

**ПРИНЯТА**  
Советом педагогов  
МАДОУ д/с№10 «Солнышко»  
Протокол № 5 от 22.07.2019.

**СОГЛАСОВАНА**  
Родительским комитетом  
Протокол № 5 от 22.07.2019

**УТВЕРЖДЕНА**  
Заведующим МАДОУ детский сад № 10  
«Солнышко»  
/Т.Н. Скрыбина  
Приказ № 62 от 22.07.2019



Дополнительная общеобразовательная программа  
Формирование психологического здоровья дошкольника.  
**«Давай дружить. Дошкольник в мире общения со  
сверстниками и взрослыми»**

Вид программы – общеразвивающий

Направленность – социально-педагогическая

Вид деятельности – психология

Полная продолжительность реализации программы – 4 года

Педагог дополнительного образования:

Посикунова Татьяна Александровна

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
Формы и режим работы.....	5
Ожидаемый результат.....	5
Цели и задачи.....	5
Требования к проведению коррекционно-развивающей программы.....	6
Методы отслеживания эффективности программы.....	7
Форма отчетности образовательных результатов.....	7
2. Учебно-тематический план и содержание программы .....	8
Тематическое планирование психологических занятий для детей 3-4 года.....	8
Тематическое планирование психологических занятий для детей 4-5 лет .....	11
Тематическое планирование психологических занятий для детей 5-6 лет.....	15
Тематическое планирование психологических занятий для детей 6-7 лет.....	17
Структура и форма занятий.....	19
3. Содержательный раздел.....	21
4. Организационный раздел материально-технического обеспечения.....	27
Психологические условия реализации программы.....	28
Методические приемы.....	29
5. Список литературы.....	32

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дошкольный возраст – важнейший этап в развитии ребенка. Это период его приобщения к миру общечеловеческих ценностей. Вместе с тем детский возраст характеризуется повышенной ранимостью и чувствительностью. Число новорожденных детей с различными недостатками развития неуклонно растет. Все чаще наблюдаются нарушения психического здоровья, нервно – психические расстройства у детей. По данным некоторых исследований (Захаров А.И. «Неврозы у детей»), в возрасте одного – трех лет заметно нервным является каждый четвертый ребенок без особых различий по полу. Перед детьми, страдающими нервно – психическими расстройствами встает проблема социально – психологической адаптации: нет контакта, общения со сверстниками, ребенок не принят, изолирован или отвергнут. Между тем, успешное становление отношений ребенка со сверстниками – основное условие его развития, важнейший фактор формирования личности. Недостаточно развитые навыки общения, проблемы эмоционально – волевой и познавательной сфер личности ребенка приводят к множеству психологических проблем и нервно - психическим заболеваниям.

Очевидно, что развитие ребенка необходимо начинать с раннего возраста. Дошкольный период является сенситивным для развития многих психических процессов. Элементарные нравственные представления и чувства, простейшие навыки поведения, приобретенные ребенком в этот период, из «натуральных», по Л.С. Выготскому, должны стать «культурными», т.е. превратиться в высшие психологические функции и стать фундаментом для развития новых форм поведения, правил и норм.

**Актуальность** программы заключается в том, что на разных этапах психического развития ребенок в сотрудничестве со сверстниками активно усваивает потребность в общении, поскольку именно общение является обязательным условием существования человека и вместе с тем одним из основных факторов и важнейшим источником его психического развития в онтогенезе.

Анализ литературы позволил выделить главные особенности общения дошкольников со сверстниками: большое разнообразие коммуникативных действий и их широкий диапазон, яркая эмоциональная насыщенность, нестандартность, нерегламентированность контактов детей, преобладание инициативных действий над ответными.

У детей дошкольного возраста неустойчивая эмоционально-волевая регуляция: они не могут управлять своими эмоциональными состояниями, в связи с чем у них наблюдается импульсивное поведение, сложности в общении со сверстниками и взрослыми.

Поэтому необходима работа по постепенному формированию осознания и контроля своих переживаний, понимания эмоциональных состояний других людей, развития волевого поведения.

Данная программа предусмотрена для работы с детьми от 3 до 7 лет в рамках дошкольных образовательных учреждений. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Дополнительная образовательная программа МАДОУ детский сад № 10 «Солнышко» «Давай дружить. Дошкольник в мире общения со сверстниками и взрослыми» **социально-педагогической направленности, ориентирована на:**

- ✓ создание условий для развития личности ребенка;
- ✓ развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- ✓ обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- ✓ приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям;
- ✓ профилактику асоциального поведения;
- ✓ удовлетворение индивидуальных потребностей детей и их родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся в интеллектуальном и нравственном развитии;
- ✓ социализацию и адаптацию ребенка к жизни в обществе;
- ✓ укрепление психического и физического здоровья.

Содержание Программы разработано в соответствии с нормативно-правовой базой:

– Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».

– Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

– Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Занятия проводятся индивидуальные и подгрупповые.

### **Категория слушателей, для которых предназначена программа**

Программа разработана для дополнительного образования детей дошкольного возраста 3 - 7 лет по запросу родителей. Срок реализации 4 года.

## Формы и режим занятий

Формой обучения являются специально организованные групповые (1 - 5 человек) занятия. Формой осуществления образовательного процесса является учебная группа, с постоянным составом, составленная по возрастному принципу.

Возрастная группа	Возраст детей	Длительность занятия	Количество занятий в неделю	Количество занятий в год
Младшая группа	3 – 4 года	15 минут	1	36
Средняя группа	4 – 5 лет	20 минут	1	36
Старшая группа	5 – 6 лет	25 мин	1	36
Подготовительная группа	6 – 7 лет	30 мин	1	36

## Ожидаемые результаты

- У детей улучшится внимание, память, мышление, восприятие, воображение;
- У детей стабилизируется эмоциональное состояние;
- У детей сформируются коммуникативные навыки, также необходимые для успешного протекания процесса обучения;
- У детей повысится интерес к усвоению нового, возрастёт желание экспериментировать;
- У детей будет развита мелкая моторика в соответствии с возрастом;
- Ребенок способен адекватно реагировать в различных ситуациях;
- Познавательные функции развиты на более высоком уровне;
- Ребенок способен слушать своего собеседника.

## Цель и задачи реализации Программы

Цель – раскрытие творческого, эмоционально-нравственного и интеллектуального потенциала детей.

### Задачи:

1. Развивать эмоциональную сферу. Введение ребенка в мир ребенка в мир человеческих эмоций.
2. Развивать коммуникативные умения, необходимые для успешного развития процесса общения.
3. Развивать волевую сферу – произвольности и психических процессов, саморегуляции, необходимых для успешного обучения в школе.
4. Развивать личностную сферу – формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе.

5. Развивать интеллектуальную сферу – развитие мыслительных умений, наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического, творческого и критического мышления.

6. Формировать позитивную мотивацию к обучению.

7. Развивать познавательные и психические процессы – восприятие, память, внимание, воображение.

8. развивать у детей навыки межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

**Для реализации поставленных задач используются:**

- психогимнастика;
- релаксационные упражнения;
- арт-терапия (рисование);
- сказкотерапия;
- песочная терапия (Sand Art);
- телесно-ориентированная терапия;
- техники функциональной тренировки поведения;
- проблемная дискуссия;
- психологическая игра;
- визуализация;
- ролевое проигрывание ситуаций;
- нейройога;
- дыхательная гимнастика.

### **Требования к проведению коррекционно-развивающей программы**

Программа предназначена для работы с детьми дошкольного возраста от 3-7 лет. Минимальная численность группы - 1 человек, максимальная – 5 человек. Занятия проходят 1 раза в неделю. Групповая работа должна проводиться в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении, в интерьере комнаты должны преобладать спокойные неяркие цвета. Для обеспечения занятий необходимы: бумага, различные журналы (для создания коллажа) простые и цветные карандаши, ручки, клей, ножницы, комплект карточек “Мир эмоций”, “Моя семья”, проигрыватель.

Структура занятий включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку и основное упражнение. Ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и ритуал прощания

(при необходимости рефлексия проводится после выполнения конкретного упражнения).

### Методы отслеживания эффективности программы

Результативность, эффективность программы можно выявить путем психодиагностического обследования. На протяжении курса занятий обследование проводится два раза: до проведения коррекционно-развивающих занятий по данной программе – по результатам диагностики формируются участники индивидуальных занятий и после прохождения всего курса – итоговая диагностика (по результатам итоговой диагностики и на основе сравнительного анализа результатов входящей и итоговой диагностики делается вывод об эффективности произошедших изменений у каждого ребенка). При проведении психодиагностического обследования (как входящей диагностики, так и итоговой) используется следующий психодиагностический инструментарий:

#### Диагностика психоэмоционального состояния.

- 1.Методика «Разложи картинки»
- 2.Методика «Угадай, чего не стало?»
- 3.Методика «Паровозик»
4. Методика"Рукавичка"
- 5.Методика«Два дома»
- 6.Цветовой тест Люшера
- 7.Методика «Рисунок семьи»
- 8.Методика «Кактус»
9. Методика «Запрещенные слова»

Беседы с воспитанниками, наблюдение за детьми в режимные моменты, в игровой и в свободной деятельности.

#### Диагностика для детей 3-4 лет

№п/п	Фамилия, Имя ребенка	Разложи картинки		Два дома		«Угадай, чего не стало?»		Итоги	
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.

#### Диагностика для детей 4-5 лет

№п/п	Фамилия, Имя ребенка	Цветовой тест Люшера		Два дома		Паровозик		Рисунок "Моя семья"		Итоги	
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.

## Диагностика для детей 5-6лет

№п/п	Фамилия, Имя ребенка	Цветовой тест Люшера		Рисунок "Моя семья"		Два дома		«Рукавичка»		«Запрещенные слова»		Итоги	
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.

## Диагностика для детей 6-7лет

№п/п	Фамилия, Имя ребенка	Цветовой тест Люшера		Рисунок "Моя семья"		Два дома		«Рукавичка»		«Запрещенные слова»		кактус		Итоги	
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.

### Формы отчетности образовательных результатов:

1. Табель учета результатов дополнительной образовательной программы.
2. Отчет о результативности дополнительной образовательной программы на конец года.

### Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- альбомы,
- открытое занятие для родителей в конце учебного года (при отсутствии ограничительных мер).

Оценочные материалы: Результативность программы выявляется путем обследования, проводимого 2 раза в год: до начала занятий и после их окончания (проводится в рамках общей программы, не входят дети адаптационных групп).

## 2. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Тематическое планирование психологических занятий для детей от 3 до 4 лет

№ п/п	месяц	тема	цели	Кол-во занятий
1	Сентябрь	«Божия коровка»	создание положительного эмоционального настроения в группе; развитие умения действовать соответственно правилам игры;	1
		«Божия коровка»		2

			<p>развитие координации движений, общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле;</p> <p>развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов);</p> <p>развитие внимания, речи и воображения.</p>	
		«Листопад»	создание атмосферы эмоциональной безопасности;	3
		«Листопад»	<p>снятие эмоционального и мышечного напряжения;</p> <p>снижение импульсивности, повышенной двигательной активности;</p> <p>развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп;</p> <p>развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакций;</p> <p>развитие речи, воображения, творческих способностей.</p>	4
2	Октябрь	«Мячик»	сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками;	5
		«Мячик»	<p>повышение эмоционального тонуса;</p> <p>развитие чувства ритма, координации движений;</p> <p>развитие ориентации в пространстве;</p> <p>обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов;</p> <p>развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.</p>	6
		Прогулка в осенний лес	<p>сплочение группы, развитие эмпатии;</p> <p>развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию;</p> <p>снижение излишней двигательной активности;</p>	7
		Прогулка в осенний лес	<p>обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету;</p> <p>развитие пространственных представлений, умения отображать в речи с помощью предлогов (на, под, в, за и др.) местонахождение вещей;</p> <p>развитие общей моторики;</p> <p>развитие памяти, речи и воображения.</p>	8
3	Ноябрь	Веселый петрушка	развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха;	9
		Веселый петрушка	<p>закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка - мальчик);</p> <p>закрепление пространственных представлений («верх», «низ»);</p> <p>развитие общей и мелкой моторики;</p>	10

			развитие восприятия, речи и воображения.	
		Мячики	Развитие коммуникативных навыков, снятие эмоционального и мышечного напряжения,	11
		Забавные мячики	развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха, развитие ориентации в собственном теле, общей и мелкой моторики, зрительного восприятия, речи и воображения.	12
		Мячики		13
4	Декабрь	Музыканты	Создание положительной эмоциональной обстановки, сплочение группы, отработка умения согласовывать свои действия с действиями других, с ритмом и текстом,	14
		Музыканты	развитие образности слухового восприятия, слуховой и зрительной памяти, общей и мелкой моторики, внимания, речи, воображения.	15
		Новый год	Создание положительного эмоционального настроения в группе, отработка умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом и текстом музыки, отработка быстроты реакции,	16
		Новый год	развитие мелкой и общей моторики, ориентации в собственном теле, тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.	17
5	Январь	Зайка	Создание положительного эмоционального настроения в группе, развитие умения подражать движениям взрослого, развитие координации движений, общей и мелкой моторики, умения подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции, снижение излишней активности, импульсивности, развитие тактильного восприятия, внимания, речи, воображения.	18
		Зайка		19
		«В гостях у мушки Жужи и её друзей»	Развитие речедвигательной активности. Развитие мелкой моторики и двигательной координации. Развитие реакции на словесный сигнал.	20
		«В гостях у мушки Жужи и её друзей»	Профилактика психоэмоционального и телесного напряжения.	21
6	Февраль	Мишка	Сплочение группы, развитие эмпатии, снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности,	22
		Мишка	развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом стиха, с правилами игры, развитие координации движений, общей и мелкой моторики, внимания, речи, воображения.	23
		Котята	Формирование положительной самооценки, развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга, снятие мышечного напряжения, развитие умения выражать эмоции,	24
		Котята	развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки, развитие моторики, координации движений, пространственных представлений, внимания, речи, воображения.	25
7	М а р т	«Мамин	Оптимизация детско-родительских отношений, воспитание доброго	26

		день»	отношения к маме, развитие двигательных навыков, восприятия, внимания, речи.	27
		«Мамин день»		
		Непослушные мышата	Преодоления упрямства, негативизма, а период кризиса трех лет, формирование положительной самооценки, развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм, развитие слухового внимания, быстроты реакций, общей и мелкой моторики, чувства юмора, речи и воображения.	28 29
		Непослушные мышата		
8	Апрель	Мыльные пузыри	Снятие эмоционального напряжения и агрессии, снижение излишней двигательной активности, импульсивности, обучение установлению контакта друг с другом, сплочение группы, развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, внимания, речи, воображения.	30 31
		Мыльные пузыри		
		Колобок	Сплочение группы, развитие эмпатии, обучение навыкам сотрудничества, снятие страхов перед сказочными героями, развитие мелкой и общей моторики, координации движений, развитие восприятия, пространственных представлений, внимания, речи, воображения.	32 33
		Колобок		
9	май	Путешествие в страну Безопасности	Познакомить с предметами, которые могут служить источниками опасности; формирование представлений об опасных для ребенка ситуациях и способах поведения в них; Развивать умение в экстремальных ситуациях быть спокойным, не паниковать; приобщение детей к правилам безопасного поведения; Воспитывать в детях чувство ответственности, безопасности и самосохранения.	34 35
		Приключения куклы Непослушки		
		Путешествие в страну Безопасности		36

### Тематическое планирование психологических занятий для детей от 4 до 5 лет

№ п/п	месяц	тема	цели	Кол-во занятий
1	сентябрь	Знакомство с песком	развитие психомоторных навыков, пространственного мышления, речь, воображения и творческие способности детей; развитие интереса к познанию самого себя и окружающего мира природы.	1
		«Чувствительные ладошки»	свободное владение кистями обеих рук; развитие творчества и воображения посредством работы в технике рисования песком; корректировать психо-эмоциональное состояние воспитанников.	2

		«Две песочные страны»	формирование социальной компетенции детей, укрепление психического здоровья, развитие творческих, познавательных способностей и речи.	3
		«Волшебный огород»	стимулирование проявления творчества; развитие мелкой моторики, тактильно-кинестетической чувствительности; коррекция эмоционально-личностной сферы;	4
2	октябрь	«Шла коза рогатая»	совершенствование диалогической речи; воспитывание умения слушать друг друга; закрепление знания о профессиях; развитие и расширение представлений ребенка об окружающем его мире живой и неживой природы.	5
		«Сказка про Улитку»	развивать фантазию, любознательность; коррекция представлений ребенка о цвете, форме и величине; активизировать словесное выражение эмоций; воспитывать эмоциональную отзывчивость детей на проблемные ситуации игровых персонажей;	6
		«Сказка о том, как Оля подружилась с овощами»	снятие эмоционального напряжения; знакомство с песком, песочницей и правилами поведения в ней; развитие мелкой моторики, тактильно-кинестетической чувствительности; развитие эмоционально-чувственного опыта детей; совершенствование диалогической речи; воспитание эмоциональной отзывчивости детей.	7
		«Посуда»	развитие творческого потенциала; развитие фантазии, любознательности, аккуратности; развитие познавательной сферы: памяти, мышления; развитие мелкой моторики, тактильно-кинестетической чувствительности; продолжать развивать монологическую и диалогическую форму речи.	8
3	ноябрь	«Зоопарк»	развитие пространственного восприятия, изучение признаков предметов опытным путём (цвет, величина, форма); формирование мыслительных операций	9
		«В гостях у жирафика»	сравнения, анализа и синтеза; развитие мелкой моторики посредством пальчиковой гимнастики.	10

		«Теремок»	обогащение эмоциональной сферы детей положительными эмоциями; формирование познавательных функций (восприятие, мышление, память, внимание); развитие творческих способностей; развитие коммуникативной сферы.	11
		«Моя семья»	Учить детей говорить приятно друг другу, регуляция мышечного напряжения. формирование уверенного поведения.	12
		«Мои друзья»	приобретение опыта самостоятельного преодоления конфликтов в процессе игрового взаимодействия, воспитание взаимного уважения и умения слушать друг друга; формирование элементарного уровня рефлексии, позитивного отношения к себе, окружающему миру и сверстникам.	13
4	декабрь	«Сказочные истории»	обогащение словарного запаса благодаря игровому общению со взрослыми; развитие навыков самостоятельного связного рассказа и пересказа в процессе игр с песком;	14
		«Снеговичок и лето»	формирование грамотной диалогической и монологической речи посредством театрализованной игры с фигурками на песке; совершенствование речевой активности: умение поддержать беседу, делиться своими впечатлениями и ощущениями.	15
		«Новогодние чудеса»	Развитие зрительно- моторной координации, воображения, развитие речи, произвольного внимания и памяти, формирование личностных ценностей	16
		«Волшебные узоры»	Развитие воображения, речи, развитие зрительно-моторной координации в изобразительной деятельности	17
5	январь	«Волшебный песок»	коррекция звукопроизношения посредством снятия эмоционального напряжения методами песочной терапии.	18
		«Чьи это следы»	Развитие фантазии, наглядно-образного мышления, словесно- логического мышления, творческого и критического мышления, побуждая детей к активным действиям и концентрации внимания.	19
				20
				21

6	февраль	«Иногда я боюсь» (по мотивам сказки «Волк и семеро козлят»)	Коррекция страхов и тревоги, снятие психофизического напряжения. Развитие воображения, развитие зрительно- моторной координации, снятие эмоционального напряжения.	22
		«В гостях у Песочной Феи»	развитие монологическую речь детей, активизировать словарь детей; развитие мелкой моторики, тактильно-кинестетической чувствительности; коррекция эмоционально-личностной сферы.	23
		«Добрая и злая кошка»	Снижение психического напряжения, ослабление негативных эмоций. Развитие зрительного и тактильного восприятия	24
		Мои любимые животные из сказок»	Развитие памяти, воображения, речи, развитие зрительно- моторной координации, совершенствовать умения в рисовании. Развитие памяти, воображения.	25
7	март	«Песочная кулинария»	продолжать знакомство со свойствами песка и воды, другими объектами предметного мира посредством экспериментально-исследовательской деятельности с опорой на тактильное, зрительное, слуховое и звуковое восприятие; развитие пространственного восприятия, изучение признаков предметов опытным путём (цвет, величина, форма); формирование мыслительных операций сравнения, анализа и синтеза;	26
		«Путешествие солнечного лучика»	развитие навыков составления связного рассказа посредством решения творческих задач во время игр с песком.	27
		«Песочный дождик и песочный ветер»	Развитие фантазии, наглядно-образного мышления, словесно- логического мышления, творческого и критического мышления, побуждая детей к активным действиям и концентрации внимания.	28
		Сказка «Репка»	Развитие тактильной чувствительности, памяти, воображения, внимания, творческих способностей, формирование	29
8	апрель	«Водопад из песка	развитие творческого воображения, фантазии, любознательности; поощрение свободного творчества детей; развитие монологическую речь детей, активизировать словарь детей.	30

		«Заюшкина избушка»	учить детей эмоционально воспринимать образное содержание сказки; продолжать знакомить с нравственными категориями: добро, зло, дружба; пробуждать детей к эмоциональной отзывчивости на состояние героев сказки; развивать логику, мышление; снять физическое и психическое напряжения; развивать речи ребенка (научить рассуждать, делать выводы и отвечать на вопросы полными предложениями);	31
		«Ладочки на песке»	развитие эмоционально-волевой сферы посредством коммуникационных игровых упражнений.	32
		«Путешествие малыша-осьминога»	Развитие фантазии, интереса к экспериментированию. Снятие эмоционального напряжения. Развитие эмоционального интеллекта - понимания своих чувств и окружающих, дружелюбное отношение к сверстникам.	33
9	май	«Фея Вежливость»	Развитие навыков общения, формирование чувств эмпатии и доброжелательности	34
		«Мы едем в гости»	Развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листе» развитие творческого потенциала, зрительной и слуховой памяти.	35
		«Прыг-скок команда»	Активизация слухового внимания и умение концентрироваться на стихотворных образах. Развитие двигательной, пространственной координации. Профилактика скелетно-мышечных зажимов, снижение психоэмоционального напряжения	36

### Тематическое планирование психологических занятий для детей от 5-6 лет

№ п/п	месяц	тема	цели	Кол-во занятий
1	сентябрь	«Здравствуй, это Я»	осознание своего эмоционального состояния, снижение психоэмоционального напряжения, развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.	1
		«Имена вокруг»		2
		«Солнце в ладошках»	освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в своих силах повышение значимости в глазах окружающих	3
		«Доброта спасет мир»	преодоление агрессивности, конфликтности, снятие напряжения, укрепление уверенности в себе	4

2	октябрь	« Я облако»	передать эмоциональное состояние при помощи мимики, жестов, выразительных движений, снятие мышечных зажимов, снятие тревожности, повышение самооценки, поднятие хорошего, позитивного	5
		«Вместе весело шагать»	формировать социальное доверие, развивать чувство ответственности за другого человека, оказании помощи ,доверительного отношения друг к другу, помочь в снятии страхов, нерешительности воспитание уверенности в себе,	6
		«Помоги себе сам»	учить управлять своими чувствами, эмоциями, развитие самосознания, формирование адекватной самооценки, развитие социальных эмоций, коммуникативных способностей; снижение психоэмоционального напряжения	7
		«Смелость города берет»	снятие мышечных зажимов, тревожного состояния, учить переводить страхи в юмор и шутку, чувствовать себя расковано, дать возможность почувствовать себя сильными и смелыми.	8
3	ноябрь	«Наблюдатели»	развитие сплоченности группы, снятие напряжения, развивать у детей чувство понимания, сочувствия.	9
		«Когда мне плохо»	развитие умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ, выражать чувства печали, преодоление агрессивности, конфликтности, преодоление негативных переживаний.	10
		«Сказочная шкатулка»	Формирование положительной “Я-концепции” , самопринятия, уверенности в себе, снижение тревожности, выявление положительных черт личности.	11
		«Поиграем»	осознание своего самочувствия, снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снижение мышечных зажимов.	12
		«Непослушный Ваня»	учить припоминать сюжет по музыкальной композиции, подводить к умению выразительно интонировать реплики героев в проблемных ситуациях.	13
4	декабрь	Волшебный лес	развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе. закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие творческого мышления и воображения.	14
		Волшебники		15
		«Настроение»	Развитие коммуникативных умений и эмоционально-выразительных движений; развитие групповой сплоченности и доверия детей друг к другу; повышение самооценки ребенка. Помочь осознать, как на настроение влияет та или иная погода	16
		«Времена года и настроение»		17
5	ян ва	«Вместе весело играть»	Развитие эмоционально-выразительных движений; развитие и совершенствование коммуникативных	18

		«У нас все хорошо»	навыков; удовлетворение потребности в признании.	19
		«Кривляки»	Помочь детям представить собственную позицию в выборе способа воплощения действий, образа литературного персонажа, знакомить с фразеологизмом «ворон считать», учить припоминать сюжет по музыкальной композиции, подводить к умению выразительно интонировать голоса героев в проблемных ситуациях.	20
		«Злой принц»		21
6	февраль	Настроение Бабы-яги	продолжать учить детей на примере сказочных персонажей различать и понимать характер эмоционального состояния людей; - упражнять в выражении противоположных эмоциональных состояний (веселый, грустный), -учить дифференцировать поступки сказочных персонажей и давать им моральную оценку.	22
		Хорошо ли быть злым?	- продолжать знакомство с полярными понятиями «добро» - «зло»; - закреплять умение определять эмоциональное состояние близких людей, знакомых, - побуждать к оказанию помощи; - учить детей конструктивным способам снятия напряжения, связанного с чувством злости.	23
		Что делать, если ты злишься?	продолжать знакомство со способами снятия напряжения. учить различать добрые и злые чувства и поступки; - закреплять способы саморегуляции поведения (снятие отрицательных эмоций)	24
		Поговорим о доброте	-обобщить представления детей о доброте и эмоциональных состояниях, которые соответствуют этому понятию, вызвать стремление совершать добрые поступки; -учить передавать эмоциональное состояние человека с помощью мимики, речи, рисунка, формировать позитивный образ своего «Я».	25
7	март	« Встреча с Дюймовочкой»	развитие доверия к окружающим детям и взрослым; развитие потребности в общении, взаимодействии.	26
		«Что такое хорошо и что такое плохо»		27
		« Волк, лиса и медведь»	развивать групповую сплочённость; преодолевать трудности в общении; формировать позитивные отношения к сверстникам; учить взаимопомощи, взаимовыручке, решать конфликтные ситуации.	28
	Вместе веселее	29		
8	апрель	«Сказочники»	формирование понимания значимости доверия, взаимопомощи, уважения, положительных эмоций при взаимодействии с людьми.	30
		Путешествие на остров Гум-Гам		31

		У радуги в гостях	формировать умение устанавливать и поддерживать социальные контакты, воспитывать дружеские отношения, развитие коммуникативных навыков, чувство принадлежности к группе.	32
		«Сказка о волшебном городе»		33
9	май	Я в мире друзей помогаем друг другу.	закреплять представление о том, что все люди не похожи друг на друга. Развивать восприятие образа ровесника по его внешности и индивидуальным особенностям.	34
		Наш дом и мы в нем	развивать навыки социального поведения; способствовать повышению уверенности в себе и развитию самостоятельности; формировать позитивное отношение к своему "Я";	35
		«Давайте жить дружно»		36

### Тематическое планирование психологических занятий для детей от 6-7 лет

№ п/п	месяц	тема	цели	Кол-во занятий
Трудное чувство «дружба».				
1	сентябрь	Что такое дружба?	- мотивировать воспитанников к развитию силы воли и самоконтроля, - личностное, жизненное самоопределение, - способность к волевому усилию – выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий, - самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера.	1
		Дружба – это помощь.		2
		Кто такой настоящий друг?		3
		С кем я хочу дружить.		4
2	октябрь	Какие чувства мешают дружить.	обобщить и расширить знания детей о таких понятиях как «друг», «дружба». Развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать свое. Добиваться усвоения детьми умений оценивать чувства и поступки других в различных ситуациях. Развивать коммуникативные навыки и умения. Воспитывать доброжелательное отношение к окружающим, стремление к взаимопомощи, сотрудничеству.	5
		Дружба.		6
		Давайте жить дружно	Формирование у детей понятия “друг”, “дружба”; Продолжать учить детей понимать и оценивать чувства и поступки других, мотивировать, объяснять свои суждения; Продолжать обучать детей навыкам взаимодействия и сотрудничества; Развивать групповую	7
Взаимодействие в паре	8			

			сплоченность; коммуникативные навыки; Воспитывать доброжелательные отношения между дошкольниками, побуждать их к добрым поступкам, взаимопомощи, взаимовыручке.	
Как можно изменить чувства другого человека.				
3	ноябрь	Как помочь грустному человеку.	- рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева, - обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей, - помочь детям осознать относительность оценки чувств, - способствовать снижению уровня страхов.	9
		Как помочь сердитому человеку.		10
		Ты мой друг и я твой друг	Цель: Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности, снижение чувства тревоги. Воспитание способность к согласованному взаимодействию, развитие коммуникативных навыков. Развитие выразительности движений, умение изображать героев сказки с помощью мимики, жестов, пантомимики. Снятие мышечного и эмоционального напряжения.	11
		«Волшебный лес»		12
		Секрет волшебных слов.		13
Герои русского фольклора – какие они?				
4	декабрь	Баба яга	- способность к волевому усилию – выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий, - выбор наиболее эффективных способов решения ситуации в зависимости от конкретных условий, - анализ, - самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера.	14
		Кощей Бессмертный		15
		Карабас Барабас		16
		Змей Горыныч		17
5	январь	Шапокляк	- способность к волевому усилию – выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий, - выбор наиболее эффективных способов решения ситуации в зависимости от конкретных условий, - анализ, - самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера.	18
		Лиса Алиса и кот Базилио		19
		Медведь		20
		Серый волк		21
6	февраль	Если бы я был волшебником	развитие бережного отношения к людям, умения учитывать интересы других. развитие умения выражать свое настроение и чувствовать настроение другого. развивать общую осведомленность детей, наблюдательность, внимание, восприятие, память	22
		Путешествие в песчаную страну		23
		«У солнышка в гостях»	Развивать психические процессы (восприятие, внимание, память, логическое мышление).	24
		«Город веселых музыкантов»	Развивать тонкие тактильные ощущения, мелкую моторику. Развивать умение действовать по инструкции.	25

			Стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, особенно тактильно-кинестетической чувствительности.	
7	март	«Путешествие к гномам в горы»	создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищено, проявляя творческую активность и прорабатывая актуальные эмоционально-личностные проблемы. развивать творческое мышление, побуждая детей к активным действиям и концентрации внимания; воспитывать навык работы в команде: умение высказывать свою точку зрения, оказывать взаимопомощь сверстнику, проявлять эмпатию к сверстнику.	26
		«Сказка об умном мышонке»		27
		«Приключения Квака»		28
		«Сказочная страна»		29
Школа – это трудный и радостный путь к Знаниям.				
8	апрель	Трудности дороги к Знанию.	- дать детям представление о понятии «сотрудничество», - саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии; - способность к волевому усилию – выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий. формировать учебную мотивацию, знакомить с правилами школьной жизни.	30
		Трудности дороги к Знанию можно преодолеть.		31
		Я преодолею трудности.		32
		В стране Знаний.		33
9	май	В стране Знаний.	формировать навыки коллективной работы; помочь детям быстро адаптироваться к школе; развивать умение регулировать свое поведение.	34
		Мне скоро в школу.		35
				36

### Структура и форма занятий

Все занятия имеют общую структуру, наполняемую разным содержанием в зависимости от темы занятия.

Часть 1. Вводная.

Цель – настроить детей на совместную работу, установление эмоционального контакта между детьми. Основные процедуры – ритуал приветствия, игры – разминки.

Часть 2. Основная.

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят упражнения и игры, направленные на развитие эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка.

Основные процедуры: песочная терапия, сказкатерапия, игры и упражнения на развитие мышления, внимания, памяти, игры на развитие навыков общения, рисование, творческие работы.

Часть 3. Завершающая.

Основные цели: подводятся итоги занятия, создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии, беседа о том, что было на занятии.

Форма организации образовательного процесса - игровая.

Структура занятий такова, что при пропуске ребенку не придется «догонять» свою группу по усвоению материала. Занятия длительностью 20 минут проводятся 1 раз в неделю. Возможно повторение занятий, с небольшой вариацией игр и упражнений (определяется психологом по мере усвоения материала).

Условия проведения занятий с песком: у детей не должно быть порезов на руках, кожных заболеваний!

Противопоказания к использованию метода песочной терапии:

- синдром дефицита внимания с гиперактивностью;
- склонность к лёгочным и аллергическим заболеваниям;
- нарушения кожного покрова (травмы и порезы).

### 3. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3-4 года

Адаптивные возможности детей 3-4 лет ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Психологу необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в дошкольном учреждении. Дети младшего дошкольного возраста эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заразиться сильными, как положительными, так и отрицательными, эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и легли в основу построения цикла занятий. Диагностическое обследование перед проведением коррекционно-развивающих занятий не предусмотрено, так как оно проводится в рамках основной программы психолого-педагогического сопровождения детей, и направлено на выявление уровня развития познавательных процессов у детей младшего дошкольного возраста.

В ходе обследования выявляются: - понимание речи; - общая осведомленность; - сенсорное развитие (умение различать цвета, величину, форму); - умение группировать предметы; - развитие мелкой моторики. Диагностика проводится психологом индивидуально в спокойной доброжелательной обстановке. Следует обратить внимание на настроение ребенка, например, оно может быть. - бодрым — ребенок положительно реагирует на окружающее, реакции эмоционально окрашены, улыбается, смеется, охотно идет на контакт; - спокойным — ребенок положительно реагирует на окружающее, реакции менее эмоционально окрашены, идет на контакт, - возбужденным, с элементами раздражительности, — у ребенка имеют место аффективные вспышки возбуждения, могут наблюдаться озлобленность, крик; - подавленным — ребенок вял, бездеятелен, пассивен, замкнут, грустен, может плакать.

Если ребенок находится в возбужденном или подавленном состоянии, то проведение обследования следует перенести. Обследование проводится в игровой форме. В структуру диагностического обследования входят 8 субтестов, направленных на выявление уровня понимания речи, сенсорного развития, общей осведомленности, умения группировать предметы, развития мелкой моторики. Чтобы процедура диагностики не была для ребенка утомительной, для обследования используется сказка «Девочка Маша и ее друзья», в содержание которой включены субтесты. Все задания включены в содержание сказки. В начале процедуры диагностического обследования психолог говорит ребенку: «Сейчас я буду рассказывать тебе сказку, и мы будем играть». Результаты выполнения заданий, и информация об особенностях работы вносятся в «Диагностическую карту». По результатам диагностики возможно проведение подгрупповых и индивидуальных занятий

по выявленной проблеме, с составлением комплекса коррекционно-развивающих игр.

**Цель:** Создание условий для проявления всех видов активности ребенка.

**Задачи**

1. Создавать условия для развития восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения.
2. Способствовать освоению разных способов взаимодействия со взрослым и сверстником в игре и повседневном общении.
3. Развивать способность подчинять свои действия правилам.
4. Способствовать проявлению эмоциональной отзывчивости.
5. Развивать первые «нравственные эмоции»: хорошо \_ плохо.
6. Способствовать формированию позитивной самооценки.
7. Воспитать внимательное отношение к коллективу при организации групповой деятельности.
8. Воспитывать доброту.

Структура и форма занятий

Занятие начинается с упражнений, требующих согласованности действий всей группы: дети дружно шагают, хлопают ладошками по мячу, делают пальчиковую гимнастику, выполняют другие задания в соответствии с ритмом и словами стихотворения. Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу. В основную часть занятия входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками. Заканчивается занятие спокойными, малоподвижными играми и упражнениями. В ходе практической работы было замечено, что от быстрой смены сюжетов, ролей, образов малыши переутомляются и теряют интерес к занятию.

Поэтому все игры и упражнения, входящие в одно занятие, объединены сказочно-игровым сюжетом. Каждое занятие проводится в 2–3 этапа. Комплектование и количество модулей (игр и упражнений), из которых состоит занятие, варьируются психологом. Он может сократить занятие, чтобы избежать переутомления детей, изменить последовательность частей в соответствии с настроением детей и т.п. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Каждое из занятий повторяется по 2 раза (возможна несущественная замена некоторых элементов занятия), чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр. Кроме того, дети младшего возраста любят повторения, знакомые игры и упражнения воспринимаются ими легче. Они выполняют их с большим интересом и радостью.

**4-5 лет**

Игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма

деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания,

страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. Как известно, дошкольники с удовольствием играют в песок, потому что такие игры насыщены разными эмоциями: восторгом, удивлением, волнением, радостью.

Это дает возможность использовать игры с песком для развития, обогащения

эмоционального опыта ребенка, для профилактики и коррекции его психических состояний. Песок снимает стресс, снижает уровень нервнопсихического напряжения, поднимает настроение, способствует возникновению положительных эмоций. С помощью игр с песком у детей можно развивать и интеллектуальные способности, и тактильно-кинестетическую чувствительность, и мелкую моторику.

Отличительные особенности программы — создание песочных композиций

не требует особых умений что особенно важно для тревожных детей и детей с

низкой самооценкой. Песочная терапия не ограничена словами. Один образ

выразит больше, чем сотня слов.

Песочная терапия полезна, если у ребенка:

- плохой сон, ночные кошмары;
- плохо развита мелкая моторика;
- истерики, непослушание, капризы;
- застенчивость, неуверенность в себе;
- агрессия, тревожность;
- нет взаимопонимания с родителями;
- частая плаксивость (без повода);
- ребенок пережил сильный стресс.

Цели программы:

Совершенствование умений и навыков практического общения.

Задачи:

1. Учить детей последовательно и точно передавать увиденное, с учетом развития сюжета.
2. Развивать психические процессы (восприятие, внимание, память, логическое мышление).
4. Развивать тонкие тактильные ощущения, мелкую моторику.
5. Развивать умение действовать по инструкции.
6. Вызывать эмоционально положительное состояние, удовольствие от игр

и совместной деятельности с другими детьми.

7. Воспитать внимательное отношение к коллективу при организации групповой деятельности.

8. Воспитывать доброту.

### 5-6 лет

К пятилетнему возрасту все психические процессы у детей активно развиваются и начинают приобретать произвольный характер. Появляются зачатки ответственности за порученное дело.

При общении ребенок обращает внимание на нравственные качества и черты характера сверстников, совершенствуется эмоционально-личностная сфера. В связи с этим каждое занятие начинается с обмена новостями, помимо этого такое начало занятий развивает умение выступать публично.

Игры, проводимые во время динамических пауз, становятся более сложными, по сравнению с занятиями для более раннего возраста, задания насыщаются вербальным и невербальным общением. Много занятий в данной части программы посвящены осознанию собственной личности и личности других, а также общению.

Однако ведущий тип деятельности в этом возрасте – игра, поэтому все занятия насыщены играми, присутствуют персонажи и соблюдается игровой сюжет и мотивация.

В данном возрасте ребенок уже может подчинять свои желания требованиям коллектива, поэтому несколько занятий в данной программе посвящены этикету.

Комплексные занятия по психологии учитывают активное развитие всех психических процессов, свойств и состояний (восприятие, внимание, мышление, память, воображение, речь, эмоции). В развивающих играх даются задания на развитие наглядно-образного и словесно-логического мышления (разрезные картинки, сюжетные картинки), эмоциональной сферы (расширение представлений об эмоциях: радость, грусть, злость, удивление, страх, спокойствие), памяти, внимания, воображения, пространственной ориентировки (графические диктанты, рисунки по клеточкам) и саморегуляции.

**Цель:** Коррекция эмоционально-волевой сферы, снижение уровня тревожности, агрессивности у детей, повышение самооценки, развитие коммуникативных навыков.

**Задачи:**

1. Создавать условия для формирования элементов произвольности психических процессов у детей во всех видах деятельности.
2. Поддерживать и создавать условия для развития творческого потенциала ребенка.
3. Побуждать детей к проявлению инициативы и самостоятельности мышления во всех видах деятельности.
4. Способствовать самопознанию ребенка.
5. Развивать саморегуляцию эмоциональных реакций.
6. Совершенствовать коммуникативные навыки дошкольников, развивать совместную деятельность детей.
7. Организовывать совместную деятельность с целью развития навыков сотрудничества.
8. Воспитывать доброту.
9. Совершенствовать навыки позитивной коммуникации.

### **6-7 лет**

Психологические занятия открывают перед воспитанниками возможности для познания чувств и мыслей человека, его духовно-нравственного становления, развивают способность сопереживать, встать на позицию другого человека, вести диалог, участвовать в обсуждении значимых для человека явлений жизни, продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

Ребёнок в детском возрасте познаёт не только внешний мир, но и самого себя.

В этой гармонии его жизненный путь будет непременно успешным и радостным.

Развитие ребенка выступает как социокультурный процесс, осуществляющийся посредством включения ребенка в разнообразные сферы общественной практики, в широкий контекст социальных связей посредством доступных ему видов деятельности. Взрослый выступает как носитель мотивационно-смысловых образований, передавая их ребенку и обеспечивая его взросление путем организации специфически детских видов деятельности. Охрана и укрепление психического здоровья детей является одной из приоритетных задач развития современного дошкольного образования и рассматривается как условие реализации программы.

#### **Цель:**

Помочь дошкольникам подготовительной группы (6-7 лет) научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, воспитателями и родителями, найти своё место в дошкольной жизни.

#### **Задачи:**

1. развивать эмоционально-осознанного отношения к своим решениям и поступкам; понимать их жизненного и духовно-нравственного содержания;

2. формировать практических умений и навыков психологической деятельности (взаимодействие со сверстниками, воспитателями и родителями), а также – творческих способностей детей.
3. вызывать эмоционально положительное состояние, удовольствие от игр и совместной деятельности с другими детьми. Совершенствовать навыки позитивной коммуникации.
4. воспитать внимательное отношение к коллективу при организации групповой деятельности.
5. воспитывать доброту.

#### **4. Организационный раздел** **Материально-техническое обеспечение**

Занятия проводятся в отдельном помещении для дополнительных образовательных услуг.

##### **Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:**

1. Стол с подсветкой, наполненный песком. Песок занимает примерно одну треть объема ящика, он должен быть чистым, просеянным, не крупным, но и не слишком мелким и, желательно, достаточно светлым. Важно, чтобы он был приятен на ощупь.
2. Технические устройства - Фотоаппарат, компьютер, магнитофон для проведения релаксационных упражнений, а также для создания фона во время игр.
3. Коллекция миниатюрных фигурок и предметов. Для песочной терапии необходимо подобрать предметы различной тематики:
4. Фигурки людей разного пола и возраста, представителей различных исторических эпох, разнообразных профессий. Кукольные семейства, фантастические существа, персонажи сказок, легенд, мифов, боги и богини разных народов, колдуны, ведьмы и пр.
5. Животные (наземные, летающие, водные обитатели) как дикие, так и домашние, а также вымершие и доисторические представители фауны, фантастические животные (единорог, грифон, пегас и т.п.)
6. Дома, другие жилища, мебель, мосты, лестница., заборы, ворота, здания, имеющие специальное предназначение (вокзалы, больницы, школы и т.п.), храмы различных религий.
7. Продукты питания, домашняя утварь, орудия труда.
8. Деревья, кусты, цветы и другие растения.

9. Природный материал: камешки, мох, кора деревьев, плоды деревьев, ракушки, кораллы, перышки, сухие ветки, засушенные цветы.

10. Небесные объекты (солнце, луна, звезды, радуга и пр.)

11. Транспортные средства (наземные, водные, воздушные)

12. Разноцветные стеклянные и хрустальные шарики и многое другое.

13. Монеты, пуговицы, ювелирные изделия, нитки, кусочки кожи, меха.

14. Миниатюрные музыкальные инструменты.

15. «Мультипликационные» персонажи.

16. Маски.

17. Зеркала.

18. Ларцы, коробочки.

19. Набор тактильных шариков.

20. световой проектор.

21. Магнитный набор «мои эмоции».

22. Стол песочный световой.

23. Забавные человечки.

24. Тактильная панель.

25. Волшебная нить с контроллером.

Если для занятий не хватит каких-либо фигурок-образов, их можно вылепить из пластилина, глины, теста, вырезать из бумаги.

### **Психологические условия реализации программы:**

1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

### **Методические материалы**

#### Методы

Наглядные методы включают в себя:

- наглядно - слуховые (слушание музыки в аудиозаписи);
- наглядно - зрительные (дидактический материал);
- сенсорно - моторные (обследование);
- тактильно - мышечные (индивидуальная помощь, помощь других детей, совместное выполнение, подражательное выполнение);
- формы несловесной поддержки (улыбка, подбадривающее пожатие руки, мимолетное прижатие к себе, поглаживание по спине, голове, подмигивание, обнимание за плечи и т. д.);
- элементы психогимнастики (релаксация, дыхательные упражнения, тактильные обследования).

#### Словесные методы

- объяснение (краткое, четкое, эмоциональное);
- указания (даются очень тихо, не отвлекая внимания других, обращены

как ко всем детям, так и индивидуально);

□ вопросы (четкие, понятные. Этот словесный прием очень важен, он активизирует внимание, развивает мышление и память)

□ Пояснения, уточнения.

### Практические методы

□ метод упражнений (связан с многократным выполнением практических действий; выбором дидактического материала);

□ игра (занятия носят игровое содержание, это помогает заинтересовать и активизировать детей, войти в коммуникативный контакт, самореализоваться в деятельности, стабилизировать внутреннее состояние, вызвать положительные эмоции).

### Методические приемы, используемые на коррекционных занятиях

- создание ситуации безопасности, доверия;
- поддержка ребенка в ситуации неудачи;
- одобрение поведения, создание ситуации успеха;
- поощрение, комплимент;
- анализ игровой ситуации; обмен мнениями, рефлексия занятия;
- ролевое проигрывание ситуаций;
- анализ образцов поведения сказочных героев.

### Формы реализации

- песочная терапия - способствует самовыражению, дает средства для разрешения конфликтов и передачи чувств;
- сказкотерапия - сказки в увлекательной форме доступными словами показывают детям окружающий мир, поступки и судьбы людей, выбирают критерии нравственных ценностей, помогают ребёнку ощутить себя творцом и создателем;

Нейройога — это оздоровительная, комплексная система упражнений, способствующая повышению деятельности головного мозга, улучшению

психических процессов, коммуникативные упражнения ориентированы на понижение импульсивности, агрессивности и гиперактивности.

- игротерапия - является частью целого комплекса различных воздействий на ребёнка.

Создание песочных композиций предполагает различные способы познания:

сравнение, но контрасту и подобию (холодный - теплый, гладкий - шершавый);

исследовательская деятельность: потрогать, надавить, растереть, рассыпать песок, намочить;

рассуждение;

обобщение и описание.

Игры с песком стабилизируют эмоциональное состояние, благодаря им развивается связная, образная речь, пополняется словарь эмоций. Сюжетно-ролевые игры, имеющие место в цикле занятий, снимают барьер в общении у детей, развивают коммуникативные навыки, умение действовать в соответствии с ролью в играх. Немалую роль в занятиях играют сказки - самый любимый жанр детей, особенно сказки с чудесным вымыслом, фантастичностью, динамикой сюжетных действий. Они полны конфликтов, препятствий, драматических ситуаций.

## **5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Большебратская Э.Э. Песочная терапия. -Петропавловск, 2010.
2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия». – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998.
3. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». СПб.: Речь, 2005.
4. Лапина И.В. Адаптация детей при поступлении в детский сад. – Волгоград: Учитель, 2021.
5. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. - М.: Книголюб, 2003.
6. Сапожникова О.Б., Петрик Т.А. Педагогическая песочница для развития речи детей 3-5 лет. – М.: Сфера, 2021.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 58780973498696829876452703504920102595841539785

Владелец Скрябина Татьяна Николаевна

Действителен с 28.07.2023 по 27.07.2024