.Слепович, 1994).

Незрелость **эмоционально-волевой сферы** детей с задержкой психического развития обуславливает своеобразие формирования их поведения и личностных особенностей. Страдает сфера коммуникации. Старшие дошкольники с ЗПР не готовы к

внеситуативно-личностному общению со взрослыми, в отличие от своих нормально развивающихся сверстников, они достигают лишь уровня ситуативно-делового общения.

## **1.7 Планируемые результаты освоения Программы**

Формирование личности ребенка, развитие и совершенствование способностей самовыражения и самопознания, коммуникативной компетентности, снижение мышечного напряжения.

### **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Для диагностики были использованы следующие методики:

*Методика изучения представлений ребенка об отношении к нему других людей «Лесенка»; «Развитие эмоций дошкольников»; «Четыре картинки».*

Для выявления представлений ребенка об отношении к нему других людей (в особенности близких), выявления его самооценки, а также характера и степени осознанности этого отношения использовать методику «Лесенка».

Обследование проводится со всеми детьми индивидуально, два раза в учебный год (на начало учебного года, чтоб выявить степень выраженности нарушения, на конец года для динамического контроля). (Приложение 1).

## **II ОСНОВНОЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Цели, задачи, алгоритм формирования и структурные компоненты образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей с ЗПР**

#### **Задачи образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей с ЗПР:**

- выявление особых образовательных потребностей детей с ЗПР, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии, индивидуально-типологических особенностей познавательной деятельности, эмоционально-волевой и личностной сфер;
- проектирование и реализация содержания коррекционно-развивающей работы в соответствии с особыми образовательными потребностями ребенка;
- выявление и преодоление трудностей в освоении коррекционной программ, создание психолого-педагогических условий для более успешного их освоения.
- формирование функционального базиса, обеспечивающего успешность когнитивной деятельности ребенка за счет совершенствования сенсорно-перцептивной, аналитико-синтетической деятельности, стимуляции познавательной активности;
- целенаправленное преодоление недостатков и развитие высших психических функций и речи;

- целенаправленная коррекция недостатков и трудностей в овладении различными видами деятельности (предметной, игровой, продуктивной) и формирование их структурных компонентов: мотивационного, целевого, ориентировочного, операционального, регуляционного, оценочного;

- создание условий для достижения детьми целевых ориентиров ДО на завершающих его этапах;

- выработка рекомендаций относительно дальнейших индивидуальных образовательных маршрутов с учетом индивидуальных особенностей развития и темпа овладения содержанием образования;

осуществление индивидуально ориентированного психолого-медико-педагогического сопровождения с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей детей в соответствии с рекомендациями ПМПК (комиссии) и ПМПК (консилиума).

## **2.2. Методы коррекционной работы**

Выбор методов при организации коррекционной работы с детьми с ОВЗ определяется:

- характером нарушения,
- содержанием, целями и задачами коррекционной работы,
- этапом коррекционной работы,
- возрастными особенностями детей,
- индивидуальными особенностями детей.

В представленной программе используются следующие методы:

1. Игровая терапия.
2. Психогимнастика.
3. Арт-терапия. В арт-терапии используем такие направления:
  - *рисуночная терапия*;
  - *музыкотерапия*;
  - *сказкотерапия*.
4. Метод беседы.
5. Релаксационные методы.
6. Эмоционально-символические методы.

Используются две основные модификации, предложенных Дж. Алланом:

- групповое обсуждение различных чувств: радости, обиды, гнева, страха, печали, удивления;
- направленное рисование, т. е. рисование на определенные темы.

7. Игры-драматизации.
8. Упражнения на эмоции и эмоциональный контакт.
9. Коммуникативные упражнения.
10. Мимические и пантомимические этюды.
11. Психомышечная тренировка.
12. Элементы психологического тренинга.

Таким образом, при реализации программы используется сложное сочетание нескольких методов и приемов работы в целях достижения максимального эффекта.

### 2.3. Формы организации коррекционной работы педагога-психолога

Фронтальные  
Индивидуальные  
Индивидуально – подгрупповые

### 2.4. Учебный план программы для дошкольников 6-8 лет

**Категория обучающихся:** дошкольники с задержкой психического развития 6-8

**Режим занятий:** 1 раз в неделю (осенью и весной добавляется дополнительное занятие по релаксации).

| № | Наименование темы       | Всего часов | в т.ч теор. | В т.ч практ | Формы контроля                                                     |
|---|-------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------------------------------------|
| 1 | Мой портрет или Кто ты? | 6-7         | 1.20        | 4-.10-5.10  | Наблюдения за ребенком.<br>Интервью с воспитателем<br>Тестирования |
| 2 | Какой ты?               | 6-7         | 1.20        | 4.10-5.10   | Наблюдения за ребенком.                                            |
| 3 | На кого я похож?        | 6           | 1.20        | 4.10        | Наблюдения за ребенком.                                            |
| 4 | Я, ты, мы               | 6-7         | 1.20        | 4-.10-5.10  | Наблюдения за ребенком.<br>Интервью с воспитателем                 |

|               |                               |              |              |                    |                                                                                               |
|---------------|-------------------------------|--------------|--------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5             | Настроения или мои настроения | 6-7          | 1.20         | 4.10-5.10          | Наблюдения за ребенком.                                                                       |
| 6             | Вместе веселее                | 6            | 1.20         | 4-.10              | Наблюдения за ребенком.<br>Интервью с воспитателем<br>Тестирования<br>Анкетирование родителей |
| <b>ИТОГО:</b> |                               | <b>36-40</b> | <b>10.20</b> | <b>25.10-29.10</b> |                                                                                               |

## 2.5. Учебно-тематический план программы для дошкольников 6-8 лет

**Категория обучающихся:** дошкольники с задержкой психического развития 6-8 лет.

**Срок обучения:** 1 год.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю (осенью и весной добавляется дополнительное занятие по релаксации).

| №   | Наименование темы       | Всего часов | Теорит | Практ     | Содержание                                                                                                                                                     | Форма контроля                              |
|-----|-------------------------|-------------|--------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 1.  | Мой портрет или Кто ты? | 6 - 7       | 1.20   | 4.10-5.10 |                                                                                                                                                                |                                             |
| 1.1 | Ты и другие в зеркале   | 1           | 5      | 25        | «Назови ласково по имени»,<br><br>«Хлопнет тот, у кого...»,<br>«Продолжи предложение»,<br><br>«Какой ты?»,<br><br>«Это Я»,<br><br>«Я – молодец, потому что...» | Наблюдения за ребенком<br><br>Рисунки детей |

| №           | Наименование<br>темы                                             | Всего<br>часов | Теорит      | Практ        | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Форма<br>контроля                                 |
|-------------|------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 1.2-<br>1.3 | Мимические<br>признаки эмоций.<br>Разные настроения.<br><br>Вина | 1              | 10<br><br>5 | 15<br><br>25 | «Солнышко»,<br><br>«Канон»,<br><br>«Разные настроения»,<br><br>«Запомни свое место»,<br><br>«Петрушка прыгает»,<br><br>«Игра в мяч»,<br><br>«Вкусные конфеты»,<br>«Ласка»,<br><br>«Не покажу!»,<br><br>«Я не знаю»,<br><br>«Встреча с другом»,<br>«Просто старушка»<br>(внимательный –<br>равнодушный),<br><br>«Разбитая чашка<br>(Провинившийся)»,<br><br>«Стыдно»,<br><br>«Игра с песком»,<br>«До свидания!»,<br>«Мы».<br><br>«Улыбка»,<br><br>«Цвет настроения».<br><br>«Лягушка»,<br><br>«Ухо-нос»,<br><br>«Кулак-ребро-ладонь»,<br>«Изобрази эмоцию»,<br><br>«Какая вина»,<br><br>«Я виноват, когда ...».<br><br>«Солнышко», «Мы» | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |

| №   | Наименование<br>темы                                                              | Всего<br>часов | Теорит | Практ | Содержание                                                                                                                                                                                                           | Форма<br>контроля                                 |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 1.4 | Один и вместе с<br>друзьями. Делаем<br>вместе<br><br>Внимательный,<br>равнодушный | 2              | 10     | 15    | «Давай поговорим»,<br>«Небоскреб»,<br><br>«Дотронься до ...»,<br>«Какие мы»,<br><br>«Мы вместе»                                                                                                                      | Наблюдения<br>за ребенком                         |
| 1.5 | Тело в контакте                                                                   | 1              | 5      | 25    | «Спина к спине»,<br>«Лодочка»,<br>«Раскачивание спиной»,<br>«Рисунок»,<br>«Отбивание ритма»,<br>«Зеркало»,<br>«Сиамские близнецы»,<br>«Равновесие»,<br>«Слепой и поводырь»,<br>«Тряпичная кукла»,<br>«Массаж в паре» | Наблюдения<br>за ребенком                         |
| 1.6 | «Путешествие в<br>Страну Добра»                                                   | 1              | 5      | 20    | «Подари улыбку»,<br>«Приветствие Солнцу»<br>(часть комплекса А) или<br>«Движение Солнца».<br><br>«Дыхание животом»,<br><br>«Дыхание Жужжащей<br>пчелы»,<br><br>«Девять дыханий»,<br><br>«Наблюдение за               | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |

| №           | Наименование<br>темы                  | Всего<br>часов | Теорит  | Практ    | Содержание                                                                                                                                                                                                                        | Форма<br>контроля                                 |
|-------------|---------------------------------------|----------------|---------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|             |                                       |                |         |          | дыханием» на выбор.<br><br>«Поза ребенка»,<br><br>«Вытяжение в позе<br>ребенка»,<br><br>«Поза эмбриона (для<br>детей – поза малыша)» на<br>выбор.<br><br>«Цвет настроения»                                                        |                                                   |
| 2.          | Какой ты?                             | 6-7            | 1.20    | 4.10     |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                   |
| 2.1         | Каждый<br>привлекателен по-<br>своему | 1              | 10      | 15       | «Какой ты?»,<br><br>«Если бы я был ..., то я<br>бы..., потому что»,<br><br>«Цветик - семицветик»,<br><br>«Мне кажется...»,<br><br>«Когда?»,<br><br>«Круглый стол»                                                                 | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |
| 2.2;<br>2.3 | Спокойствие                           | 2              | 10<br>5 | 15<br>20 | «Подари улыбку»,<br>«Подари настроение»,<br><br>«Четыре стихии»,<br><br>«Идем в детский сад»,<br>«Солдат и тряпичная<br>кукла»,<br><br>«Петрушка прыгает»,<br><br>«Спи сладко»,<br><br>«Спящий котенок»,<br><br>«На берегу моря», | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |

| №   | Наименование<br>темы                             | Всего<br>часов | Теорит | Практ | Содержание                                                                                                                                                                                                                                  | Форма<br>контроля         |
|-----|--------------------------------------------------|----------------|--------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|     |                                                  |                |        |       | «Игра с песком»,<br>«Спи, малыш».<br>«Ключ               нашелся»,<br>«Потерялся»,<br>«До свидания!»,<br>«Мы».<br>«Солнечные       лучики»,<br>«Цвет настроения».<br>«Лягушка»,<br>«Ухо-нос»,<br>«Кулак-ребро-ладонь»,<br>«Изобрази эмоцию» |                           |
| 2.4 | Порядок в твоём<br>доме<br><br>Правдивый, лживый | 1              | 10     | 15    | «Красиво – не красиво»,<br>«Хорошо – плохо»,<br>«У кого какой дом»                                                                                                                                                                          | Наблюдения<br>за ребенком |
| 2.5 | Тело в контакте                                  | 1              | 5      | 20    | «Спина к спине»,<br>«Рисунок»,<br>«Отбивание ритма»,<br>«Зеркало»,<br>«Сиамские близнецы»,<br>«Мама и детеныш»,<br>«Театр прикосновений»,<br>«Прикосновение»,<br>«Слепой и поводырь»,<br>«Массаж в паре»                                    | Наблюдения<br>за ребенком |

| №           | Наименование<br>темы                      | Всего<br>часов | Теорит  | Практ    | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                     | Форма<br>контроля                                 |
|-------------|-------------------------------------------|----------------|---------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 2.6         | «Путешествие<br>страну Правды»            | 1              | 5       | 20       | «Приветствие Солнцу»<br>(часть комплекса А) или<br>«Движение Солнца»,<br><br>«Дыхание животом»,<br><br>«Дыхание Жужжащей<br>пчелы»,<br><br>«Девять дыханий»,<br><br>«Наблюдение за<br>дыханием» на выбор.<br><br>«Поза Ворот»,<br><br>«Поза Мудреца»,<br><br>«Цвет настроения» | Наблюдения<br>за ребенком                         |
| 3.          | На кого я похож?                          | 6-7            | 1.20    | 4.10     |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                   |
| 3.1         | Ты и твои родители                        | 1              | 5       | 20       | «Я радуюсь (злюсь, мне<br>грустно, спокойно),<br>когда...»,<br><br>«Мои родители»<br><br>«Мы – дружные,<br>красивые и т.д.»,<br><br>«Мы любим рисовать и<br>т.д.»                                                                                                              | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |
| 3.2         | Как выбрать подарок<br><br>Щедрый, жадный | 1              | 10      | 15       | «Порадуй друга»,<br><br>«Вкусные конфеты»,<br><br>«Подарок»                                                                                                                                                                                                                    | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |
| 3.3-<br>3.4 | Праздник                                  | 2              | 10<br>5 | 20<br>25 | «Подари улыбку»,<br>«Подари настроение»,<br><br>«Четыре стихии»,                                                                                                                                                                                                               | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки          |

| № | Наименование<br>темы | Всего<br>часов | Теорит | Практ | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Форма<br>контроля |
|---|----------------------|----------------|--------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
|   |                      |                |        |       | <p>«Идем в детский сад».</p> <p>«Солдат и тряпичная кукла»,</p> <p>«Петрушка прыгает».</p> <p>«Первый снег»,</p> <p>«Вкусные конфеты»,</p> <p>«Хорошее настроение»,</p> <p>«Подарок»,</p> <p>«Снегурочка».</p> <p>«Жадный пес»,</p> <p>«Праздничное настроение».</p> <p>«Любящий сын»,</p> <p>«Жадный поросенок».</p> <p>«До свидания!»,</p> <p>«Мы».</p> <p>«Солнечные лучики»,</p> <p>«Цвет настроения».</p> <p>«Лягушка»,</p> <p>«Ухо-нос»,</p> <p>«Кулак-ребро-ладонь»,</p> <p>«Изобрази эмоцию»,</p> <p>«Наряжаем елку»</p> | детей             |

| №   | Наименование<br>темы             | Всего<br>часов | Теорит | Практ         | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                | Форма<br>контроля                        |
|-----|----------------------------------|----------------|--------|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 3.5 | Тело в контакте                  | 1              | 5      | 25            | Спина к спине»,<br>«Раскачивание спиной»,<br>«Рисунок»,<br>«Отбивание ритма»,<br>«Сиамские близнецы»,<br>«Мама и детеныш»,<br>«Театр прикосновений»,<br>«Прикосновение»,<br>«Слепой и поводырь»,<br>«Тряпичная кукла»,<br>«Массаж в паре»                 | Наблюдения<br>за ребенком                |
| 3.6 | «Путешествие в<br>Страну Мечты»  | 1              | 5      | 20            | «Цвет настроения»,<br>«Приветствие Солнцу»<br>(часть комплекса А) или<br>упр. «Движение Солнца».<br>«Дыхание животом»,<br>«Дыхание Жужжащей<br>пчелы»,<br>«Девять дыханий»,<br>«Наблюдение за<br>дыханием» на выбор.<br>«Поза Ворот»,<br>Упр. «Поза Рыбы» | Наблюдения<br>за ребенком                |
| 4.  | Я, ТЫ, МЫ                        | 6-7            | 1.20   | 4.10-<br>5.10 |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                          |
| 4.1 | Дом, в котором ты<br>хочешь жить | 1              | 10     | 20            | «Собираем добрые<br>слова»,<br>«Скажи мишке добрые                                                                                                                                                                                                        | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки |

| №           | Наименование<br>темы | Всего<br>часов | Теорит  | Практ    | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Форма<br>контроля                                 |
|-------------|----------------------|----------------|---------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|             |                      |                |         |          | слова»,<br>«Я очень хороший!»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | детей                                             |
| 4.2         | Как принять гостей   | 1              | 10      | 20       | «Назови ласково»,<br>«Угости» («Угощу<br>зайчика морковкой,<br>ежика ... и т.д.»),<br>«Накрываем на стол»                                                                                                                                                                                                                                                          | Наблюдения<br>за ребенком                         |
| 4.3-<br>4.4 | На природе           | 1              | 10<br>5 | 20<br>25 | Четыре стихии»,<br>«Тропинка»,<br>«Солнышко и тучка»,<br>«Цветок»,<br>«Спи сладко»,<br>«Спящий котенок»,<br>«На берегу моря»,<br>«Игра с песком»,<br>«Стрекоза (бабочка)<br>замерзла»,<br>«Старый гриб»,<br>«Лисенок боится»,<br>«Спящий лисенок»,<br>«Смелый заяц»,<br>«Робкий бельчонок»,<br>«Туристы»,<br>«Потерялся»,<br>«До свидания!»,<br>«За синей птицей». | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |

| №   | Наименование темы                  | Всего часов | Теорит | Практ | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Форма контроля         |
|-----|------------------------------------|-------------|--------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|     |                                    |             |        |       | «Солнечные лучики»,<br>«Цвет настроения».<br><br>«Лягушка»,<br><br>«Ухо-нос»,<br><br>«Кулак-ребро-ладонь»,<br>«Изобрази эмоцию»                                                                                                                                                                                  |                        |
| 4.5 | Развитие невербальной коммуникации | 1           | 5      | 20    | Угадай, кто позвал»,<br><br>«Показ жестами»,<br><br>«Угадай на ощупь»,<br><br>«Угадай, что это?»,<br><br>«Рисунок»,<br><br>«Росток»,<br><br>«Мама и детеныш»                                                                                                                                                     | Наблюдения за ребенком |
| 4.6 | «Путешествие в таинственный лес»   | 1           | 5      | 25    | «Цвет настроения»,<br><br>«Приветствие Солнцу» (часть комплекса А) или упр. «Движение Солнца».<br><br>«Дыхание животом»,<br><br>«Дыхание Жужжащей пчелы»,<br><br>«Девять дыханий»,<br><br>«Наблюдение за дыханием» на выбор.<br>«Поза Цапли»,<br><br>«Поза Дерева»,<br><br>«Поза Горы»,<br><br>Упр. «Поза Зайца» | Наблюдения за ребенком |

| №           | Наименование<br>темы                              | Всего<br>часов | Теорит  | Практ    | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                        | Форма<br>контроля                                 |
|-------------|---------------------------------------------------|----------------|---------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 5.          | Настроения или мои<br>настроения                  | 6              | 1.20    | 5.10     |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                   |
| 5.1         | Маски (фоторобот)                                 | 1              | 10      | 20       | «Какой ты?»,<br><br>«Я радуюсь, когда»,<br>«Мне нравится...»,<br><br>«Хлопнет в ладоши тот,<br>кто сегодня веселый»,<br><br>«Раздувайся пузырь»,<br>«Мы»                                                                                                                          | Наблюдения<br>за ребенком                         |
| 5.2         | Что надеть в гости                                | 1              | 10      | 20       | «Хлопнет в ладоши тот,<br>кто сегодня умывался и<br>т.д.»,<br><br>«Изобрази»,<br><br>«Помоги неряхе»                                                                                                                                                                              | Наблюдения<br>за ребенком                         |
| 5.3-<br>5.4 | Несовпадение<br>настроений (плач,<br>смех, испуг) | 1              | 10<br>5 | 20<br>25 | «Запомни движения»,<br>«Кто что делал?»,<br><br>«Солнышко и тучка»,<br>«Сосулька»,<br><br>«Маски»,<br>«Заколдованный<br>ребенок»,<br><br>«Лисенок боится»,<br><br>«Таня-плакса»,<br>«Поссорились и<br>помирились»,<br><br>«Три характера»,<br><br>«Ночные звуки»,<br>«Мороженое», | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |

| №   | Наименование<br>темы                     | Всего<br>часов | Теорит | Практ | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                      | Форма<br>контроля                                 |
|-----|------------------------------------------|----------------|--------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|     |                                          |                |        |       | «Вредное колечко»,<br>«Солнечные лучики»,<br>«Цвет настроения»,<br>«Лягушка»,<br>«Ухо-нос»,<br>«Кулак-ребро-ладонь»,<br>«Изобрази эмоцию»,<br>«Я боюсь... (злюсь,<br>радуюсь)»,<br>«Какая эмоция?»,<br>«Угадай эмоцию»,<br>«Солнышко», «Мы»,<br>«Мы – молодцы!» |                                                   |
| 5.5 | Развитие<br>невербальной<br>коммуникации | 1              | 5      | 25    | Угадай, что это?»,<br>«О чем говорит твой<br>собеседник?»,<br>«Незнайка»,<br>«Показ жестами»,<br>«Походка»,<br>«Передай предмет»,<br>«Согласованные<br>движения»,<br>«Огонь-лед», «Путаница»                                                                    | Наблюдения<br>за ребенком                         |
| 5.6 | «Путешествие в<br>Страну Радости»        | 1              | 5      | 25    | «Поделись улыбкой»,<br>«Добрые ладошки»,<br>«Цвет настроения»;<br>«Привидение»,                                                                                                                                                                                 | Наблюдения<br>за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |

| №   | Наименование<br>темы                                       | Всего<br>часов | Теорит | Практ         | Содержание                                                                                                                                                                                                             | Форма<br>контроля         |
|-----|------------------------------------------------------------|----------------|--------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|     |                                                            |                |        |               | «Покатаем куклу»,<br>«Похвалилки»,<br><br>«За что меня любит<br>мама»,<br><br>«Нравится – не<br>нравится»,<br><br>«Вкусные конфеты»                                                                                    |                           |
| 6.  | Вместе веселее                                             | 6-7            | 1.20   | 4.10-<br>5.10 |                                                                                                                                                                                                                        |                           |
| 6.1 | Конфликты между<br>детьми. Ссора.<br><br>Смелый, трусливый | 1              | 10     | 20            | «Улитка»,<br><br>«Построй башню»,<br>«Поссорились –<br>помирились»                                                                                                                                                     | Наблюдения<br>за ребенком |
| 6.2 | Твоя любимая сказка                                        | 1              | 10     | 20            | Подари настроение»,<br>«Цвет настроения»,<br><br>«Что изменилось?»,<br>«Дорисуй»,<br><br>«Подбери пиктограмму»                                                                                                         | Наблюдения<br>за ребенком |
| 6.3 | Психогимнастика<br>(страх)                                 | 1              | 5      | 25            | Противоположные<br>движения»,<br><br>«Незнайка»,<br><br>«Солнышко и тучка»,<br>«Силад (штанга)»,<br><br>«Я грозный боец»,<br><br>«На берегу моря»,<br>«Лисенок боится»,<br><br>«Кошка и мышка»,<br><br>«Ночные звуки», | Наблюдения<br>за ребенком |

| №   | Наименование<br>темы                     | Всего<br>часов | Теорит | Практ | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                   | Форма<br>контроля         |
|-----|------------------------------------------|----------------|--------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|     |                                          |                |        |       | «У страха глаза велики»                                                                                                                                                                                                                                      |                           |
| 6.4 | Чувства и<br>предпочтения                | 1              | 10     | 20    | «Солнечные лучики»,<br>«Цвет настроения»,<br>«Лягушка»,<br>«Ухо-нос»,<br>«Кулак-ребро-ладонь»,<br>«Изобрази эмоцию»<br><br>«Хлопнет тот, кто...»,<br>«Мне нравится»,<br>«Мне не нравится»,<br>«Подбери пиктограмму»,<br>«Солнышко», «Мы»,<br>«Мы – молодцы!» | Наблюдения<br>за ребенком |
| 6.5 | Развитие<br>невербальной<br>коммуникации | 1              | 5      | 25    | Угадай, что это?»,<br>«О чем говорит твой<br>собеседник?»,<br>«Незнайка»,<br>«Показ жестами»,<br>«Походка»,<br>«Передай предмет»,<br>«Согласованные<br>движения»,<br>«Огонь-лед»,<br>«Путаница»                                                              | Наблюдения<br>за ребенком |
| 6.6 | «Путешествие в<br>Страну Смелости        | 1              | 5      | 25    | «Приветствие Солнцу»<br>(часть комплекса А) или                                                                                                                                                                                                              | Наблюдения                |

| № | Наименование<br>темы      | Всего<br>часов | Теорит | Практ           | Содержание                                                                                                                                                                                                                     | Форма<br>контроля                   |
|---|---------------------------|----------------|--------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
|   | или Смелых<br>Человечков» |                |        |                 | «Движение Солнца».<br>«Дыхание животом»,<br>«Дыхание Жужжащей<br>пчелы»,<br>«Девять дыханий»,<br>«Наблюдение за<br>дыханием» на выбор.<br>«Поза Героя»,<br>«Поза Воина 1»,<br>«Поза Воина 2» на<br>выбор.<br>«Цвет настроения» | за ребенком<br><br>Рисунки<br>детей |
|   | Итого:                    | 37-40          | 10.20  | 26.10-<br>29.10 |                                                                                                                                                                                                                                |                                     |

## 2.6. Особенности взаимодействия педагога-психолога с семьями воспитанников

Семья – ближайшее и постоянное социальное окружение ребёнка и её влияние на его развитие, на формирование личности велико. В связи с этим актуальным становится поиск наиболее эффективных форм и видов взаимодействия учителя-дефектолога с родителями с целью повышения их психолого-педагогической культуры и улучшения результатов работы по развитию и коррекции речи детей. Взаимодействие подразумевает не только распределение задач между участниками процесса для достижения единой цели. Взаимодействие обязательно подразумевает контроль, или обратную связь; при этом контроль должен быть ненавязчивым, опосредованным. Одним из важных условий реализации основной образовательной программы ДООУ является сотрудничество педагогов с семьей: дети, воспитатели и родители – главные участники образовательных отношений. В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка, создание единой развивающей среды, обеспечивающей одинаковые подходы к развитию ребенка в семье и детском саду;
- открытость дошкольного учреждения для родителей, дифференцированный подход к каждой семье;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей, уважение и доброжелательность друг к другу;
- равно ответственность родителей и педагогов.

Задачи работы учителя-дефектолога и воспитателей по взаимодействию с родителями:

- Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника;
- Объединить усилия для развития и воспитания детей;
- Создать атмосферу взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки;
- Активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.

#### Задачи родителей в коррекционной работе со своими детьми:

- Создание в семье условий, благоприятных для общего и речевого развития детей;
- Проведение целенаправленной и систематической работы по общему, речевому развитию детей и необходимости коррекции недостатков в этом развитии согласно рекомендациям специалистов.

Для эффективного решения данных задач педагогам ДООУ необходимо лучше знать каждую семью, учитывая: роль всех членов семьи в воспитании ребёнка; тип семейного воспитания; позицию, занимаемую родителями по отношению к ребёнку. Родители предъявляют разные требования к ребёнку, у некоторых детей ощущается дефицит общения с родителями, потому что большую часть времени дети находятся на попечении бабушек или старших братьев

## **2.7. Эффективные формы взаимодействия педагога-психолога с педагогами**

Всестороннее гармоническое развитие детской личности требует единства, согласованности всей системы воспитательно - образовательных воздействий взрослых на ребенка. Эффективность коррекционно-воспитательной работы определяется четкой организацией жизни детей в период их пребывания в детском саду, правильном распределении нагрузки в течение дня и преемственностью в работе учителя-дефектолога и воспитателя. При ведущей роли учителя-дефектолога в коррекционном процессе, коррекционные задачи, стоящие перед воспитателями специальной группы, чрезвычайно важны и тесно связаны с задачами учителя-дефектолога.

### **Эффективные формы взаимодействия с педагогами:**

1. Взаимообмен данными диагностики
2. Кординированное планирование совместной деятельности
3. Работа в тетради взаимодействия
4. Реализация совместных проектов
5. Взаимопосещение занятий
6. Планирование и проведение итоговых мероприятий

## **III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

### **3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Оборудование кабинета безопасное, здоровьесберегающее, эстетически привлекательное и развивающее. Мебель соответствует росту и возрасту детей, игрушки направлены для достижения максимального развивающего эффекта для детей с учётом их образовательных потребностей, возраста. Развивающая предметно-пространственная среда насыщенная, позволяет организовать совместную деятельность взрослого и ребенка и самостоятельную деятельность детей, отвечающую потребностям детского возраста. Все предметы доступны детям. Подобная организация пространства позволяет воспитанникам

выбирать интересные для себя занятия, чередовать их в течение дня, а педагогу дает возможность эффективно организовывать образовательный процесс с учетом индивидуальных особенностей детей.

Развивающая предметно-пространственная среда кабинета соответствует требованиям ФГОС ДО к предметно-пространственной развивающей среды: содержательно-насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная.

Предметно-пространственная развивающая среда кабинета соответствует возрастным периодам развития ребёнка дошкольного возраста.

Идеальным вариантом является наличие отдельного кабинета. Предпочтительнее, чтобы размер комнаты был небольшим, желательно наличие окна. Цветовое решение должно быть мягким, в голубых, зеленых, кремовых тонах. Окно должно быть завешено гардинами.

Подбор оборудования и мебели должен осуществляться в соответствии с направлениями работы психолога. Игровое пространство включает стеллажи (шкафы) полки с игрушками, ковер, небольшой стол, шесть детских стульчиков.

В наличии должен быть магнитофон, подбор аудиокассет или дисков с разнообразной музыкой (релаксационная, активизирующая, шум леса, моря, дождя, детские песенки и т. д.).

**Игровое пространство, пространство для занятий включает в себя:**

- пирамидки, матрешки;
- пазлы;
- сюжетные кубики;
- тематические игры «Цвет настроения», «Ребята с нашего двора», «Навстречу радуге».
- картинки с изображением различных эмоциональных состояний;
- пиктограммы;
- различные виды кукол (пупсы, люди, перчаточные);
- наборы игрушек;
- мягкие игрушки;
- природный материал.

**Оборудование:** большое зеркало, магнитофон, диски с записью музыкальных произведений, ковер, стол, стульчики.

**Инструментарий:** платки, шарфы, бабочки, картинки с изображением Солнышка и Тучки, «добрые ладошки», листы бумаги, кисти, краски, карандаши, эфирные масла, куклы, мягкие игрушки, **воздушные шары**, набор «Цвет настроения», «Страна эмоций», пиктограммы, комплект иллюстраций различных эмоциональных состояний «Ребята с нашего двора».

### **3.2. Режим дня в группах компенсирующей направленности**

Организация жизни и деятельности детей определяется «Режимом дня», который определяется в соответствии с возрастными, психофизическими особенностями детей, на основе соблюдения баланса между разными видами активности, а также с учётом социального заказа родителей. (Приложение 2)

### **3.3 Циклограмма деятельности педагога-психолога (Приложение 3)**

### **3.4. График работы педагога-психолога (Приложение 4)**

### **3.5 Учебная программа для детей 6-8 лет. (Приложение 5)**

#### **IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

**Приложение 1. Результаты диагностики**

**Приложение 2. Режим дня в группах компенсирующей направленности.**

**Приложение 3 Циклограмма рабочего времени педагога-психолога**

**Приложение 4. График работы педагога психолога.**

**приложение 5. Учебная программа 6-8 лет.**

## Результаты диагностики

Исследование самооценки по методике «Лесенка» свидетельствует о следующем:

- положительная самооценка – 8 % - 5 воспитанников;
- «хорошие дети» (средние ступеньки) – 23 % - 14 человек.
- отрицательное отношение к себе, неуверенность в собственных силах наблюдается у 68 % - 41 ребенка.

Таким образом, данные говорят о том, что у большинства воспитанников не сформирована адекватная самооценка, отношении к себе отрицательное, дети не уверены в собственных силах, сомневаются в себе и в любви к ним родителей. Это может привести к депрессиям, неврозам, формированию асоциального поведения у детей. Все это осложняется холодным отношением к ним, отвержением или суровым, авторитарным воспитанием, при котором обесценивается сам ребенок, делающий вывод, что его любят только тогда, когда он хорошо себя ведет. Некоторые воспитанники не осознают отношения к ним других людей.

Результаты исследования **развития эмоциональной сферы дошкольников:**

1. восприятие детьми графического изображения эмоций:

- называют одну эмоцию 39 % - 23 человека;
- называют 2 эмоции 8 % - 5 человек;
- не называют ни одной эмоции 53 % - 32 человека.

2. понимание своего индивидуального состояния. Самостоятельно с заданием не справляется ни один воспитанник дошкольного учреждения. При оказании помощи в виде наводящих вопросов, примеров 12 % - 8 ребят могут назвать по одной ситуации, когда они испытывали радость, страх, злость, обиду. Наиболее сложно детям осознать ситуации, вызывающие чувства удивления, вины, грусти, спокойствия. Не всегда дети понимают эмоциональное состояние в каких-либо ситуациях и тем более не могут объяснить и назвать чувства, вызванные этой ситуацией.

3. понимание эмоциональных состояний людей. Не справляются с заданием.

4. изучение выразительности речи. Речь воспитанников маловыразительна, словарь беден. С заданием не справляются.

5. использование мимики и пантомимики при демонстрации заданной эмоции. С заданием справляются только по подражанию. Многим детям сложно нахмурить брови, поднять их, а тем более передать эмоцию с помощью пантомимики. Ребята не называют эмоциональных состояний героев сказок и мультфильмов, могут только изобразить любимого сказочного героя, не всегда передавая характерные повадки данного персонажа.

Результаты исследования поведения в критические моменты по методике «Четыре картинки». Ответы детей можно разделить на несколько групп:

1. Детям свойственно неумение контролировать и оценивать себя объективно. Причины неудач они видят в объектах окружающего мира, объясняют их как независимые от персонажа. Столкнувшись с трудностями, дети не добиваются успеха, а бросают начатое дело, о чем свидетельствуют их ответы 9 детей – 16 %.
2. Источник неуспеха просто констатируется без какого-либо объективного обоснования – 18 детей - 30 %.
3. При описании ситуации появляются несуществующие в изображении объекты или простая констатация источника неудачи. О несформированности мотива деятельности свидетельствует либо уход от ответа, либо ответы: «Не знаю» - 17 человек – 28 %.
4. В ответах детей наблюдаются агрессивные тенденции, направленные во вне – 16 детей – 26 %.

Занятия по данной программе способствовали повышению самооценки, развитию уверенности в своих силах, способствовали осознанию своей индивидуальности (внешней, своих вкусов, предпочтений, желаний, взглядов) воспитанников, познакомили детей с эмоциями и причинами их возникновения, развивали способность общаться, взаимодействовать друг с другом.

Результаты исследования самооценки по методике «Лесенка»:

- положительная самооценка повысилась с 8 % (5 воспитанников) до 32 % (27 детей);
- «хорошие дети» (средние ступеньки) с 24 % (14 человек) до 36 % (21 ребенок).
- отрицательное отношение к себе, неуверенность в собственных силах уменьшилось с 68 % (41 ребенка) до 32 % (12 человек).

Результаты исследования развития эмоциональной сферы дошкольников:

1. восприятие детьми графического изображения эмоций:

- называют (показывают) предложенные графические изображения эмоций - 100 %;

2. понимание своего индивидуального состояния. Все воспитанники называют хотя бы одну причину возникновения того или иного эмоционального состояния.

3. понимание эмоциональных состояний людей. Все воспитанники называют хотя бы одну причину возникновения того или иного эмоционального состояния.

4. изучение выразительности речи. Передают в речи различные эмоциональные состояния, лучше всего: радость, страх и злость.

5. использование мимики и пантомимики при демонстрации заданной эмоции. Самостоятельно изображают предложенное эмоциональное состояние при помощи мимики и пантомимики; называют и изображают эмоциональные состояния героев сказок и мультфильмов.

Результаты исследования поведения в критические моменты по методике «Четыре картинки». Ответы детей можно разделить на несколько групп:

Дети видят причину неудачи в субъекте и в объекте, при этом могут дать довольно объективные обоснования 14 детей – 23 %.

Значительно уменьшилась группа детей, констатирующих источник неуспеха без какого-либо объективного обоснования 6 человек – 10 %.

Причины неудач они видят в объектах окружающего мира, объясняют их как независящие от персонажа. Столкнувшись с трудностями, дети не добиваются успеха, а бросают начатое дело, о чем свидетельствуют их ответы 4 детей – 7 %.

Агрессивные тенденции, наблюдавшиеся в ответах детей, снизились – 9 детей – 15 %.

Дети видят причину неудачи в субъекте, считают, что персонаж может повлиять на ситуацию (называют способ выхода из нее) – 27 человек – 45 %.

В результате проведенной работы уровень эмоционально-личностного **развития детей** повысился: дети понимают и называют эмоциональное состояние других людей по выражению лица, позам, жестам (по внешним проявлением), могут передать эмоциональное состояние с помощью мимики и пантомимики; понимают причины возникновения основных эмоциональных состояний; определяют свои вкусы и предпочтения в играх, занятиях, по отношению к животным, растениям, цвету; понимают причины ссор и учатся простым способам выхода из конфликта; определяют свои отличительные особенности (внешности и характера); могут сознательно расслабляться. Так же у воспитанников снижается уровень тревожности, проявляющийся в ситуациях, моделирующих отношения «ребенок-ребенок», «ребенок-взрослый» и в повседневной жизнедеятельности.

## Приложение 3.

| Основное рабочее время (24 часа)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Подготовительное время (12 часов)                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b><u>Понедельник</u></b></p> <p>13.00 – 15.00 Консультации для педагогического коллектива. Работа по запросу администрации.</p> <p>15.00 – 15.30 Коррекционно-развивающая групповая работа с детьми подготовительной к школе группы «Цветики - семицветики» (I подгруппа)</p> <p>15.30 – 16.00 Коррекционно-развивающая групповая работа с детьми средней группы «Солнышко» (I подгруппа)</p> <p>16.00 – 16.30 Коррекционно-развивающая групповая работа с детьми подготовительной к школе группы «Теремок» (I подгруппа)</p> <p>16.30 – 17.00 Коррекционно-развивающая групповая работа с детьми старшей группы «Кораблик» (I подгруппа)</p> <p>17.00 – 18.00 Консультации и прием родителей.</p> | <p>11.00 – 13.00 Разработка рекомендаций для педагогического коллектива</p>      |
| <p style="text-align: center;"><b><u>Вторник</u></b></p> <p>08.00. – 09.00 Индивидуальная работа с детьми, имеющими сложный дефект;</p> <p>09.00 – 09.30. Индивидуальная работа с детьми подготовительной к школе группы «Цветик-семицветик»</p> <p>09.30 – 10.00. Индивидуальная работа с детьми средней группы «Солнышко»;</p> <p>10.00 – 10.30. Индивидуальная работа с детьми подготовительной к школе группы</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>13.00 – 15.00 Подготовка материала к индивидуальным и групповым занятиям.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>«Теремок»;</p> <p>10.30 - 11.00 Индивидуальная работа с детьми старшей группы «Кораблик»;</p> <p>11.00 – 11.30 Коррекционно-развивающая групповая работа с детьми подготовительной к школе группы «Цветики - семицветики» (II подгруппа)</p> <p>11.30 – 12.00 Коррекционно-развивающая групповая работа с детьми средней группы «Солнышко» (II подгруппа)</p> <p>12.00 – 12.30 Коррекционно-развивающая групповая работа с детьми подготовительной к школе группы «Теремок» (II подгруппа)</p> <p>12.30 – 13.00 Коррекционно-развивающая групповая работа с детьми старшей группы «Кораблик» (II подгруппа)</p> |                                                                                        |
| <p style="text-align: center;"><b><u>Среда</u></b></p> <p>08.00 – 09.00 Консультации, прием родителей.</p> <p>09.00 – 10.00 Индивидуальная работа с детьми подготовительной к школе группы «Цветик-семицветик»</p> <p>10.00 – 11.00 Индивидуальная работа с детьми старшей группы «Кораблик»;</p> <p>11.00 – 12.00 Индивидуальная работа с детьми подготовительной к школе группы «Теремок»;</p> <p>12.00-13.00 Индивидуальная работа с детьми средней группы «Солнышко»;</p>                                                                                                                                      | <p>13.00 – 16.00 Заполнение текущей документации</p>                                   |
| <p style="text-align: center;"><b><u>Четверг</u></b></p> <p>09.00 – 10.00. Индивидуальная работа с детьми старшей группы «Кораблик»;</p> <p>10.00 – 11.00. Индивидуальная работа с детьми подготовительной к школе группы</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p>13.00 – 16.00 Консультация у специалистов РЦ. Посещение семинаров, саморазвитие</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <p>«Теремок»;</p> <p>11.00 – 12.00. Индивидуальная работа с детьми средней группы «Солнышко»;</p> <p>12.00. – 13.00 Индивидуальная работа с детьми подготовительной к школе группы «Цветик-семицветик»</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                            |
| <p style="text-align: center;"><b><u>Пятница</u></b></p> <p>08.00 – 09.00 Индивидуальная работа с детьми, имеющими сложный дефект;</p> <p>09.00 – 10.00 Индивидуальная работа с детьми средней группы «Солнышко»;</p> <p>10.00 – 11.00 Индивидуальная работа с детьми подготовительной к школе группы «Теремок»;</p> <p>11.00 – 12.00 Индивидуальная работа с детьми подготовительной к школе группы «Цветик-семицветик»;</p> <p>12.00 – 13.00 Индивидуальная работа с детьми старшей группы «Кораблик»;</p> | <p>13.00 – 15.00 разработка рекомендаций для родителей</p> |

Приложение 4.

**ГРАФИК РАБОТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА.**

**ПОНЕДЕЛЬНИК: 13.00 – 18.00**

**ВТОРНИК: 08.00 – 13.00**

**СРЕДА: 08.00 – 13.00**

**ЧЕТВЕРГ: 09.00 – 13.00**

**ПЯТНИЦА: 08.00 – 13.00**

**Прием родителей:**

Понедельник: 17.00 – 18.00

Среда: 08.00 – 09.00;

## **Занятия для дошкольников 6-8 лет**

### **Раздел 1. Мой портрет или Кто ты?**

#### **Занятие 1.1 Тема: «Ты и другие в зеркале». Количество часов 1.**

**Цель:** развивать представление о себе и своем отличии от других, развивать положительное отношение. Выяснить, как ребенок относится к своей внешности, помочь ему адекватно оценить себя, поддержать положительную самооценку; способствовать развитию у детей толерантности по отношению к другим людям – независимо от их внешности.

#### **Задачи:**

1. Развивать позитивный образ «Я».
2. Снятие телесных зажимов, негативных переживаний.
3. Повышать самооценки ребенка, его значимости в коллективе.
4. Развивать представлений о себе, укрепление уверенности в своих возможностях.
5. Обучать осознавать и выражать свои желания, мысли.

**Оборудование:** лист бумаги, цветные карандаши или краски, большое зеркало, мяч, «добрые ладошки», набор «Цвет настроения», картинка с изображением Солнышка, набор «Разноцветные ладошки», мыльные пузыри, пиктограммы.

#### **Ход занятия.**

1. **Приветствие.** См выше.

2. **Разминка.** Упр. «Назови ласково по имени», «Хлопнет тот, у кого...», «Продолжи предложение», «Какой ты?» (можно играть с мячом, можно дать детям «ладошки» из цветной бумаги и попросить их на каждый пальчик положить пиктограмму, обозначающую положительную черту характера, затем рассказать всем детям).

3. **Беседа.** Дети уже знают некоторые проявления основных эмоций, могут выделить и назвать особенности внешнего облика людей. Обобщить представления детей о различных эмоциональных состояниях, о схожести и отличиях во внешности разных людей. Попросить детей внимательно рассмотреть себя в зеркале. Здесь необходимо противопоставить «детским дразнилкам», если таковые имеются свое позитивное отношение к ребенку, поддержать его чувство уверенности в себе. Например, объяснить детям, что рыжие волосы – это теплые краски солнечного лета или лучики солнышка и т. д. Рассмотреть иллюстрации по теме. Попросить детей выделить персонажей с одинаковым цветом волос, назвать цвет волос. Спросить детей, кто из детей и взрослых, нарисованных на картинке, похож друг на друга и почему? Сколько человек находится перед зеркалом? Сколько отражений мы видим? В чем ошибся художник? Объясните ответ. Если дети самостоятельно не могут справиться с заданием, можно помочь им, выполнив задание вместе с ними. Рисование «правильных и неправильных» отражений в «зеркале». Для этого нужно нарисовать зеркало, а в нем - правильные и неправильные отражения. Вариантов может быть очень много: неверно отражается часть лица, одежда, поза. После этого можно определить количество ошибок и записать ответ цифрой. Такой задание способствует развитию графических навыков, внимания, пространственной ориентировки. Упр. «Это Я»: дети по очереди отвечают на вопрос: «Кто Я?». Каждое

предложение начинается с местоимения «Я». Например: «Я – девочка», «Я – хороший человек» и т. д.

**4. Прощание.** Упр. «Я – молодец, потому что...». См. выше.

**Занятие 1.2 Тема: «Разные настроения. Вина».** Количество часов 1.

**Цель:** познакомить детей с эмоцией вины.

**Задачи:**

Развивать осознанное восприятие эмоции. Развивать умение адекватно выражать эмоциональное состояние. Развивать произвольную регуляцию своего эмоционального состояния.

4. Продолжать учить детей распознавать различные эмоции по выражению лица, мимике, пантомимике, жестам, позе, походке.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме («Ребята с нашего двора»), иллюстрации из методики «Страна эмоций», большое зеркало, ароматические масла, «необычные предметы» (мех, фольга, кленка, замша, вельвет, ракушка и т. д.), игрушечный котенок, картинки с изображением Облака, Тучки и Солнышка, пиктограммы, лист бумаги, карандаши, краски.

Ход занятия.

**Приветствие.** Упр. «Улыбка», «Цвет настроения».

**2. Разминка.** Упр. «Лягушка», «Ухо-нос», «Кулак-ребро-ладонь», «Изобрази эмоцию» (дифференцирование эмоций «Радость», «Грусть», «Удивление», «Злость», «Страх»: спросить детей как можно определить то или иное состояние персонажей на картинке, пиктограмме. Попросить объяснить свой выбор).

**3 Беседа.** Рассмотреть с детьми сюжетные картинки «Обида». Обратить внимание детей на мимическое и пантомимическое проявление эмоции. Попросить детей изобразить эмоцию (мимикой, пантомимикой, жестом, интонацией, походкой). Поговорить о том, когда и почему человек обижается. Поговорить о том, какая обида на вкус, запах, цвет и как дети воспринимают обиду (узнать отношение ребенка к обиде), т. е. попросить детей выразить эмоциональное состояние через зрительные и слуховые представления, осязание, обоняние, восприятие.

Упр. «Какая вина», «Я виноват, когда ...».

Рисование эмоции. Беседа по рисункам.

**4. Прощание.** Упр. «Солнышко», «Мы».

**Занятие 1.3 Тема: «Разные настроения. Вина»**

Количество часов 1.

**Цель:** продолжать знакомить детей с выразительными движениями, «языком чувств». Развивать умение выражать эмоциональные состояния с помощью «языка чувств».

**Задачи:**

Учить детей распознавать эмоциональные проявления по внешним признакам (речь, интонация, поза, жест). Учить детей выражать эмоцию радости с помощью мимики и пантомимики. Учить детей анализировать и словесно передавать мышечных проявлений эмоций. Развивать способность понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать и полноценно их переживать.

**Оборудование:** картинки с изображением эмоциональных состояний, солнышка и тучки, игрушка котенок, серия сюжетных картинок «разбитая чашка», набор «Цвет настроения», пиктограммы.

## 1. Разминка.

Приветствие. Упр. «Солнышко».

Упр. «Канон», «Разные настроения».

**Гимнастика.** Упр. «Запомни свое место», «Петрушка прыгает». **Эмоции.** Упр. «Игра в мяч», «Вкусные конфеты», «Ласка», «Не покажу!», «Я не знаю». **Общение.** Упр. «Встреча с другом», «Просто старушка» (внимательный – равнодушный). Беседа, обсуждение желательных форм поведения. **Поведение.** Упр. «Разбитая чашка (Провинившийся)», «Стыдно». Беседа (желательное поведение). **Завершение.** Упр. «Игра с песком», «До свидания!», «Мы».

**Занятие 1.4 Тема: «Один и вместе с друзьями. Делаем вместе»** Количество часов 1.

**Цель:** способствовать усвоению детьми основных правил этикета при встрече, расставании. Продолжать учить детей устанавливать контакты.

Побеседовать с детьми об одиночестве, объяснить преимущества дружбы на примере коллективных игр.

Объяснить детям, что делать что-то вместе не только интересно, но и трудно, т. к. надо уметь договариваться.

Обсудить с детьми качества лживость, правдивость и их значение для общения с окружающими.

### Задачи:

Развивать коммуникативные навыки. Развивать умение самостоятельно устанавливать новые контакты. Развивать умение анализировать качества и поступки в разных ситуациях. Обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, мыльные пузыри, картинка с изображением солнышка.

### Ход занятия.

#### 1. Приветствие.

2. **Разминка.** Упр. «Давай поговорим», «Небоскреб», «Дотронься до ...».

3. **Беседа.** Рассмотреть вместе с детьми ситуации, изображенные на картинках. Спросить кому из персонажей весело, а кому грустно, попросить объяснить свой ответ. В какие игры, изображенные на картинках, можно играть одному? Поставь возле них восклицательный знак. В какие игры дети могут играть только вместе? Поставь два восклицательных знака.

4. **Беседа.** Предложить детям назвать как можно больше игр. При этом отмечая, в какие игры можно играть одному, в какие только с друзьями. Обсудить преимущества индивидуальных и совместных игр. Побеседовать о том, что делать общее дело не только интересно, но и трудно: нужно уметь договориться, соблюдать очередность, выслушивать

и уважать мнение своих товарищей. Общий рисунок «Мой детский сад» («Моя группа», «Мы на прогулке» и т. д.). Побеседовать о том, как влияет правдивость и лживость на дружеские отношения. Помните, что детям свойственно фантазировать, поэтому нужно уметь отличать фантазию ото лжи. Старайтесь избегать в разговоре разоблачений типа: «Ты обманываешь» и т. д. Предложить детям вспомнить, как лживость привела к неприятным последствиям. Рассмотреть ситуации, изображенные на картинках. Выяснить, кто из персонажей самый правдивый, не побоялся признать в своем проступке. Кто не хочет признаваться

5. Упр. «Какие мы» (передавать мягкую игрушку друг другу).

6. **Прощание.** Упр. «Мы вместе».

**Занятие 1.5 Тема: «Тело в контакте»**

Количество часов 1.

**Цель:** осознание телесной активности в процессе межличностного взаимодействия, установление различных способов контакта.

Задачи:

1. Сплочение коллектива.
2. Снижение напряжения.
3. Познакомить с различными способами установления контакта.

**Оборудование:** предметы с различными поверхностями — мягкими и жесткими, холодными и теплыми, гладкими и шершавыми и т. д.

Ход занятия:

1. **Приветствие.** Дети сами выбирают способ контакта-приветствия: ладонь-ладонь, локоть-локоть, колено-колено и т. д.

2. Упр. «Спина к спине». Дети разделяются на пары, встают спиной друг к другу. Необходимо найти удобную позу, в которой комфортно находиться рядом. Стоять надо так, чтобы чувствовать свою спину и спину партнера. Вопросы: Удобно стоять или нет? Хочется продолжать стоять или что-то мешает? Какая спина у партнера — холодная, теплая? Затем дети меняются партнерами. Упражнение повторяется. Вопросы: изменилось ли что-нибудь? Удобно ли стоять с другим человеком или нет?

Упр. «Лодочка». Дети разделяются на пары, садятся друг против друга, взявшись за руки наклоняются вперед-назад.

Упр. «Раскачивание спиной». Дети (в паре) садятся спиной друг к другу, переплетая руки под локтями. Раскачиваются вперед-назад. Затем стараются из этого положения встать вместе, помогая друг другу.

Упр. «Рисунок». Дети встают в круг, друг за другом. Один рисует на спине впереди стоящего какую-либо цифру. Ребенок не называет ее, рисует ту же цифру на спине стоящего впереди себя человека, и т. д., пока цифра не вернется к тому, кто первым нарисовал ее. Теперь цифру можно назвать, чтобы выяснить, верно ли ее передавали.

Упр. «Отбивание ритма». Дети встают в круг, друг за другом. Один из них отбивает ритм на спине партнера. Тот запоминает его, повторяет на спине впереди стоящего ребенка. Ритм должен вернуться к первому ребенку.

Упр. «Зеркало». Один из детей показывает какое-либо движение, а другой должен точно его скопировать, отразить, как в зеркале. Затем дети меняются ролями, упражнение повторяется. По окончании упражнения обсуждение: кому больше понравилось показывать упражнения, кому повторять их, а не придумывать самому.

*Примечание.* При наблюдении фиксируется предпочтительная роль ведущего или ведомого.

Упр. «Сиамские близнецы». Дети разделяются на пары, становятся плотно друг к другу, начинают движение вместе. По окончании упражнения обсуждение: понравилось ли упражнение или нет, почему, что запомнилось?

*Примечание.* При наблюдении фиксируется желание ребенка войти в тесный контакт с другим.

Упр. «Равновесие». Двое детей встают, упираясь друг в друга ладонями. Задача – вывести партнера из равновесия при помощи рук, а самому остаться на месте. Проигрывает тот, кто первым сдвинется с места хотя бы на один шаг.

*Примечание.* При наблюдении фиксируется способ, используемый ребенком для вывода партнера из равновесия.

Упр. «Слепой и поводырь». По окончании – обсуждение: что помогало или мешало «слепому» довериться партнеру? Насколько был внимателен поводырь? Какая роль понравилась и почему?

*Примечание.* Фиксируется степень доверия к поводырю.

Упр. «Тряпичная кукла». Один из детей (в паре) изображает тряпичную куклу – лежит на полу в расслабленной позе, не помогает партнеру движениями, другой – играет с ним. Затем дети меняются ролями, игра повторяется. По окончании игры – обсуждение: кем больше понравилось быть куклой или человеком, почему? Насколько бережно человек обращался с куклой?

*Примечание.* При наблюдении фиксируются сигналы прошлого или настоящего опыта ребенка. Дети обращаются с куклами, как с людьми, и с людьми так же, как с куклами.

Упр. «Массаж в паре». Дети разделяются на пары. Один из детей лежит на полу, другой делает ему массаж – поглаживающие и похлопывающие движения по спине вдоль позвоночника сверху вниз, затем – по рукам от плеч к кистям.

*Примечание.* Необходимо обучить детей правильным движениям. Похлопывающие движения проводятся ладонями, пальцы которых сложены лодочкой. Позвоночник задевать нельзя.

#### **4. Прощание.**

#### **Занятие 1.6 Тема: «Путешествие в Страну Добра»**

Количество часов 1.

**Цель:** учить детей сознательному расслаблению мышц, правильному дыханию.

**Задачи:**

1. Снижение напряжения.
2. Снижение тревожности.
3. Обучать дыхательным упражнениям.

#### 4. Развивать сосредоточение, концентрацию внимания.

**Оборудование:** отдельное помещение, мягкий ковер, приглушенный свет, магнитофон, диски с записью релаксационной музыки, набор «Цвет настроения», волшебная палочка, кукла, картинка с изображением Солнца.

Ход занятия.

1. **Приветствие.** Упражнение «Подари улыбку». Дети встают в круг, берут друг друга за руки, улыбаются друг другу. Упражнение «Цвет настроения».

2. **Дыхательные упражнения, упражнения на успокоение и концентрацию внимания.**

Упр. «Приветствие Солнцу» (часть комплекса А) или упр. «Движение Солнца».

Упр. «Дыхание животом», упр. «Дыхание Жужжащей пчелы», упр. «Девять дыханий», упр. «Наблюдение за дыханием» на выбор (см. выше).

Упр. «Поза ребенка», упр. «Вытяжение в позе ребенка», упр. «Поза эмбриона (для детей – поза малыша)» на выбор.

3. **Релаксация.** Дети ложатся на ковер. Закрывают глаза. Слушают музыку.

4. **Беседа – обсуждение.** Дети медленно поднимаются. Удобно садятся на ковре. Беседа – обсуждение (Какая Страна Добра, где ты был? Она большая или маленькая? Какого она цвета? Там тепло или холодно? Светло или темно? Кто живет в этой стране? Что ты делал? Может быть ты кого-то встретил? Какие чувства ты испытывал? Ты был там один или с кем-то? и т. д.). Рисование Страны Добра. Обсуждение рисунков.

5. **Прощание.** Упражнение «Цвет настроения».

#### **Раздел 2. Какой ты?**

**Занятие 2.1 Тема: «Каждый привлекателен по-своему».** Количество часов 1.

**Цель:** развивать представление о себе и своем отличии от других, развивать положительное отношение к себе, поддержать положительную самооценку.

**Задачи:**

1. Развивать позитивный образ «Я».
2. Развивать умение понимать другого человека.
3. Повышать самооценку ребенка, его значимость в коллективе.
4. Развивать представления о себе, укрепление уверенности в своих возможностях.
5. Обучать осознавать и выражать свои желания, мысли.

**Оборудование:** лист бумаги, карандаши: синий, красный, черный, коричневый, большое зеркало, мяч, «добрые ладошки», набор «Цвет настроения», картинка с изображением Солнышка, набор «Разноцветные ладошки», мыльные пузыри, пиктограммы.

Ход занятия.

1. **Приветствие.** См выше.

2. **Разминка.** Упр. «Какой ты?», см. выше.

3. **Беседа-обсуждение.** Побеседовать с детьми о том, что у каждого человека есть достоинства и недостатки, каждый человек может поступить хорошо и плохо. Обсудить с детьми, когда человек поступает плохо и почему такое происходит. Упр. «Если бы я был ... (животным, птицей, цветком, деревом, насекомым, машиной, улицей, едой, телепередачей, краской, кинофильмом), то я бы..., потому что».

Упр. «Цветик - семицветик»: Каждый ребенок, сорвав лепесток, говорит свое желание, если желание связано с удовлетворением личных потребностей ребенок получает желтую фишку, если общественное желание – красную. Собрав в конце игры все фишки, можно определить уровень нравственных ценностей детей, но не стоит говорить им об этом, т. к. в дальнейшем они могут скрывать свои заветные желания, подстраиваясь под оценки взрослых. В конце можно обсудить. Какие желания показались детям важными и почему. Второй вариант игры: один лепесток срывают двое детей. Держась за руки, они обдумывают и согласовывают друг с другом общее желание.

Упр. «Мне кажется...». Дети отвечают на вопросы:

- Мне кажется, что меня можно любить за то, что...
- Мне кажется, что меня можно ругать за то, что...
- Мне кажется, что со мной можно дружить, потому что...
- Мне кажется, что другие думают обо мне, потому что...

Упр. «Когда?»:

- Я злюсь, когда...
- Я радуюсь, когда...

Упр. «Круглый стол»:

- Моя любимая игра - ...
- Мне весело, когда ...
- Больше всего мне нравится - ...

Когда кто обижает младших, я ...

Когда кто-то плачет, я ...

Когда я вижу брошенного котенка, я ...

Рисование: «Плохой – хороший ребенок».

**4. Прощание.** См. выше.

**Занятие 2.2 Тема: «Спокойствие».** Количество часов 1.

**Цель:** познакомить детей с эмоцией спокойствие.

**Задачи:**

Развивать осознанное восприятие эмоции. Развивать умение адекватно выражать эмоциональное состояние. Развивать произвольную регуляцию своего эмоционального состояния.

4. Продолжать учить детей распознавать различные эмоции по выражению лица, мимике, пантомимике, жестам, позе, походке.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме («Ребята с нашего двора»), иллюстрации из методики «Страна эмоций», большое зеркало, ароматические масла, «необычные предметы» (мех, фольга, кленка, замша, вельвет, ракушка и т. д.), пиктограммы, лист бумаги, карандаши, краски.

**Ход занятия.**

1. **Приветствие.** Упр. «Солнечные лучики», «Цвет настроения».

2. **Разминка.** Упр. «Лягушка», «Ухо-нос», «Кулак-ребро-ладонь», «Изобрази эмоцию» (дифференцирование эмоций «Радость», «Грусть», «Удивление», «Злость», «Страх», «Вина»: спросить детей как можно определить то или иное состояние персонажей на картинке, пиктограмме. Попросить объяснить свой выбор).

3. **Беседа.** Рассмотреть с детьми сюжетные картинки «Спокойствие». Обратить внимание детей на мимическое и пантомимическое проявление эмоции. Попросить детей изобразить эмоцию (мимикой, пантомимикой, жестом, интонацией, походкой). Поговорить о том, когда и почему человек бывает спокойным. Поговорить о том, какое спокойствие на вкус, запах, цвет и как дети воспринимают спокойствие (узнать отношение ребенка к обиде), т. е. попросить детей выразить эмоциональное состояние через зрительные и слуховые представления, осязание, обоняние, восприятие.

4. Упр. «Какое спокойствие», «Я спокоен, когда ...».

5. Рисование эмоции. Беседа по рисункам.

6. **Прощание.** Упр. «Солнышко», «Мы».

**Занятие 2.3 Тема: «Спокойствие. Правдивый - лживый»**

Количество часов 1.

Цели и задачи см. выше.

**Оборудование:** картинки с изображением эмоциональных состояний, солнышка, игрушка котенок, кукла, мяч или воздушный шарик, набор «Цвет настроения», пиктограммы.

1. **Разминка.**

Приветствие. Упр. «Подари улыбку», «Подари настроение» (с мячом, или воздушным шариком, мыльными пузырями).

Упр. «Четыре стихии», «Идем в детский сад».

3. **Гимнастика.** Упр. «Солдат и тряпичная кукла», «Петрушка прыгает».

4. **Эмоции.** Упр. «Спи сладко», «Спящий котенок», «На берегу моря», «Игра с песком».

5. **Общение.** Упр. «Спящий котенок», «Спи, малыш».
6. **Поведение.** Упр. «Ключ нашелся», «Потерялся». Беседа, обсуждение.
7. **Завершение.** Упр. «До свидания!», «Мы».

**Занятие 2.4 Тема: «Порядок в твоём доме».** Количество часов 1.

**Цель:** приучать детей в порядке содержать свое жилье и проявлять заботу о его красоте и чистоте, если в дом приходят гости.

**Задачи:**

1. Развивать коммуникативные навыки.

Развивать умение самостоятельно устанавливать новые контакты. Развивать умение анализировать качества и поступки в разных ситуациях. Обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками. Воспитывать у детей радость общения.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, мыльные пузыри, картинка с изображением солнышка.

Ход занятия.

1. **Приветствие.**

2. **Разминка.** Упр. «Красиво – не красиво», «Хорошо – плохо».

3. **Беседа.** Побеседовать с детьми о том, как важно уделять внимание чистоте и красоте своего жилья. Подвести их к мысли, что привычка содержать свои вещи в порядке – необходимое качество хорошо воспитанного человека, независимо от того, ждет он гостей или нет. Поговорить с детьми о том, что устройство дома, порядок (беспорядок) могут многое сказать о хозяевах и их образе жизни («дом всегда немножко похож на своего хозяина»).

Рассмотреть вместе с детьми картинки. Возможно, кто-то из них догадается, что здесь изображена одна и та же комната. Пусть дети выскажутся по этому поводу. Какая комната больше подходит для приема гостей и почему? Попросите детей внимательно рассмотреть, как выглядела комната Кролика до того, как он начал готовиться к приему гостей. Как она изменилась? Проанализируйте вместе различия на обеих картинках, стараясь уделить внимание каждой детали. Предложите детям поставить восклицательные знаки в тех местах, где необходима уборка. Теперь сразу становится понятно, как навести порядок в собственной комнате.

Игра-фантазия. Предложите детям пофантазировать на тему: «У кого какой дом». Например, рассказать, как выглядят комнаты неряхи и аккуратного человека (комнаты «грязнули» и «чистюли»), рассеянного и собранного человека, веселого и угрюмого. Можно это сделать на примерах сказочных героев: Снежная королева и дворец из льда, избушка на курьих ножках Бабы-Яги и т. д. Побуждайте детей давать как можно более подробные описания жилища и его хозяина, выделяя их общие черты. Такую игру-фантазию можно провести и на занятии по развитию речи. Может быть дети захотят изобразить то, что они придумали, и сделают интересные рисунки.

4. **Прощание.**

**Занятие 2.5 Тема: «Тело в контакте».** Количество часов 1.

**Цель:** осознание телесной активности в процессе межличностного взаимодействия, установление различных способов контакта.

**Задачи:**

1. Сплочение коллектива.

2. Снижение напряжения.

3. Познакомить с различными способами установления контакта.

**Оборудование:** предметы с различными поверхностями – мягкими и жесткими, холодными и теплыми, гладкими и шершавыми и т. д.

Ход занятия:

**1. Приветствие.** Дети сами выбирают способ контакта-приветствия: ладонь-ладонь, локоть-локоть, колено-колено и т. д.

Упр. «Спина к спине». Дети разделяются на пары, встают спиной друг к другу. Необходимо найти удобную позу, в которой комфортно находиться рядом. Стоять надо так, чтобы чувствовать свою спину и спину партнера. Вопросы: Удобно стоять или нет? Хочется продолжать стоять или что-то мешает? Какая спина у партнера – холодная, теплая? Затем дети меняются партнерами. Упражнение повторяется. Вопросы: изменилось ли что-нибудь? Удобно ли стоять с другим человеком или нет?

Упр. «Рисунок». Дети встают в круг, друг за другом. Один рисует на спине впереди стоящего какую-либо цифру. Ребенок не называет ее, рисует ту же цифру на спине стоящего впереди себя человека, и т. д., пока цифра не вернется к тому, кто первым нарисовал ее. Теперь цифру можно назвать, чтобы выяснить, верно ли ее передавали.

Упр. «Отбивание ритма». Дети встают в круг, друг за другом. Один из них отбивает ритм на спине партнера. Тот запоминает его, повторяет на спине впереди стоящего ребенка. Ритм должен вернуться к первому ребенку.

Упр. «Зеркало». Один из детей показывает какое-либо движение, а другой должен точно его скопировать, отразить, как в зеркале. Затем дети меняются ролями, упражнение повторяется. По окончании упражнения обсуждение: кому больше понравилось показывать упражнения, кому повторять их, а не придумывать самому.

*Примечание.* При наблюдении фиксируется предпочтительная роль ведущего или ведомого.

Упр. «Сиамские близнецы». Дети разделяются на пары, становятся плотно друг к другу, начинают движение вместе. По окончании упражнения обсуждение: понравилось ли упражнение или нет, почему, что запомнилось?

*Примечание.* При наблюдении фиксируется желание ребенка войти в тесный контакт с другим.

Упр. «Мама и детеныш». Дети разделяются на пары. Один из детей играет роль мамы, другой – детеныша. Каждый выполняет свою функцию, т. е. ведет себя соответственно. Затем дети меняются ролями. Игра повторяется. Обсуждение: каково было в роли мамы, детеныша? Какая роль понравилась и почему? Понравилось ли поведение детеныша? Что хотелось сделать, чтобы изменить его поведение? Как мама ухаживала за детенышем? Приятно ли было, когда мама ухаживала за вами?

*Примечание.* Необходимо фиксировать способ контакта между детьми.

Упр. «Театр прикосновений». Один ребенок ложится на пол, закрывает глаза. Ему необходимо сконцентрироваться на своих ощущениях. Другие дети прикасаются к нему: двое – к рукам, двое – к ногам, один – к голове. Дети могут использовать свой способ контакта, но их необходимо предупредить, что делать это они должны так, как хотелось, чтобы прикасались к ним. По окончании – обсуждение: понравилось ли упражнение или нет, почему.

*Примечание.* Необходимо, чтобы все дети внимательно выслушали лежащего, т. к. важно, чтобы ребенок знал реакцию другого на свои прикосновения к нему.

Упр. «Прикосновение». Дети разделяются на пары. Один из детей лежит, другой – прикасается по очереди к его частям тела (рукам, ногам, шее, лицу, стопам) различными предметами, среди которых должны быть мягкие и жесткие, холодные и теплые, гладкие и

шершавые. Лежащий ребенок определяет какие ощущения приятны, а какие нет. Затем дети меняются местами, упражнение повторяется.

Упр. «Слепой и поводырь». По окончании – обсуждение: что помогало или мешало «слепому» довериться партнеру? Насколько был внимателен поводырь? Какая роль понравилась и почему?

*Примечание.* Фиксируется степень доверия к поводырю.

Упр. «Массаж в паре». Дети разделяются на пары. Один из детей лежит на полу, другой делает ему массаж – поглаживающие и похлопывающие движения по спине вдоль позвоночника сверху вниз, затем - по рукам от плеч к кистям.

*Примечание.* Необходимо обучить детей правильным движениям. Похлопывающие движения проводятся ладонями, пальцы которых сложены лодочкой. Позвоночник задевать нельзя.

#### **4. Прощание.**

### **Занятие 2.6 Тема: «Путешествие в Страну Правды»**

Количество часов 1.

**Цель:** учить детей сознательному расслаблению мышц, правильному дыханию.

**Задачи:**

1. Снижение напряжения.
2. Снижение тревожности.
3. Обучать дыхательным упражнениям.
4. Развивать концентрацию внимания.

**Оборудование:** отдельное помещение, мягкий ковер, приглушенный свет, магнитофон, диски с записью релаксационной музыки, набор «Цвет настроения», волшебная палочка, картинка с изображением Солнца.

Ход занятия.

1. **Приветствие.** См. выше.

2. **Дыхательные упражнения, упражнения на успокоение и концентрацию внимания.**

Упр. «Приветствие Солнцу» (часть комплекса А) или упр. «Движение Солнца».

Упр. «Дыхание животом», упр. «Дыхание Жужжащей пчелы», упр. «Девять дыханий», упр. «Наблюдение за дыханием» на выбор (см. выше).

Упр. «Поза Ворот»: встаньте на колени и вытяните левую ногу в сторону. На выдохе поднимите правую руку над головой. Левая рука вытянута вдоль левой ноги ладонью вверх. На вдохе наклонитесь влево. Ладони повернуты друг к другу. Вдохните и выдохните. На выдохе опустите правую руку и вернитесь в вертикальное положение. Поставьте левую ногу на колено. Вдохните и выдохните. Выполните упражнение в другую сторону. *Упрощение:* \*прижмите ладонь правой руки к бедру, это дает дополнительную опору; \*поставьте левую руку на бедро или вытяните ее вертикально вверх; \*выполняйте позу со скрещенными ногами.

Упр. «Поза Мудреца»: выявляет внутренние противоречия.

Сядьте на пол. Согните правую ногу в колене, пальцы стопы направлены прямо вперед. Поставьте правую руку на пол недалеко от туловища, Обхватите левой рукой правое колено пальцами назад. На выдохе втяните живот и повернитесь вправо. Сделайте несколько спокойных вдохов и выдохов. Повторите упражнение в другую сторону.

**3. Релаксация.** Дети ложатся на ковер. Закрывают глаза. Слушают музыку.

**4. Беседа – обсуждение.** Дети медленно поднимаются. Удобно садятся на ковре. Беседа – обсуждение (Какая Страна Правды, где ты был? Она большая или маленькая? Какого она цвета? Там тепло или холодно? Светло или темно? Кто живет в этой стране? Что ты делал? Может быть, ты кого-то встретил? Какие чувства ты испытывал? Ты был там один или с кем-то? и т. д.). Рисование Страны Мечты. Обсуждение рисунков.

**5. Прощание.** Упражнение «Цвет настроения».

### **Раздел 3. На кого ты похож?**

#### **Занятие 3.1 Тема: «Ты и твои родители»**

Количество часов 1.

**Цель:** помочь ребенку понять свое внешнее сходство с родителями и отличие от них.

**Задачи:**

1. Развивать позитивный образ «Я».
2. Снятие телесных зажимов, негативных переживаний.
3. Повышать самооценку ребенка, его значимость в коллективе.
4. Развивать представления о себе, своей семье, укреплять уверенность в своих возможностях.
5. Обучать осознавать и выражать свои желания, мысли.

**Оборудование:** лист бумаги, цветные карандаши или краски, большое зеркало, мяч, «добрые ладошки», набор «Цвет настроения», картинка с изображением Солнышка, набор «Разноцветные ладошки», мыльные пузыри, пиктограммы, плюшевый мишка, фотографии родителей.

Ход занятия.

1. **Приветствие.** См выше.

2. **Разминка.** Упр. «Я радуюсь (злюсь, мне грустно, спокойно), когда...» (передавать мяч или игрушку в руки друг другу).

3. **Беседа.** Поговорить с детьми об их родителях, как они выглядят, помочь детям выделить как можно больше индивидуальных особенностей каждого из родителей. Какие черты лица, цвет волос, глаз и т. п. делают ребенка похожим или не похожим на кого-то из них? Спросить детей, знают ли они о вкусах и желаниях, увлечениях мамы и папы? рассмотреть фотографии. Попросить детей нарисовать (дорисовать и раскрасить) своих родителей.

Упр. «Мои родители» (умные, красивые и т. д.).

4. **Прощание.** Упр. «Мы – дружные, красивые и т. д.», «Мы любим рисовать и т. д.».

## **Занятие 3.2 Тема: «Как выбирать подарок. Щедрый, жадный»**

Количество часов 1.

**Цель:** учить детей позитивным поддерживающим приемам общения; помочь им понять, как можно порадовать друга подарком. Обсудить с детьми качества щедрость, жадность и их значение для общения с окружающими

### **Задачи:**

Развивать умение самостоятельно устанавливать новые контакты. Воспитывать уважение к сверстникам. Развивать умение анализировать качества и поступки в разных ситуациях. Обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками. Воспитывать у детей радость общения.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, мыльные пузыри, картинка с изображением солнышка.

### Ход занятия.

#### **1. Приветствие.**

**2. Разминка.** Упр. «Порадуй друга» (взглядом, словом, прикосновением, подарком).

**3. Беседа.** Побеседовать с детьми о том, как хорошо приходить в гости с подарками. Подвести детей к мысли о том, что подарок должен быть немножко «похож» на того, кому он предназначен. Лучший подарок – это тот, которому больше радуются. И совсем не обязательно, чтобы подарок нравился тебе самому. Спросить детей можно ли дарить вещь, которая просто не нужна. Объяснить детям, что выбирая подарок, надо всегда помнить, кому он предназначен.

Рисование подарка. Спросить, для кого этот подарок, понравится ли подарок получателю, попросить объяснить свой ответ.

### Упр. «Вкусные конфеты», «Подарок».

#### **4. Прощание.**

**Занятие 3.3 Тема: «Праздник. Праздничное настроение».** Количество часов 1.

**Цель:** Познакомить детей с эмоциями, соответствующими праздничной атмосфере; развивать у них понимание того, что хорошее настроение во многом зависит от отношения к тебе окружающих.

### **Задачи:**

Развивать осознанное восприятие эмоции. Развивать умение адекватно выражать эмоциональное состояние. Развивать произвольную регуляцию своего эмоционального состояния. Продолжать учить детей распознавать различные эмоции по выражению лица, мимике, пантомимике, жестам, позе, походке.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, большое зеркало, ароматические масла, пиктограммы, лист бумаги, карандаши, краски.

### Ход занятия.

**1. Приветствие.** Упр. «Солнечные лучики», «Цвет настроения».

**2. Разминка.** Упр. «Лягушка», «Ухо-нос», «Кулак-ребро-ладонь», «Изобрази эмоцию» (дифференцирование эмоций «Радость», «Грусть», «Удивление», «Злость», «Страх», «Вина»: спросить детей как можно определить то или иное состояние персонажей на картинке, пиктограмме. Попросить объяснить свой выбор).

**3. Беседа.** Поговорить с детьми о праздниках. Само слово «праздник» эмоционально связано с чем-то хорошим, радостным. И это вполне понятно: в праздничные дни родители дома, все собираются за большим столом. На котором вкусная еда, и самое

главное – детям разрешают есть больше сладкого и дарят подарки. Однако праздники любят все. Родные и друзья тоже хотят, чтобы их поздравили, сделали что-то приятное и подарили подарки. Поэтому важно, чтобы ребята поняли: праздничная атмосфера – это когда хорошо и радостно всем. Рассмотреть иллюстрации по теме. Сравнить две картинки. Чем они отличаются? Какое настроение у героев?

4. Почему у людей разное настроение? Подобрать пиктограммы.

Упр. «Подарок», «Наряжаем елку», «Идем в магазин».

5. Рисование праздничного настроения. Обсуждение рисунков.

6. **Прощание.** Упр. «Солнышко», «Мы».

**Занятие 3.4 Тема: «Радость, веселье (праздничное настроение). Щедрый - жадный»**

Количество часов 1.

Цели и задачи см. выше.

**Оборудование:** картинки с изображением эмоциональных состояний, солнышка и тучки, игрушка котенок, поросенок, щенок, мяч или воздушный шарик, набор «Цвет настроения», пиктограммы.

Ход занятия:

1. **Разминка.**

Приветствие. Упр. «Подари улыбку», «Подари настроение» (с мячом, или воздушным шариком, мыльными пузырями).

Упр. «Четыре стихии», «Идем в детский сад».

2 **Гимнастика.** Упр. «Солдат и тряпичная кукла», «Петрушка прыгает».

3. **Эмоции.** Упр. «Первый снег», «Вкусные конфеты», «Хорошее настроение», «Подарок», «Снегурочка».

4. **Общение.** Упр. «Жадный пес», «Праздничное настроение». Беседа.

5. **Поведение.** Упр. «Любящий сын», «Жадный поросенок». Беседа, обсуждение (желательное поведение).

6. **Завершение.** Упр. «До свидания!», «Мы».

**Занятие 3.5 Тема: «Тело в контакте».** Количество часов 1.

**Цель:** развивать сенсорную чувствительность.

**Задачи:**

Развивать позитивное отношение к своему телу. Снижение напряжения.

**Оборудование:** платок, большое зеркало.

Ход занятия.

**Приветствие.**

2. Упр. «Угадай, кто позвал». Дети встают в круг. В середине круга водящий с закрытыми глазами. Кто-либо из детей называет его по имени, водящий пытается узнать, кто его

позвал. Затем водящий меняется, игра продолжается. Дети называют орган чувств, который помог им.

Упр. «Показ жестами». Дети разделяются на пары. Один из детей жестами показывает напарнику, как надо чистить зубы, умываться, застегивать пуговицы и т. д. Затем дети меняются ролями, игра повторяется.

Упр. «Угадай на ощупь». Водящий закрывает глаза, к нему подходит кто-либо из детей, он должен на ощупь определить, кто подошел.

Упр. «Угадай, что это?» Дети сидят в кругу с закрытыми глазами. Ведущий кладет в руку каждому какой-либо предмет (орешек, камешек и т. д.). Дети, не открывая глаз, стараются на ощупь определить этот предмет и его качества: легкий или тяжелый, теплый или холодный, мягкий или твердый, гладкий или шероховатый. Игра повторяется несколько раз.

Упр. «Рисунок». Дети встают в круг, друг за другом. Один рисует на спине впереди стоящего какую-либо цифру. Ребенок не называет ее, рисует ту же цифру на спине стоящего впереди себя человека, и т. д., пока цифра не вернется к тому, кто первым нарисовал ее. Теперь цифру можно назвать, чтобы выяснить, верно ли ее передавали.

Упр. «Росток» см. выше.

Упр. «Мама и детеныш». Дети разделяются на пары. Один из детей играет роль мамы, другой – детеныша. Каждый выполняет свою функцию, т. е. ведет себя соответственно. Затем дети меняются ролями. Игра повторяется. Обсуждение: каково было в роли мамы, детеныша? Какая роль понравилась и почему? Понравилось ли поведение детеныша? Что хотелось сделать, чтобы изменить его поведение? Как мама ухаживала за детенышем? Приятно ли было, когда мама ухаживала за вами?

*Примечание.* Необходимо фиксировать способ контакта между детьми.

#### **4. Прощание.**

### **Занятие 3.6 Тема: «Путешествие в Страну Мечты»**

Количество часов 1.

**Цель:** учить детей сознательному расслаблению мышц, правильному дыханию.

**Задачи:**

1. Снижение напряжения.
2. Снижение тревожности.
3. Обучать дыхательным упражнениям.
4. Развивать концентрацию внимания.

**Оборудование:** отдельное помещение, мягкий ковер, приглушенный свет, магнитофон, диски с записью релаксационной музыки, набор «Цвет настроения», волшебная палочка, картинка с изображением Солнца.

Ход занятия.

1. **Приветствие.** См. выше.

2. **Дыхательные упражнения, упражнения на успокоение и концентрацию внимания.**

Упр. «Приветствие Солнцу» (часть комплекса А) или упр. «Движение Солнца».

Упр. «Дыхание животом», упр. «Дыхание Жужжащей пчелы», упр. «Девять дыханий», упр. «Наблюдение за дыханием» на выбор (см. выше).

Упр. «Поза Ворот» см. выше.

Упр. «Поза Рыбы»: лягте на спину и вытяните ноги. Приподнимите верхнюю часть туловища, руки согните в локтях, ладони направлены к полу. Смотрите вперед, поднимите голову, вытяните подбородок. Дышите глубоко.

3. **Релаксация.** Дети ложатся на ковер. Закрывают глаза. Слушают музыку.

4. **Беседа – обсуждение.** Дети медленно поднимаются. Удобно садятся на ковре. Беседа – обсуждение (Какая Страна Мечты, где ты был? Она большая или маленькая? Какого она цвета? Там тепло или холодно? Светло или темно? Кто живет в этой стране? Что ты делал? Может быть ты кого-то встретил? Какие чувства ты испытывал? Ты был там один или с кем-то? и т. д.). Рисование Страны Мечты. Обсуждение рисунков.

5. **Прощание.** Упражнение «Цвет настроения».

#### **Раздел 4. Я, ТЫ, МЫ**

##### **Занятие 4.1 Тема: «Дом, в котором ты хочешь жить»**

Количество часов 1.

**Цель:** определять с детьми их предпочтения по отношению к предметам обстановки и быта.

**Задачи:**

1. Сплочение коллектива.
2. Развивать позитивный образ «Я».
3. Снятие телесных зажимов, негативных переживаний.
4. Повышать самооценку ребенка, его значимость в коллективе.
5. Развивать представления о себе, укреплять уверенность в своих возможностях.
6. Обучать осознавать и выражать свои желания, мысли.

**Оборудование:** лист бумаги, цветные карандаши или краски, большое зеркало, мяч, «добрые ладошки», набор «Цвет настроения», картинка с изображением Солнышка, набор «Разноцветные ладошки», мыльные пузыри, пиктограммы, плюшевый мишка.

Ход занятия.

1. **Приветствие.** См выше.

2. **Разминка.** Упр. «Собираем добрые слова», «Скажи мишке добрые слова» - каждый из детей по очереди выходит в круг, держа мишку в руках, остальные дети называют мишку (или ребенка) добрыми словами.

3. **Беседа.** Побеседовать с детьми о доме, узнать нравится ли им их дом, а может быть они хотели пожить в другом доме? Какой это дом? Кто будет жить в нем с вами? Рассмотреть изображения домов, предметов домашней обстановки. Спросить детей знают ли они названия этих предметов? Назначение этих предметов? Обратить внимание детей на то, как расставлены предметы в комнате. Можно предложить детям «расставить мебель» в

своей комнате по их усмотрению. Попросите детей рассказать, какая это комната, какие предметы будут в ней находиться. Рисование дома, в котором хочешь жить. Обсуждение рисунков.

4. **Прощание.** Упр. «Я очень хороший!» - повторить с разной громкостью и интонацией несколько раз.

#### **Занятие 4.2 Тема: «Как принять гостей. Внимательный, равнодушный»**

Количество часов 1.

**Цель:** учить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками; помочь им понять, в чем состоит роль хозяина дома во время приема гостей. Обсудить с детьми качества внимательность, равнодушие и их значение в межличностных отношениях.

**Задачи:**

1. Развивать коммуникативные навыки.
1. Развивать умение самостоятельно устанавливать новые контакты.
2. Воспитывать уважение к сверстникам.
3. Развивать умение анализировать качества и поступки в разных ситуациях.
4. Обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками.
5. Воспитывать у детей радость общения.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, мыльные пузыри, картинка с изображением солнышка.

Ход занятия.

1. **Приветствие.**

2. **Разминка.** Упр. «Назови ласково», «Угости» («Угощу зайчика морковкой, ежика ... и т. д.»).

3. **Беседа.** Узнать, знают ли дети, как правильно принимать гостей, как правильно сервировать стол и т. д. Рассмотреть иллюстрации. Спросить детей, что подходит для угощения, а что не подходит.

Упр. «Накрываем на стол». Здесь важны не только конкретные действия и полезные навыки, но и приобщение детей к праздничной атмосфере. В процессе совместной деятельности дети почувствуют, что усилия направлены на то, чтобы доставить гостям удовольствие и разделить с ними радость общения. Обязательно спросить детей, кого они ждут в гости. В этой игре ребята лучше поймут, в чем состоит роль хозяина дома, когда он принимает друзей, готовит для них угощение. У игры могут быть разные варианты: праздничный стол, завтрак, обед, стол для сказочного персонажа и др.

4. **Прощание.**

#### **Занятие 4.3 Тема: «На природе. Погода и настроение»**

Количество часов 1.

**Цель:** Учить детей осознавать, как влияет природа на их чувства и настроения.

**Задачи:**

Развивать осознанное восприятие эмоции. Развивать умение адекватно выражать эмоциональное состояние. Развивать произвольную регуляцию своего эмоционального состояния.

4. Продолжать учить детей распознавать различные эмоции по выражению лица, мимике, пантомимике, жестам, позе, походке.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, большое зеркало, ароматические масла, пиктограммы, лист бумаги, карандаши, краски.

Ход занятия.

**Приветствие.** Упр. «Солнечные лучики», «Цвет настроения».

**2. Разминка.** Упр. «Лягушка», «Ухо-нос», «Кулак-ребро-ладонь», «Изобрази эмоцию» (дифференцирование эмоций «Радость», «Грусть», «Удивление», «Злость», «Страх», «Вина»: спросить детей как можно определить то или иное состояние персонажей на картинке, пиктограмме. Попросить объяснить свой выбор).

**3. Беседа.** Поговорить с детьми о разных временах года, о том. Какая погода бывает весной, летом, осенью, зимой. Какое время года им нравится больше и почему. Спросить детей зависит ли их настроение от погоды, как меняется их настроение. Показать детям, что мнения по поводу одного и того же времени года могут не совпадать, отличаться, что в ненастную погоду настроение может портиться и выяснить причины этого. Рассказать детям, как можно исправить плохое настроение. Помочь детям подобрать слова для выражения своих эмоций.

Рассмотреть иллюстрации по теме. Какое настроение у героев? Почему у детей разное настроение? Подобрать пиктограммы. Рассмотреть изображения двух полянок, попросить рассказать, какие чувства вызывают у детей эти картинки. Почему одну полянку можно назвать веселой, а другую – грустной? Чем отличаются эти две полянки? Как ты думаешь, почему они такие разные? Какая из них тебе больше нравится и почему?

Рисование настроения. Обсуждение рисунков.

**Прощание.** Упр. «Солнышко», «Мы».

**Занятие 4.4 Тема: «Чувства на природе (радость, спокойствие, вина, стыд)»**

Количество часов 1.

**Цель:** обучать детей выразительным движениям.

**Задачи:**

1. Упражнять в узнавании эмоций по внешним признакам.

2. Формировать моральные представления у детей.

3. Корректировать поведение с помощью ролевых игр.
4. Снимать эмоциональное напряжение.
5. Обучить ауторелаксации.

**Оборудование:** картинки с изображением эмоциональных состояний, солнышка и тучки, бабочка, игрушка лисенок, кукла, мяч или воздушный шарик, набор «Цвет настроения», пиктограммы.

#### 1. Разминка.

Приветствие. См. выше.

Упр. «Четыре стихии», «Тропинка».

1. **Гимнастика.** Упр. «Солнышко и тучка», «Цветок».
2. **Эмоции.** Упр. «Спи сладко», «Спящий котенок», «На берегу моря», «Игра с песком», «Стрекоза (бабочка) замерзла», «Старый гриб», «Лисенок боится».
3. **Общение.** Упр. «Спящий лисенок», «Смелый заяц», «Робкий бельчонок».
4. **Поведение.** Упр. «Туристы», «Потерялся». Беседа, обсуждение (желательное поведение).
5. **Завершение.** Упр. «До свидания!», «За синей птицей».

#### Занятие 4.5 Тема: «Тело в контакте»

**Цель:** осознание телесной активности в процессе межличностного взаимодействия, установление различных способов контакта.

Задачи:

1. Сплочение коллектива.
2. Снижение напряжения.
3. Познакомить с различными способами установления контакта.

**Оборудование:** мягкий ковер.

Ход занятия:

1. **Приветствие.** Дети сами выбирают способ контакта-приветствия: ладонь-ладонь, локоть-локоть, колено-колено и т. д.
2. **Упр. «Спина к спине».** Дети разделяются на пары, встают спиной друг к другу. Необходимо найти удобную позу, в которой комфортно находиться рядом. Стоять надо так, чтобы чувствовать свою спину и спину партнера. Вопросы: Удобно стоять или нет? Хочется продолжать стоять или что-то мешает? Какая спина у партнера – холодная, теплая? Затем дети меняются партнерами. Упражнение повторяется. Вопросы: изменилось ли что-нибудь? Удобно ли стоять с другим человеком или нет?

Упр. «Раскачивание спиной». Дети (в паре) садятся спиной друг к другу, переплетая руки под локтями. Раскачиваются вперед-назад. Затем стараются из этого положения встать вместе, помогая друг другу.

Упр. «Рисунок». Дети встают в круг, друг за другом. Один рисует на спине впереди стоящего какую-либо цифру. Ребенок не называет ее, рисует ту же цифру на спине стоящего впереди себя человека, и т. д., пока цифра не вернется к тому, кто первым нарисовал ее. Теперь цифру можно назвать, чтобы выяснить, верно ли ее передавали.

Упр. «Отбивание ритма». Дети встают в круг, друг за другом. Один из них отбивает ритм на спине партнера. Тот запоминает его, повторяет на спине впереди стоящего ребенка. Ритм должен вернуться к первому ребенку.

Упр. «Сиамские близнецы». Дети разделяются на пары, становятся плотно друг к другу, начинают движение вместе. По окончании упражнения обсуждение: понравилось ли упражнение или нет, почему, что запомнилось?

*Примечание.* При наблюдении фиксируется желание ребенка войти в тесный контакт с другим.

Упр. «Мама и детеныш». Дети разделяются на пары. Один из детей играет роль мамы, другой – детеныша. Каждый выполняет свою функцию, т. е. ведет себя соответственно. Затем дети меняются ролями. Игра повторяется. Обсуждение: каково было в роли мамы, детеныша? Какая роль понравилась и почему? Понравилось ли поведение детеныша? Что хотелось сделать, чтобы изменить его поведение? Как мама ухаживала за детенышем? Приятно ли было, когда мама ухаживала за вами?

*Примечание.* Необходимо фиксировать способ контакта между детьми.

Упр. «Театр прикосновений». Один ребенок ложится на пол, закрывает глаза. Ему необходимо сконцентрироваться на своих ощущениях. Другие дети прикасаются к нему: двое – к рукам, двое – к ногам, один – к голове. Дети могут использовать свой способ контакта, но их необходимо предупредить, что делать это они должны так, как хотелось, чтобы прикасались к ним. По окончании – обсуждение: понравилось ли упражнение или нет, почему.

*Примечание.* Необходимо, чтобы все дети внимательно выслушали лежащего, т. к. важно, чтобы ребенок знал реакцию другого на свои прикосновения к нему.

Упр. «Прикосновение». Дети разделяются на пары. Один из детей лежит, другой – прикасается по очереди к его частям тела (рукам, ногам, шее, лицу, стопам) различными предметами, среди которых должны быть мягкие и жесткие, холодные и теплые, гладкие и шершавые. Лежащий ребенок определяет какие ощущения приятны, а какие нет. Затем дети меняются местами, упражнение повторяется.

Упр. «Слепой и поводырь». По окончании – обсуждение: что помогало или мешало «слепому» довериться партнеру? Насколько был внимателен поводырь? Какая роль понравилась и почему?

*Примечание.* Фиксируется степень доверия к поводырю.

Упр. «Тряпичная кукла». Один из детей (в паре) изображает тряпичную куклу – лежит на полу в расслабленной позе, не помогает партнеру движениями, другой – играет с ним. Затем дети меняются ролями, игра повторяется. По окончании игры – обсуждение: кем больше понравилось быть куклой или человеком, почему? Насколько бережно человек обращался с куклой?

*Примечание.* При наблюдении фиксируются сигналы прошлого или настоящего опыта ребенка. Дети обращаются с куклами, как с людьми, и с людьми так же, как с куклами.

Упр. «Массаж в паре». Дети разделяются на пары. Один из детей лежит на полу, другой делает ему массаж – поглаживающие и похлопывающие движения по спине вдоль позвоночника сверху вниз, затем – по рукам от плеч к кистям.

*Примечание.* Необходимо обучить детей правильным движениям. Похлопывающие движения проводятся ладонями, пальцы которых сложены лодочкой. Позвоночник задевать нельзя.

#### **4. Прощание.**

##### **Занятие 4.6 Тема: «Путешествие в Таинственный Лес»**

Количество часов 1.

**Цель:** учить детей сознательному расслаблению мышц, правильному дыханию.

**Задачи:**

1. Снижение напряжения.
2. Снижение тревожности.
3. Обучать дыхательным упражнениям.
4. Развивать концентрацию внимания.

**Оборудование:** отдельное помещение, мягкий ковер, приглушенный свет, магнитофон, диски с записью релаксационной музыки, набор «Цвет настроения», волшебная палочка, картинка с изображением Солнца.

Ход занятия.

1. **Приветствие.** См. выше.

2. **Дыхательные упражнения, упражнения на успокоение и концентрацию внимания.**

Упр. «Приветствие Солнцу» (часть комплекса А) или упр. «Движение Солнца».

Упр. «Дыхание животом», упр. «Дыхание Жужжащей пчелы», упр. «Девять дыханий», упр. «Наблюдение за дыханием» на выбор (см. выше).

Упр. «Поза Дерева», «Поза Горы» см. выше.

Упр. «Поза Зайца» способствует успокоению и восстановлению равновесия. В позе Ребенка (см. выше) захватите руками пятки. Поставьте макушку головы на пол, пододвинув лоб как можно ближе к коленям. На вдохе поднимите туловище с пяток, на выдохе – вернитесь в исходное положение. Повторите несколько раз.

Упр. «Поза Цапли»: сядьте на пол. Согните левую ногу и подтяните стопу к левому бедру, вытянув пальцы назад. Согните правую ногу в колене и притяните ее к туловищу. Держите пятку обеими руками. Взгляд направлен на пальцы правой ноги. Удерживайте позу в течение десяти дыханий (спокойные вдох и выдох). На выдохе опустите правую ногу, повторите упражнение в другую сторону.

3. **Релаксация.** Дети ложатся на ковер. Закрывают глаза. Слушают музыку.

4. **Беседа – обсуждение.** Дети медленно поднимаются. Удобно садятся на ковре. Беседа – обсуждение (Какой Таинственный лес, где ты был? Какие в нем деревья? Там тепло или холодно? Светло или темно? Кто живет в этой стране? Что ты делал? Может быть ты кого-то встретил? Какие чувства ты испытывал? Ты был там один или с кем-то? и т. д.). Рисование Таинственного Леса. Обсуждение рисунков.

5. **Прощание.** Упражнение «Цвет настроения».

#### **Раздел 5. Настроения или мои настроения**

##### **Занятие 5.1 Тема: «Маски (Фоторобот)»**

Количество часов 1.

**Цель:** развивать воображение ребенка в воссоздании внешнего облика человека.

**Задачи:**

1. Сплочение коллектива.
2. Снижение тревожности.
3. Развивать позитивный образ «Я».
4. Повышать самооценку ребенка, его значимость в коллективе.
5. Развивать представления о себе, укреплять уверенность в своих возможностях.

**Оборудование:** лист бумаги, цветные карандаши или краски, большое зеркало, мяч, «добрые ладошки», набор «Цвет настроения», картинка с изображением Солнышка, набор «Разноцветные ладошки», мыльные пузыри, пиктограммы, плюшевый мишка, иллюстрации по теме.

Ход занятия.

**1. Приветствие.**

**2. Разминка.** Упр. «Какой ты?», «Я радуюсь, когда», «Мне нравится...», «Хлопнет в ладоши тот, кто сегодня веселый» и т. д.

**3. Беседа.** Рассмотреть вместе с детьми нарисованных персонажей. Их внешний облик различен. Попросить детей представить, кто эти люди, чем они занимаются, какой у них характер, затем придумать историю про каждого из них. Подобрать соответствующую пиктограмму, цвет настроения. Что будет, если изменить какую-либо деталь их внешности? Предложить детям игру: изменить облик человека, подбирая изображения отдельных черт лица. Переворачивая разные полоски разрезанного листа то вправо, то влево, дети будут менять изображения, сравнивать новый портрет с предыдущим. А еще можно любому возникшему персонажу придумать имя, настроение, характер. Дополняйте свои объяснения по ходу игры. Побуждайте воспитанников к творчеству, подсказывая варианты действий. Непременно похвалите детей за интересные ответы.

**4. Прощание.** «Раздувайся пузырь», «Мы» и т. д.

**Занятие 5.2 Тема: «Что надеть в гости».** Количество часов 1.

**Цель:** приучать детей следить за своим внешним видом; помочь им понять, что воспитанный человек стремиться понравиться окружающим и выглядит опрятно.

**Задачи:**

1. Развивать коммуникативные навыки.
2. Развивать умение самостоятельно устанавливать новые контакты.
3. Развивать умение анализировать качества и поступки в разных ситуациях.
4. Обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками.
5. Воспитывать у детей радость общения.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, мыльные пузыри, картинка с изображением солнышка.

Ход занятия.

**1. Приветствие.**

**2. Разминка.** Упр. «Хлопнет в ладоши тот, кто сегодня умывался» и т. д., «Изобрази».

**3. Беседа.** Побеседовать с детьми о том, что хорошо воспитанный человек всегда приятен окружающим, в том числе потому, что он следит за своей внешностью - всегда опрятно одет и аккуратно причесан, в то время как неряха выглядит отталкивающе. Целесообразно подчеркнуть, что когда собираешься в гости, о своей внешности нужно позаботиться более тщательно.

Рассмотреть иллюстрации по теме. Обратить внимание на внешний вид персонажей. Что нужно сделать, чтобы привести себя в порядок? На картинках есть предметы, которые могут им помочь. Теперь посмотрим другую картинку. Сравни, найди изменения во внешности героев.

Упр. «Помоги неряхе».

**4. Прощание.**

**Занятие 5.3 Тема: «Несовпадение настроений (плач, смех, испуг)»**

Количество часов 1.

**Цель:** Учить детей распознавать по внешним признакам различные настроения и эмоциональные состояния и анализировать их причины.

**Задачи:**

Развивать осознанное восприятие эмоции. Развивать умение адекватно выражать эмоциональное состояние. Развивать произвольную регуляцию своего эмоционального состояния.

4. Продолжать учить детей распознавать различные эмоции по выражению лица, мимике, пантомимике, жестам, позе, походке.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, иллюстрации из методики «Страна эмоций», большое зеркало, ароматические масла, пиктограммы, лист бумаги, карандаши, краски, книга, маски животных.

Ход занятия.

**1. Приветствие.** Упр. «Солнечные лучики», «Цвет настроения».

**2. Разминка.** Упр. «Лягушка», «Ухо-нос», «Кулак-ребро-ладонь», «Изобрази эмоцию» (дифференцирование эмоций «Радость», «Грусть», «Удивление», «Злость», «Страх», «Вина»: спросить детей как можно определить то или иное состояние персонажей на картинке, пиктограмме. Попросить объяснить свой выбор).

**3. Беседа.** Поговорить с детьми о разных эмоциональных состояниях. Обсудить причины их возникновения. Помочь детям подобрать слова для выражения своих эмоций.

Упр. «Я боюсь... (злюсь, радуюсь)», «Какая эмоция?», «Угадай эмоцию»

Рассмотреть иллюстрации по теме. Какое настроение у героев? Почему у детей разное настроение? Подобрать пиктограммы.

Чтение и обсуждение сказки Зинкевич- «Про Чебурашку» (Сказка , «Серое ухо»).

Рисование или драматизация сказки.

**4. Прощание.** Упр. «Солнышко», «Мы», «Мы – молодцы!».

**Занятие 5.4 Тема: «Смех, плач, испуг. Честность»**

Количество часов 1.

**Цель:** обучать детей выразительным движениям.

**Задачи:**

1. Упражнять в узнавании эмоций по внешним признакам.
2. Формировать моральные представления у детей.
3. Корректировать поведение с помощью ролевых игр.
4. Снимать эмоциональное напряжение.
5. Обучить ауторелаксации.

**Оборудование:** картинки с изображением эмоциональных состояний, солнышка и тучки, игрушка лисенок, кукла, мяч или воздушный шарик, набор «Цвет настроения», пиктограммы.

**1. Разминка.**

Приветствие. См. выше.

Упр. «Запомни движения», «Кто что делал?».

**2. Гимнастика.** Упр. «Солнышко и тучка», «Сосулька».

**3. Эмоции.** Упр. «Маски», «Заколдованный ребенок», «Лисенок боится».

**4. Общение.** Упр. «Таня-плакса», «Поссорились и помирились», «Три характера».

**5. Поведение.** Упр. «Ночные звуки», «Мороженое», «Вредное колечко». Беседа, обсуждение.

**6. Завершение.**

**Занятие 5.5 Тема: «Развитие невербальной коммуникации»**

Количество часов 1.

**Цель:** развитие невербальной коммуникации: мимики, пантомимики, жестикуляции.

**Задачи:**

1. Учить детей взаимодействовать друг с другом.

2. Сплочение коллектива.

3. Снижение телесного напряжения.

**Оборудование:** мелкие предметы (камешки, шишки, орехи, ракушки и т. д.).

Ход занятия:

1. **Приветствие.** Дети здороваются с помощью жестов.

2. Упр. «Угадай, что это?» Дети сидят в кругу с закрытыми глазами. Ведущий кладет в руку каждому какой-либо предмет (орешек, камешек и т. д.). Дети, не открывая глаз, стараются на ощупь определить этот предмет и его качества: легкий или тяжелый, теплый или холодный, мягкий или твердый, гладкий или шероховатый. Игра повторяется несколько раз.

Упр. «О чем говорит твой собеседник?» Дети разделяются на пары. Один сообщает другому о чем-либо без слов, с помощью мимики и жестов. Другой должен догадаться, о чем идет речь, и высказать свои соображения. Затем дети меняются ролями, игра повторяется.

*Примечание.* Можно использовать вариант игры, где один из детей показывает напарнику какую-нибудь позу, а тот определяет, кто это может быть.

Упр. «Незнайка». Выбирается водящий – «Незнайка». Дети задают ему любые вопросы, а тот изображает мимикой, жестами ответ «не знаю» (разводит руками, поднимает плечи, на лице – недоумение). Затем водящий меняется, игра продолжается.

Упр. «Показ жеста». Дети разделяются на пары. Один из детей жестами показывает напарнику, как надо чистить зубы, умываться, застегивать пуговицы и т. д. Затем дети меняются ролями, игра повторяется.

Упр. «Походка». Один из детей – водящий – демонстрирует походку или характерные движения какого-либо животного, остальные угадывают и называют это животное. Затем водящий меняется, игра продолжается.

Упр. «Передай предмет». Все встают в круг. Психолог, используя соответствующие движения, передает по кругу воображаемый предмет (мягкую игрушку, стеклянную вазу, воздушный шарик, горячую картошку и т. д.). По окончании упражнения – обсуждение: разные предметы требуют от нас различных телодвижений.

Упр. «Согласованные движения». Дети разделяются на пары, имитируют движение гребцов в лодке, людей, пилящих дрова, перетягивающих канат.

Упр. «Огонь-лед». Дети перемещаются по комнате. По команде «Лед!» останавливаются в той позе, в которой их застала команда, и напрягают мышцы. Когда прозвучит команда «Огонь!» – расслабляются и совершают произвольные, спонтанные движения. Игра повторяется несколько раз.

4. **Прощание.** Упр. «Путаница» см. выше.

**Занятие 5.6 Тема: «Путешествие в Страну Радости»**

Количество часов 1.

**Цель:** учить детей сознательному расслаблению мышц, правильному дыханию.

**Задачи:**

1. Снижение напряжения.

2. Снижение тревожности.

3. Обучать дыхательным упражнениям.
4. Развивать сосредоточение, концентрацию внимания.

**Оборудование:** отдельное помещение, мягкий ковер, приглушенный свет, магнитофон, диски с записью релаксационной музыки, набор «Цвет настроения», волшебная палочка, картинка с изображением Солнца, листы бумаги, краски, кисти, карандаши.

Ход занятия.

1. **Приветствие.** См. выше.
2. **Дыхательные упражнения, упражнения на успокоение и концентрацию внимания.**  
Упр. «Приветствие Солнцу» (часть комплекса А) или упр. «Движение Солнца».  
Упр. «Дыхание животом», упр. «Дыхание Жужжащей пчелы», упр. «Девять дыханий»,  
упр. «Наблюдение за дыханием» на выбор (см. выше).  
Упр. «Поза ребенка», упр. «Вытяжение в позе ребенка», упр. «Поза эмбриона (для детей –  
поза малыша)» на выбор.
3. **Релаксация.** Дети ложатся на ковер. Закрывают глаза. Слушают музыку.
4. **Беседа – обсуждение.** Дети медленно поднимаются. Удобно садятся на ковре. Беседа – обсуждение (Какая Страна Радости, где ты был? Она большая или маленькая? Какого она цвета? Там тепло или холодно? Светло или темно? Кто живет в этой стране? Что ты делал? Может быть, ты кого-то встретил? Какие чувства ты испытывал? Ты был там один или с кем-то? и т. д.). Рисование Страны Радости. Обсуждение рисунков.
5. **Прощание.** Упражнение «Цвет настроения».

**Раздел 6. Вместе веселее**

**Занятие 6.1 Тема: «Конфликты между детьми. Ссора. Смелый, трусливый»**

Количество часов 1 - 2.

**Цель:** учить детей самостоятельно разрешать межличностные конфликты, учитывая при этом состояние и настроение другого человека; пользоваться нормами-регуляторами (уступить, договориться, соблюдать очередность, извиниться и др.). Учить детей анализировать причины ссор и конфликтов. Обсудить с детьми качества смелость, трусость и их значение для общения с окружающими

**Задачи:**

1. Развивать коммуникативные навыки.
2. Развивать умение самостоятельно устанавливать новые контакты.
3. Воспитывать уважение к сверстникам.
4. Развивать умение анализировать качества и поступки в разных ситуациях.
5. Обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, мыльные пузыри, картинка с изображением солнышка, маски эмоций.

#### Ход занятия.

##### 1. Приветствие.

##### 2. Разминка. Упр. «Улитка», «Построй башню» («Картонные башни» К. Фопель).

##### 3. Беседа-обсуждение. Обсудить ситуации, изображенные на картинках. Обратить внимание детей на причины возможных конфликтов.

**Игра-тренинг.** Рассмотреть вместе с детьми ситуацию, изображенную на картинке. Спросить детей, что скажут персонажи друг другу. Составить вместе с детьми диалоги героев, используя приведенные высказывания или придумывая новые. Поинтересоваться, помиряются ли герои? Если дети выбирают конфликтные высказывания, которые приводят к ссоре, разыграйте другой диалог, спросите: «Как их помирить? Что они скажут друг другу?» Если последовательность получится иная, предложите детям другой диалог: «Как они могли поссориться? Что они сказали друг другу?». Подвести детей к пониманию того, что ссоры можно избежать, если захотеть.

Упр. «Поссорились – помирились» (диалог в двух вариантах – ссоры и примирения). Обязательно спрашивать детей, что они чувствуют, обратить внимание на выражение лица. Остальные дети могут давать советы для разрешения конфликта. Одну и ту же ситуацию можно проиграть несколько раз. При этом задавайте вопросы: а как еще дети могут договориться, чтобы не поссориться? В каком случае они поссорятся снова?

##### 4. Прощание.

**Занятие 6.2 Тема: «Твоя любимая сказка».** Количество часов 1.

**Цель:** определять вместе с детьми их предпочтения по отношению к сказкам, сравнивать с предпочтениями других людей.

**Задачи:**

1. Снижение тревожности.
2. Развивать позитивный образ «Я».
3. Повышение самооценки ребенка, его значимости в коллективе.
4. Развивать представления о себе, укреплять уверенность в своих возможностях.
5. Обучать осознавать, выражать свои желания, мысли.

**Оборудование:** лист бумаги, цветные карандаши или краски, большое зеркало, мяч, «добрые ладошки», набор «Цвет настроения», картинка с изображением Солнышка, набор «Разноцветные ладошки», мыльные пузыри, пиктограммы, иллюстрации по теме, костюмы.

#### Ход занятия.

##### 1. Приветствие. Упр. «Подари настроение», «Цвет настроения»,

##### 2. Разминка. Упр. «Что изменилось?», «Дорисуй».

3. **Беседа.** Вместе с детьми вспомнить, какие сказки они знают. Спросить, какая сказка им больше нравится, что привлекает их в героях и почему. Можно помочь детям сформулировать привлекательные для них качества персонажей (смелый, добрый, находчивый и т. д.). Рассмотреть иллюстрации. Персонажи каких сказок изображены? Есть ли среди них герои любимых сказок? Подобрать пиктограммы к героям сказок. Можно предложить детям рассказать о любимом герое. Упр. «Изобрази». Рисование любимого героя. Обсуждение рисунков.

##### 4. Прощание.

### **Занятие 6.3 Тема: «Страх. Смелый, трусливый»**

Количество часов 1.

**Цель:** обучать детей выразительным движениям.

**Задачи:**

1. Упражнять в узнавании эмоций по внешним признакам.
2. Формировать моральные представления у детей.
3. Корректировать поведение с помощью ролевых игр.
4. Снимать эмоциональное напряжение.
5. Обучить ауторелаксации.

**Оборудование:** картинки с изображением эмоциональных состояний, солнышко и тучки, бабочка, игрушка лисенок, кукла, мяч или воздушный шарик, набор «Цвет настроения», пиктограммы.

#### **1. Разминка.**

Приветствие. См. выше.

Упр. «Противоположные движения», «Незнайка».

**2. Гимнастика.** Упр. «Солнышко и тучка», «Силач (штанга)».

**3. Эмоции.** Упр. «Я грозный боец», «На берегу моря», «Лисенок боится».

**4. Общение.** Упр. «Кошка и мышка».

**5. Поведение.** Упр. «Ночные звуки», «У страха глаза велики» и др. (сказка - драматизация). Беседа, обсуждение.

**6. Завершение.**

### **Занятие 6.4 Тема: «Чувства и предпочтения»**

Количество часов 1.

**Цель:** Развивать у детей понимание того, что чувства и настроения человека связаны с его предпочтениями.

**Задачи:**

Развивать осознанное восприятие эмоции. Развивать умение адекватно выражать эмоциональное состояние. Развивать произвольную регуляцию своего эмоционального состояния.

4. Продолжать учить детей распознавать различные эмоции по выражению лица, мимике, пантомимике, жестам, позе, походке.

**Оборудование:** «добрые ладошки», мяч, набор «Цвет настроения», воздушный шарик, иллюстрации по теме, большое зеркало, пиктограммы, карандаши, краски, лист бумаги.

Ход занятия.

**1. Приветствие.** Упр. «Солнечные лучики», «Цвет настроения».

**2. Разминка.** Упр. «Лягушка», «Ухо-нос», «Кулак-ребро-ладонь», «Изобрази эмоцию» (дифференцирование эмоций «Радость», «Грусть», «Удивление», «Злость», «Страх», «Вина»: спросить детей как можно определить то или иное состояние персонажей на картинке, пиктограмме). Попросить объяснить свой выбор.

**3. Беседа.** Упр. «Хлопнет тот, кто...», «Мне нравится», «Мне не нравится». Спросить детей: «почему одним больше нравится спокойно сидеть и смотреть картинки, а для другого это скучное занятие? Почему один встает рано, а другой любит поспать подольше? и т. д.». Поговорить с детьми о том, что и они сами и все люди – разные, и поэтому им нравится разное. Необходимо, чтобы каждый ребенок высказался, что ему больше нравится, и как меняется его настроение. Это поможет детям лучше осознать свои предпочтения и чувства, с ними связанные. Обобщить сказанное детьми: чьи вкусы совпадают, а чьи различаются и в чем. Вместе сделать вывод: предпочтения другого надо знать и не стремиться делать то, что ему не по душе. Подобрать пиктограммы к каждой иллюстрации. Это позволит узнать предпочтения ребенка.

Упр. «Подбери пиктограмму». Попросить объяснить свой выбор, обратить внимание на чувства, которые испытывают дети. Попросить детей нарисовать свое предпочтение. Обсуждение рисунков.

**4. Прощание.** Упр. «Солнышко», «Мы», «Мы – молодцы!».

**Занятие 6.5 Тема: «Развитие невербальной коммуникации»**

Количество часов 1.

**Цель:** развитие невербальной коммуникации: мимики, пантомимики, жестикуляции.

**Задачи:**

1. Учить детей взаимодействовать друг с другом.
2. Сплочение коллектива.
3. Снижение телесного напряжения.

**Оборудование:** мелкие предметы (камешки, шишки, орехи, ракушки и т. д.).

Ход занятия:

**1. Приветствие.** Дети здороваются с помощью жестов.

**2. Упр. «Угадай, что это?»** Дети сидят в кругу с закрытыми глазами. Ведущий кладет в руку каждому какой-либо предмет (орешек, камешек и т. д.). Дети, не открывая глаз, стараются на ощупь определить этот предмет и его качества: легкий или тяжелый, теплый или холодный, мягкий или твердый, гладкий или шероховатый. Игра повторяется несколько раз.

**Упр. «О чем говорит твой собеседник?»** Дети разделяются на пары. Один сообщает другому о чем-либо без слов, с помощью мимики и жестов. Другой должен догадаться, о чем идет речь, и высказать свои соображения. Затем дети меняются ролями, игра повторяется.

*Примечание.* Можно использовать вариант игры, где один из детей показывает напарнику какую-нибудь позу, а тот определяет, кто это может быть.

Упр. «Незнайка». Выбирается водящий – «Незнайка». Дети задают ему любые вопросы, а тот изображает мимикой, жестами ответ «не знаю» (разводит руками, поднимает плечи, на лице – недоумение). Затем водящий меняется, игра продолжается.

Упр. «Показ жестами». Дети разделяются на пары. Один из детей жестами показывает напарнику, как надо чистить зубы, умываться, застегивать пуговицы и т. д. Затем дети меняются ролями, игра повторяется.

Упр. «Походка». Один из детей – водящий - демонстрирует походку или характерные движения какого-либо животного, остальные угадывают и называют это животное. Затем водящий меняется, игра продолжается.

Упр. «Передай предмет». Все встают в круг. Психолог, используя соответствующие движения, передает по кругу воображаемый предмет (мягкую игрушку, стеклянную вазу, воздушный шарик, горячую картошку и т. д.). По окончании упражнения – обсуждение: разные предметы требуют от нас различных телодвижений.

Упр. «Согласованные движения». Дети разделяются на пары, имитируют движение гребцов в лодке, людей, пилящих дрова, перетягивающих канат.

Упр. «Огонь-лед». Дети перемещаются по комнате. По команде «Лед!» останавливаются в той позе, в которой их застала команда, и напрягают мышцы. Когда прозвучит команда «Огонь!» - расслабляются и совершают произвольные, спонтанные движения. Игра повторяется несколько раз.

**4. Прощание.** Упр. «Путаница» см. выше.

**Занятие 6.6 Тема: «Путешествие в Страну Смелости или Смелых Человечков»**

Количество часов 1.

**Цель:** учить детей сознательному расслаблению мышц, правильному дыханию.

**Задачи:**

1. Снижение напряжения.
2. Снижение тревожности.
3. Обучать правильному дыханию.
4. Развивать концентрацию внимания.

**Оборудование:** отдельное помещение, мягкий ковер, приглушенный свет, магнитофон, диски с записью релаксационной музыки, набор «Цвет настроения», волшебная палочка, картинка с изображением Солнца, листы бумаги, краски, кисти, карандаши, «Смелый Человечек».

Ход занятия.

**1. Приветствие.** См. выше.

**2. Дыхательные упражнения, упражнения на успокоение и концентрацию внимания.**

Упр. «Приветствие Солнцу» (часть комплекса А) или упр. «Движение Солнца».

Упр. «Дыхание животом», упр. «Дыхание Жужжащей пчелы», упр. «Девять дыханий», упр. «Наблюдение за дыханием» на выбор (см. выше).

Упр. «Поза Героя», упр. «Поза Воина 1», упр. «Поза Воина 2» на выбор (см. выше).

**3. Релаксация.** Дети ложатся на ковер. Закрывают глаза. Слушают музыку.

**4. Беседа – обсуждение.** Дети медленно поднимаются. Удобно садятся на ковре. Беседа – обсуждение (Какая Страна Смелости, где ты был? Она большая или маленькая? Какого она цвета? Там тепло или холодно? Светло или темно? Кто живет в этой стране? Что ты делал? Может быть, ты кого-то встретил? Какие чувства ты испытывал? Ты был там один или с кем-то? и т. д.). Рисование Страны Смелости. Обсуждение рисунков.

**5. Прощание.** Упражнение «Цвет настроения».

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. , Дубовый страхов. Учебно-методическое пособие. – Самара: Изд-во СГПУ ([факультет психологии](#)). – 2004. – 112 с.
2. Ветрова психологического здоровья. – М.: Педагогическое общество России, 2000. – 192 с.
3. Вологодина Тренинг самостоятельности у детей. – Ростов н/Дону: Феникс, 20с.
4. Ганичева -ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми 5-7 лет. – М.: Книголюб, 2004. – 144 с.
5. Гарбузов дети: Советы врача. – Л.: Медицина, 1990. – 176 с.
6. Гиппенрейтер с ребенком. Как? – М.: Астрель, 2007. – 240 с.
7. Громова эмоций. – М.: «ПЕРСПЕКТИВА», 2002. – 25 с.
8. В мире детских эмоций: пособие для [практических работников](#) ДОУ. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 160 с.
9. Джон Дилео Детский рисунок. – М.: Апрель Пресс, 20с.
10. Залеская И. Развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста: Коррекционно-развивающая программа// Школьный психолог – [январь 2006](#), № 1. – с. 20-30.
11. Зинкевич-Евстигнеева по сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2006. – 320 с.
12. Истратова по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. – Ростов н/Дону: Феникс, 2008. – 349с.
13. Я, ты, мы: Социально-эмоциональное [развитие детей](#) от 3 до 6 лет. – М.: Просвещение, 2005. – 93 с.
14. Кристина Браун Йога Общее руководство. – М.: Кладезь-Букс, 2006. – 400 с.
15. Лабиринт души: Терапевтические сказки/Под редакцией , – М.: Академический Проект, 2008. – 176 с.
16. Минаева эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 1999. – 48 с.

17. Никифорова и запах радости: Цикл занятий по развитию эмоциональной сферы. – М.: Книголюб, 2005. – 48 с.
18. Тренинг по сказкотерапии/Под редакцией Зинкевич- – СПб.: Речь, 2007. – 176 с.
19. Хухлаева к своему Я. – М.: Генезис, 2008. – 344 с.
20. Чистякова . – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 160 с.
21. Широкова дошкольного психолога. – Ростов н/Дону: Феникс, 20с.
22. Широкова для детского психолога. – Ростов н/Дону: Феникс, 20с.
23. Шишова помочь ребенку избавиться от страхов. Страхи – это серьезно. – СПб.: Речь, 2007. – 104 с.

**Список литературы,  
рекомендованной родителям, педагогам**

1. Вологодина Тренинг самостоятельности у детей. – Ростов н/Дону: Феникс, 20с.
2. Гиппенрейтер с ребенком. Как? – М.: Астрель, 2007. – 240 с.
3. Я, ты, мы: Социально-эмоциональное развитие детей от 3 до 6 лет. – М.: Просвещение, 2005. – 93 с.
4. Лабиринт души: Терапевтические сказки/ Под редакцией , – М.: Академический Проект, 2008. – 176 с.
5. Минаева эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 1999. – 48 с.
6. Тренинг по сказкотерапии/Под редакцией Зинкевич- – СПб.: Речь, 2007. – 176 с.
7. Чистякова . – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 160 с.
8. Шишова помочь ребенку избавиться от страхов. Страхи – это серьезно. – СПб.: Речь, 2007. – 104 с.