

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №11 города Белогорск»

СОГЛАСОВАНО
на педагогическом совете
протокол № 1
«24» августа 2023г

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ ДС №11
_____ А.А. Тимошенко
приказ № ____ 58 ____
от «24» августа 2023г

Рабочая программа
педагога - психолога
по профилактике тревожности и страхов

Направленность: коррекционно - развивающая
Уровень: базовый
Возраст обучающихся: 5 – 7 лет
Срок реализации: 2 года

Составитель программы
Т.Г. Щербакова
педагог – психолог
высшей квалификационной категории

г. Белогорск
2023 г.

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, Образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Д/С № 11 города Белогорск», авторской программы М.А. Панфиловой: Игротерапия общения.

Главной ценностью для человека является его здоровье. Дошкольный возраст в развитии ребенка – это период, когда закладывается фундамент его психологического и соматического здоровья, формируются основы физического развития и культуры движения. От того, как организовано воспитание и обучение ребенка, какие условия созданы для его взросления, зависит развитие и здоровье в последующие годы жизни. Наибольшую тревогу специалистов вызывают дети раннего и дошкольного возраста. В настоящее время увеличилось число тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью.

Нормативно-правовые документы, в соответствии с требованиями которых разработана рабочая программа

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования», от 25.11.2022 №1028.
5. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», от 31.07. 2020 г. № 373.
6. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28.
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН

1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

8. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 09.09.2019 г. №Р-93 «Об утверждении примерного Положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации».

9. Письмо МО РФ от 22.01.98 № 20-58-07 ИН/20-4 «Об учителях - логопедах и педагогах-психологах учреждений образования».

10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24. 07. 2015 года №514н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог – психолог (психолог в сфере образования)».

11. «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 04.11.2014) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2015).

12. Основная образовательная программа дошкольного образования муниципального автономного образовательного учреждения «Детский сад №11 города Белогорск».

13. Устав, зарегистрированный в установленном порядке от 12.01.2021г.

14. Лицензия на образовательную деятельность, выдана Министерством образования и науки Амурской области (Минобрнауки Амурской области) № ОД 5977 от 25.02.2022г.

В программе использованы технологии:

1. Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. Игры в сказкотерапии.

2. М.А. Панфиловой. Игротерапия общения.

3. Н.В. Ключевой, Ю.В. Филипповой. Общение. Дети 5 – 7 лет.

4. О.В.Хухлаева Коррекция нарушений психического здоровья дошкольников и младших школьников.

5. М.М. Миронова Психология. Разработка занятий. Средний и старший дошкольный возраст.

Основной целью программы является снижение уровня тревожности у детей дошкольного возраста.

Задачи:

—Повышать психический тонус детей.

—Научить двигательному раскрепощению детей.

—Развивать эмоциональную отзывчивость, умение передавать свои чувства.

—Развивать чувство собственной значимости.

— Формировать способы предупреждения негативных переживаний, преодоления замкнутости, пассивности.

Психолог Е. Ю. Брель выявила такую закономерность: тревожность детей возрастает в том случае, если родители не удовлетворены своей работой, жилищными условиями, материальным положением. Своевременное выявление тревожных детей и своевременная помощь поможет предотвратить развитие у таких детей невротических состояний и неврозов.

Под тревожностью в психологии понимают склонность человека переживать тревогу, т.е. эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании не благополучного развития событий. Тревожные дети, это обычно не уверенные в себе дети, с неустойчивой самооценкой. Постоянно испытываемое ими чувство страха перед неизвестным приводит к тому, что они крайне редко проявляют инициативу. Будучи послушными, предпочитают не обращать на себя внимание окружающих, ведут себя примерно и дома и в детском саду, стараются точно выполнять требование родителей и воспитателей – не нарушают дисциплину, убирают за собой игрушки. Таких детей называют скромными, застенчивыми. Однако их примерность, аккуратность, дисциплинированность носят защитный характер – ребенок делает все, чтобы избежать неудачи.

Тревожный ребенок ведет себя робко, не сразу идет на контакт с незнакомым ему человеком, постоянно оглядывается на родителей; боится сделать ошибку при выполнении какого-либо задания. В рисунках таких детей часто можно увидеть какие-то линии, рамочки отделяющие рисунки друг от друга; линии состоят из отдельных мелких штрихов, сильный нажим, преувеличенное внимание к деталям. Не надеясь на свою память, ребенок вводит массу дублируемых уточнений (на всякий случай, чтобы не забыть слово). Показатель особой тревожности – хаотичное расположение рисунков, буквально наползающих друг на друга. В рассказах постоянно выступает на первое место тема страха, угрозы.

Если у ребенка усиливается тревожность, появляются страхи – неперенный спутник тревожности, то могут развиваться невротические черты. Не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на формировании креативного, творческого мышления, для которого естественны такие личностные черты, как отсутствие страха перед новым, неизвестным.

Поэтому, понимая значимость работы по снятию тревожного состояния у воспитанников, разработана программа, которая направлена на создание благоприятного здоровьесберегающего пространства, использование современных методов и приемов, адекватных возрасту дошкольников.

Планируемые результаты реализации программы

1. Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду.
2. Сознательное восприятие своих чувств и возможностей.
3. Уничтожение пугающего объекта или ситуации, умение преобразить их так, чтобы не были страшными.
4. Повышение психического тонуса.
5. Умение детей расслабляться и раскрепощаться.
6. Усиление в ребенке значимости своего «Я».

Диагностические средства оценки программы

- Наблюдение.
- Красивый рисунок Л. А. Венгера и Г.А. Цукерман.
- Тест Люшера
- Эмоциональное состояние ребенка.
- Анкета «Критерии тревожности».
- Рисунок «Семья» (проектная методика В. Хьюлс, и Дж. Дилео «Нарисуй свою семью».
- Тест тревожности Р. Теммла, В. Амена.
- Люшер «Цветовой тест отношений (модификация)».
- Тест Дж. Бука «Дом, дерево, человек».
- Метод незавершенных предложений (модификация В. Михала).
- Методика САТ Л. Беллак, С. Беллак.
- Графические пробы
- методика «Веселый – грустный»
- Тест – анкета на определение типа нервной системы и темперамента.
- Тест специальных способностей А. де Хана и Г. Кафа.
- Изучение продуктов детской деятельности.
- Методика Дембо – Рубинштейна «Лестница».
- Анкетирование родителей

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Этапы реализации программы

В процессе работы по снятию уровня тревожности дети учатся снимать эмоциональное и мышечное напряжение, преобразовывать пугающие ситуации и объекты так, чтобы они были не страшными, усиливать значимости своего «Я».

На первом этапе работы осуществляется аффективная стимуляция, или повышение психического тонуса ребенка, поскольку дети, обладающие страхом, тревогой, как правило, имеют низкий тонус и не умеют адекватно проявлять свои чувства. Ведущий снимает запрет на проявление агрессии, более того, может специально провоцировать ее. Здесь используются игры, требующие громких криков и резких движений. Даются задания на толкание, бросание или разрушение чего-либо, например, потолкаться с ведущим, стоя на одной ножке, пометать дротик, порвать бумагу. Механизм борьбы со страхом заключается в достижении ребенком объекта страха и в уничтожении его либо в таком его преобразовании, чтобы он перестал быть страшным. Когда дети привыкнут к ситуации в игровой комнате и познакомятся друг с другом, и, благодаря созданному положительному настрою, произойдет групповое сплочение детей, проводится следующий этап работы.

На втором этапе ребенку предлагаются игры – задания, в которых он сможет проявить возможность проявить страх с помощью различных средств (вербально или невербально). Полезно придумать имя каждому объекту страха, так они становятся как бы знакомыми и уже не такими страшными. Эти задания направлены на преодоление страхов, неуверенности в себе, корректировку неадекватных форм поведения, изменение неадекватной самооценки. Также они помогают научить ребенка регулировать свое поведение в коллективе, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками.

Третий этап – собственно коррекционный. С помощью взрослого ребенок ищет способ символического уничтожения пугающего объекта или ситуации либо старается преобразовать их так, чтобы они перестали быть страшными. Уничтожению страха следует предавать положительный социальный смысл, ориентируя ребенка на героический идеал. Чтобы уничтожить пугающий объект, ребенок должен преодолеть опасности, мобилизовать свою волю, проявлять агрессивность. Способы преобразования пугающего объекта условно делятся на две группы:

1. *Идентификация с пугающим объектом* означает включение его в себя, а следовательно, возможность контроля за ним, что делает его менее страшным.

2. *Дистанцирование* – это отдаление от ситуации, в которой объект внушает страх. Оно может быть осуществлено разными способами:

- постановку объекта страха в необычную для него роль;
- усилением «страшных» признаков персонажа до такой степени, что он становится смешным;
- создание ситуации сопереживания страшному герою.

Схема третьего этапа коррекции страхов.



Четвертый этап работы направлен на усиления своего Я, стимуляцию собственных возможностей ребенка для преодоления стрессовых ситуаций. На этом этапе создаются ситуации успеха для ребенка. Детям предлагаются ситуации, в которых они должны изображать самих себя или других людей. Ситуации могут быть самыми разнообразными. Иногда после разыгрывания полезно поменяться ролями с партнером и «оказаться на месте» того, с кем он общался. Ребенок приобретает уверенность в себе, у него формируется адекватная самооценка, положительное отношение к себе и сверстникам, развивается эмпатия, умение свободно выражать свое «Я».

Пятый этап направлен на развитие творческих способностей и коммуникативных навыков. В проигрывание сюжета сказки ребенку предлагается принять активное участие. Сказка позволяет ему почувствовать и понять, что не только у него есть проблемы и переживания. Она предлагает ребенку выход из различных сложных ситуаций, пути решения возникших конфликтов, оказывает позитивную поддержку его возможностей и помогает поверить в себя. Это позволяет ребенку усваивать правильные моральные нормы и ценности, различать добро и зло. Сказки помогают детям не только в развитии эмоциональной регуляции поведения, которое препятствует их нормальному эмоциональному самочувствию и общению со сверстниками, но и помогают детям преодолеть негативные переживания и страх, уменьшают тревожность, снижают эмоциональное напряжение. У каждой сказки свой неповторимый дух, свои особенности. На занятиях используется много наглядного материала, подбирается музыкальное сопровождение в соответствии с содержанием сказки. Во время работы со сказкой детям предлагается проиграть конкретную сказочную ситуацию, в которой наглядно представлялась проблема. Детям предлагаются роли в такой последовательности: роль смелого и бесстрашного героя предлагается разыграть детям испытывающим страх и тревожность. Детям застенчивым предлагаются роли царя или царевны, где громким голосом они отдают

«приказы». Такой прием используется с целью принятия ребенком роли героя на себя, ведь в своей жизни он не может быть медвежонком, цветиком-семицветиком, белочкой-припевочкой, хвастливой чашкой или подносом. Так оказавшись на месте хвастливой чашки, ребенок прочувствует ее гордость и обиду, показав это вербальными и невербальными эмоциями. Детям легче найти выход из ситуации, побывав в той или иной роли. Так же детям предлагается самим закончить начатую автором сказку, прослушав начало и только после слов «И вот однажды...» дети по очереди сочиняют недостающий текст. В сказках сочиненных детьми можно увидеть скрытые проблемы ребенка или уже самостоятельно им решенные. Вместе с волшебным изменением образа, вызывавшего страх, изменяется и сам автор. Если у сказки получился счастливый конец, а чаще всего так и бывает, то вместе с ним и жизнь детей становится полнее, радостнее, что благотворно отражается и на эмоциональной сфере детей.

Стратегия достижения поставленной цели.

Для достижения поставленной цели и задач необходима реализация следующих действий.

1. Проведение консультаций для педагогов и родителей, медико – педагогических совещаний.
2. Использовать различные методы и приемы по снижению тревожности (сюжетно - игровые упражнения; игры - соревнования; аутотренинги; рисуночные методики; театрализованные игры; этюды на расслабление и проявления различных эмоциональных состояний человека).
3. Способствовать гибкому режиму дня, который подразумевает 3 составляющих: динамичный режим дня детей; гибкий график работы воспитателей, специалистов и всего обслуживающего персонала дошкольного учреждения

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Формы и методы коррекционно – развивающей работы

1. Подгрупповые занятия по коррекции тревожности и неуверенности.
2. Арттерапия.
3. Коррекция страха темноты (серия игр ребенка со взрослым в семье).
4. Графические игры – сотрудничество со сверстниками и взрослыми.
5. Создание условий для развития способностей и удовлетворение притязаний ребенка.
6. Консультирование воспитателей по работе с тревожными детьми.
7. Консультирование родителей тревожных детей.
8. Психологическое просвещение.
9. Организация творческих зон в группах.
10. Организация уголков уединения в группах.

Условия реализации программы

Занятия проводятся с подгруппой детей 5 – 6 человек, 1 раз в неделю. Продолжительность занятия зависит от возрастного контингента детей, составляет от 20 до 30 минут.

Структура занятия:

1. Вводная часть: ритуал приветствие, игры на установление доверительного контакта с детьми.
2. Основная часть (собственно коррекционная):
 - беседы,
 - игры,
 - этюды, тренинги,
 - психогимнастика,
 - упражнения на моделирование и перевоплощение различных эмоциональных состояний (страх, испуг, переживание)
 - рассматривание фотографий, рисунков,
 - выполнение творческих заданий.
3. Заключительная часть: этюды на расслабление, рефлексия и ритуал прощания.

Материально – техническое оснащение

Сенсорная комната

- различного рода стимуляторы, воздействующие на органы зрения, слуха, обоняния, осязания: вкладыши, шнуровки, коврики, пирамидки, втулки, подушки – мнушки.
- светодиодное панно «Звездное небо»,
- светодиодное панно «Тучка»,
- светодиодное зеркало,
- световой модуль с песком для рисования

- шатер,
- «Сухой душ»
- пуфики.
- акустическая тактильная панель.
- «Сухой бассейн»
- тоннель
- мультимедийная установка.
- ноутбук.
- CD – диски, аудио – видеотека, фонотека и фильмотека.

Планируется приобрести:

- сенсорную тропу.
- воздушно-пузырьковую колонну.

Список научно – методической литературы.

1. Ключева, Н.В. Общение. Дети 5 – 7 лет. 2 – е издание, переработанное и дополненное. / Н.В. Ключева, Ю.В. Филиппова. – Ярославль: Академия развития, 2006. – 160 с.
2. Миронова М.М. Психология. Разработки занятий. Средний и старший дошкольный возраст. / Сост. Миронова М.М. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2006. – 112 с.
3. Панфилова М. А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов, родителей. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2002. – 160 с. (в помощь психологу).
4. Хухлаева О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников: Учеб. Пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. – М. : Издательский центр «Академия» 2003 – 176 с.
5. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. – СПб.: Валери СПД; М.: ТЦ Сфера, 2002. – 112 с.

Календарно-тематическое планирование работы педагога - психолога с тревожными детьми (1-й год обучения)

Месяц № занятия	Цикл занятий	Цель и задачи	Игры и приемы	Зрительный ряд	Литература
Октябрь 1.	Диагностика уровня тревожности.	Выявить уровень тревожности	- Красивый рисунок -Тест Люшера - Эмоциональное состояние ребенка. - Анкета «Критерии тревожности». - Рисунок «Семья».	Бланки, протоколы, листы бумаги и цветные карандаши.	1. Н.А. Панфилова Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов, родителей. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2002. – 160 с. 9в помощь психологу).
Ноябрь 2.	<u>1цикл</u> 1) занятие	<u>Цель цикла:</u> повышение психического тонуса. <u>Задачи цикла:</u> раскрепощение участников, объединение их в группу, развитие мелкой моторики рук.	- Знакомство с петушком. - Игра «Петушиный бой». - «Игра в оркестр». - Игра «Кто больше». - «Танцы с игрушками». - Пальчиковая гимнастика. - Выложи рисунок из гороха.	Кукла «Петушок», подушки, музыкальные инструменты, пластмассовые игрушки, веселая музыка, магнитофон, силуэт предмета, дробленый горох.	
Ноябрь 3.	2) занятие		- Игра «Снежки». - Словесная игра «Продолжи слово». - «Зеркальный танец». - Хоровод «Колпачок». - Пальчиковая гимнастика. - Рисование по трафарету.	Кукла «Петушок», шарики из ваты, мяч, магнитофон и музыка, листы бумаги, трафареты, простой карандаш.	2.Н.В. Ключева, Общение. Дети 5 – 7 лет. 2-ое издание, переработанное и дополненное. Н.В. Ключева,

Ноябрь 4.	3) занятие « Ты обиду не держи – поскорее расскажи»		Упражнение «Простучи обиду на барабане». - Беседа «Сказка о лисенке, который обиделся». - Упражнение «Чтоб не обижаться, надо расслабляться». - Театрализация - Массаж пальцев и кистей рук (при помощи граненых карандашей, грецких орехов и т. д.) - Штриховка предметов нарисованных по трафарету на прошлом занятии.	Барабан, листы с нарисованными предметами с прошлого занятия.	Ю.В. Филиппова. – Ярославль: Академия развития, 2006. – 160 с. З.М.М. Миронова Психология. Разработка занятий. Средний и старший дошкольный возраст. / Сост. Миронова М.м. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2006. – 112 с.
Ноябрь 5.	<u>2 цикл</u> 1) занятие	<u>Цель цикла:</u> проявление реального чувства страха. <u>Задачи цикла:</u> развивать мимику; пантомимику; формировать умение воспринимать страх, как нормальное чувство; развивать мелкую моторику рук; развивать мышление и способность к	- Конкурс боюсек. - Словесная игра «Закончи предложение». - Этюд «Страх». - Рисование «Очень страшное». - Ответь на вопрос. - Аутотренинг. - Игры с влажным песком: перемешивание песка каждым пальчиком по часовой и против часовой стрелке в емкости с узким горлом (диаметр 2-3 см) при неподвижно зафиксированной кисти. Емкость поддерживается свободной рукой.	Кукла «Петушок», бумага, краски, спокойная музыка, магнитофон, карандаша простые, карандаши для массажа, влажный песок	4. О.В.Хухлаева Коррекция нарушений психического здоровья дошкольников и младших

Декабрь 6.	2) занятие	релаксации.	- Игра «Мышь и мышеловка». - Этюд «Гроза». - рассказ о собственных страхах «Чего я боялся, когда был совсем маленьким». - Игра «Жмурки». - «Ответь, что я сделала раньше». - Рисование различных геометрических предметов обеими руками одновременно (правой – квадрат, левой – треугольник) - Застегни и расстегни пуговицы. - Аутотренинг «Волшебный сон».	Кукла «Петушок», музыка М. Раухвергира «Гром», платочек, магнитофон, спокойная музыка, листы бумаги, простой карандаш, тренажер «Пуговицы».	школьников: Учеб. Пособие для студентов высш. Пед. Учеб. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия» 2003 – 176 с. 5. Н.Г. Яковлева Психологическая помощь дошкольнику. – СПб.: Валерии СПД; ТЦ Сфера, 2002. – 112 с. В.Л.
Декабрь 7.	3) занятие		- Беседа «Мне страшно». - Рисование на тему: «Нарисуй свой страх». - Комплекс «Музыкальная мозаика». - Пальчиковая гимнастика. - Дорисуй снежинку по точкам. - Обведи Снежную бабу.	Карандаши, бумага, музыка спокойная, контур снежинки и Снежной бабы.	В.Л.
Декабрь 8.	<u>3</u> цикл 1) занятие «Три поросенка»	<u>Цель цикла:</u> символическое уничтожение страха, преобразование пугающей ситуации, объекта.	- Вспомнить сказку «Три поросенка». - Игра «Займи свой домик». - Этюды: «Поросенок», «Веселый поросенок», «Испуганный поросенок», «Волк», «Веселый волк», «Испуганный волк»	Кукла «Петушок», бубен, листы бумаги, карандаши, краски, крупа, узор.	Шарохина: Коррекционн о – развивающие занятия в старшей группе., с 51.

		<u>Задачи цикла:</u> актуализация эмоций, коррекция страхов методом беседы и арттерапии, развитие мелкой моторики рук, развитие творчества, мышления, релаксации.	- Театрализованная игра «Три поросенка». - Беседа «Кто кого или чего боится?» - Рисование «Кого или чего я боюсь?» - Придумывание конца сказки. - Выложи узор из крупы.		
Декабрь 9.	2) занятие «Пчелка».		- Игра «Съедобное – несъедобное». - Этюд «Веселая пчелка». - Игра «Пчелкины песни». - Игра «Пчелкины шалости». - Театрализованная игра «Пчелка в темноте». - Игра «Летает – не летает». - Работа с ножницами – вырезывание предметов. - Этюд на расслабление.	Кукла «Петушок», мяч, обручи или кубики, музыка с природными звуками, магнитофон, ножницы, предметные картинки	
Январь 10.	3) занятие «Кошки».		- Чтение рассказа Н.Носова «Живая шляпа». - Этюды: удивление и страх. - Игра «Злые и добрые кошки». - Рисование «Кого или чего я боюсь». - Подвижная игра «Смелые	Кукла «Петушок», рассказ Н.Носова «Живая шляпа», обруч, листы бумаги, карандаши, краски, магнитофон,	

Январь 11.	4) занятие «Смешные клоуны		мышки». - Придумывание историй про шаловливых котят. - Шнуровка. - Аутотренинг «Волшебный сон».	спокойная музыка, шнуровка.	
Февраль 12.	5) занятие		- Придумай веселый конец. - Инсценировка общей веселой истории. - Рисование «Парикмахерская». - Игра «веселые клоуны». - Игра «Клоуны ругаются». - Подвижная игра «Паровозик с клоунами». - Обведи по точкам. - Этюд на расслабление «Отдых в лесу».	Кукла «Петушок», листы бумаги, на которых изображен силуэт Бабы Яги, карандаши, музыка с природными звуками, магнитофон, точечное изображение предметов.	
			- Игра «Руки-звери». - Игра «Я страшилок не боюсь, в кого хочешь, превращусь». - Беседа «Верь в себя». - Театрализация. - Игра «Театр теней»- изображение движений животных.	Источник света, белая ткань, спокойная музыка.	

Февраль 13.	<u>4 цикл</u> 1) занятие	<u>Цель цикла:</u> усиление «Я» ребенка. <u>Задачи цикла:</u> Развитие чувство уверенности в себе, в своих возможностях, быстроту реакций, мышление, развитие мелкой моторики рук.	-Этюд «Змей Горыныч». - Игра «Необычное сражение». - Игра «Выбери нужное». - Игра «Чертик, чертик, кто я?» - Пальчиковая игра. - Рисование по трафарету. - Аутотренинг «Волшебный сон».	Атрибуты к инсценировке: инструменты , короны, мячи маленькие, спокойная музыка, магнитофон, листы бумаги, трафареты.	
Февраль 14.	2) занятие «Смелые ребята»		- Этюд «Смелые ребята» - Игра «Слепой и поводырь». - Обсуждение. - Тренинг общения с разными людьми. - Пальчиковая гимнастика. - Нанизывание бусинок. - Аутотренинг.	Проволока, бусинки, шарф, музыка.	
Февраль 15.	3) занятие «Я и мы»		- Театрализованная игра «Теремок». - Танец. - Пальчиковая гимнастика. - Изготовление поделок по методу оригами.	Шапочки к сказке, бумага, веселая музыка.	
Март 16.	5 цикл: 1) занятие «Красная	<u>Цель цикла:</u> Развитие творческих	- Приветствие, вход в сказочную страну. - Рассказывание сказки приемом	Волшебный туннель, куклы к сказке, текст сказки Ш. Перро	

	«Красная Шапочка». Шапочка».	способностей. <u>Задачи цикла:</u> Развитие внимания и восприятия, образного мышления. Совершенствование навыков монологической речи и диалогической речи; развитие мимики и пантомимики, воображения, фантазии. Развитие творческих способностей и коммуникативных навыков. Формирование эмоционально-волевой сферы и эстетических представлений.	сказкотерапии: заменяя героев и ход события. - Инсценировка «правильного варианта сказки. - Сюжет мультфильма «А просто так». - Закончи предложение. - Рефлексия. - Выход из сказочной страны.		
Март 17.	2) занятие «Красная Шапочка»		- Приветствие, вход в сказочную страну. - Рассказывание сказки приемом инверсии. - Инсценировка сказки.	Волшебный туннель, текст к сказки, куклы – персонажи сказки, листы бумаги и	

Март 18.	3) занятие. «Красная Шапочка».		- Рисунок радости. - Выставка рисунков. - Рефлексия. - Выход из сказочной страны.	цветные карандаши.	
Март 19.	4) занятие «Придумай сказку».		- Приветствие, вход в сказочную страну. - Придумать продолжение сказки «Красная Шапочка». - Сказка «Обида» - Игра «Мышь и мышеловка». - Рефлексия. - Выход из сказочной страны.	Волшебный туннель, текст сказки «Обида», аудиозапись мажорной музыки.	
Апрель 20.	5) занятие «Лиса и журавль»		- Приветствие, вход в сказочную страну. – - Придумай и расскажи сказку. - Упражнение «Салют». - Рефлексия. - Выход из сказочной страны.	Волшебный туннель, куклы: Красная Шапочка, Ниф-Ниф, Наф- Наф, Нуф-Нуф, Колобок, Буратино, Лиса, Баба-Яга, Айболит и др., листы цветной бумаги, ножницы. Волшебный туннель, текст русской народной сказки «Лиса и журавль», куклы – персонажи к сказки; тарелка,	

Апрель 21 - 22	6) и 7) занятия проводятся по единому плану, меняется персонаж и проблемная ситуация.		- Выход из сказочной страны. - Приветствие, вход в сказочную страну. - Рассказ о Волшебном цветке. - Ввод куклы – сказочного персонажа, которая ведет диалог с детьми. - Превращение в сказочных героев. - Рассказ детей о своем сказочном герое. - Изобрази своего сказочного героя. - Проблемная ситуация. - Обсуждение выхода из проблемной ситуации. - Игра «колечко». - Рефлексия. - Выход из сказочной страны.	кувшин, ветки ели, кусочки наждачной бумаги, глянцевой бумаги, бархата, драпа, ваты. «Волшебный цветок», Кукла – персонаж любой сказки, волшебные предметы (клубок, колечко и пр.)	
Апрель 23	1) занятие «Гуси – лебеди»		- Приветствие, вход в сказочную страну. - Аудиозапись сказки «Гуси-лебеди». - Обсуждение характеров и поступков героев сказки.	Волшебный туннель, текст сказки «Гуси-лебеди», аудиозапись сказки и спокойной музыки.	

Май 24	Диагностика тревожности	Выявить уровень тревожности.	- Инсценировка сказки. - Игра «Я – взрослый». - Рефлексия. - Выход из сказочной страны. - Красивый рисунок -Тест Люшера - Эмоциональное состояние ребенка. - Анкета «Критерии тревожности». - Рисунок «Семья».	Бланки, протоколы, листы бумаги и цветные карандаши.	
-----------	----------------------------	---------------------------------	--	---	--

**Календарно-тематическое планирование работы педагога - психолога с тревожными детьми.
(2-й год обучения)**

Месяц, № занятия	Цикл	Цель и задачи	Игры и приемы	Зрительный ряд	Литература
Октябрь 1.	Диагностика уровня тревожности	Выявить уровень тревожности.	- Красивый рисунок -Тест Люшера - Эмоциональное состояние ребенка. - Анкета «Критерии тревожности». - Рисунок «Семья».	Бланки, протоколы, листы бумаги и цветные карандаши	
Ноябрь 2.	1 цикл: 1) занятие «Я владею своим телом»	Учить владеть собой, своими эмоциями, снимать усталость, заряжать активностью, бодростью.	✓ Ритуал ✓ Заряд бодрости ✓ Дыши и думай красиво ✓ Усы ✓ Губы ✓ Бородка ✓ Слепой и поводырь ✓ Обсуждение ✓ Релаксация ✓ Ритуал окончания занятия	Шарф, спокойная музыка, кегли, кубики	См. конспект занятия
Ноябрь 3.	2) занятие «Я владею своим телом»	Учить владеть собой, своими эмоциями, снимать усталость, заряжать активностью, бодростью.	✓ Ритуал ✓ Сценка по произведению К.И. Чуковского «Тараканище» ✓ Беседа о страхах ✓ Смелый Капитан ✓ Ритуал окончания занятия	Спокойная музыка, проигрыватель	См. конспект занятия

Ноябрь 4.					
	3) занятие «Я владею собой»	Снятие эмоционального и мышечного напряжения. Учить детей сдерживаться, снимать возбуждение, усталость, повышать уверенность в себе	✓ Ритуал ✓ Возьми себя в руки ✓ Врасти в землю ✓ Сбрось усталость ✓ Стойкий солдатик ✓ Торт ✓ Ритуал окончания занятия	Спокойная музыка, проигрыватель	См. конспект занятия
Ноябрь 5.	2.цикл 1) Занятие «Наши страхи»	Выявление реальных страхов у детей, развитие умения говорить о своих негативных переживаниях открыто в кругу сверстников.	✓ Ритуал ✓ Беседа «Мне страшно» ✓ Рисование «Нарисуй свой страх ✓ Музыкальная мозаика ✓ Ритуал окончания занятия	Спокойная музыка, проигрыватель, карандаши, бумага.	См. конспект занятия
	Декабрь 6.	2) занятие «Кто живет в темноте»	Проявление реального страха	✓ Ритуал ✓ Мысленная комната ✓ Темная комната ✓ Беседа «Грустная комната» ✓ «Фу, убирай» ✓ Сочинение сказки «Сказка по кругу» ✓ Театрализация ✓ Ритуал окончания	Темная ткань, шарф, спокойная музыка, проигрыватель

			занятия		
Декабрь 7.	3 цикл 1) занятие «Страх»	Снятие страхов и тревожности	✓ Ритуал ✓ Руки – звери ✓ Я страшилок не боюсь ✓ Верь в себя ✓ Театрализация ✓ Ритуал окончания	Сказка, спокойная музыка, проигрыватель	См. конспект занятия
Декабрь 8.	2) занятие «Злость»	Символическое уничтожение страха, преобразование пугающей ситуации, объекта.	✓ Ритуал ✓ Беседа «Злая Черная Рука» ✓ Как Злую Черную Руку превратить в Добрую Руку ✓ Беседа «Как злость Танечку и Ванечку в плен поймала» ✓ Превращаем Танечку и Ванечку ✓ Театрализация ✓ Ритуал окончания	Стихотворение М, Бродицкого «Убежало молоко», спокойная музыка, проигрыватель	См. конспект занятия
Декабрь 9.	3) занятие «Ты обиду не держи – поскорее расскажи»	Учить детей эмоциональному раскрепощению	✓ Ритуал ✓ Простучи обиду на барабане ✓ Чтоб не обижаться, надо расслабляться ✓ Театрализация	Спокойная музыка, проигрыватель	См. конспект занятия
Январь 10.	4 цикл 1) Занятие «Смелые ребята»	Развитие чувство уверенности в себе, своих возможностях.	✓ Ритуал ✓ Смелые ребята ✓ Слепой и поводырь ✓ Обсуждение	Шарф, спокойная музыка, проигрыватель	См. конспект занятия

Январь 11.			✓ Тренинг общения при встрече с разными людьми ✓ Ритуал окончания занятия		
	2) занятие	Развитие внимание друг к другу, социального доверия, развитие наблюдательности, памяти	✓ Ритуал ✓ Игра «Теремок» ✓ Танец ✓ Ритуал окончания занятия	Веселая и спокойная музыка, проигрыватель, шапочки героев сказки.	См. конспект занятия
Январь 12.	3) Занятие «Разные ситуации»	Моделирование поведения детей в конкретных ситуациях.	✓ Ритуал ✓ Беседа «Как можно поздороваться» ✓ Представление истории ✓ Беседа по кругу ✓ Ритуал окончания занятия	Спокойная музыка, проигрыватель	См. конспект
Февраль 13.	4) Занятие «Нам хорошо»	Развитие внимания друг к другу, спокойная музыка, проигрыватель	✓ Ритуал ✓ Игры по желанию ✓ Хоровод ✓ Ритуал окончания занятия	Спокойная и веселая музыка, проигрыватель	См. конспект
Февраль 14.	5 цикл «Сказочная шкатулка»	Развитие творческих способностей и коммуникативных навыков.	В течение нескольких занятий обыгрываются сказки: ✓ «Два брата» ✓ «Злая фея» ✓ «Дедушка и внучка» ✓ «Охотники» ✓ Белки и орехи» ✓ «Рыбаки» ✓ В лесу»		См. конспекты

			✓ «На реке» ✓ «Как быть» ✓ «Прими решение»		
Февраль 15.	Диагностик а уровня тревожност и	Выявить уровень тревожности.	- Красивый рисунок -Тест Люшера - Эмоциональное состояние ребенка. - Анкета «Критерии тревожности». - Рисунок «Семья».	Бланки, протоколы, листы бумаги и цветные карандаши	

