

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 17 города Ставрополя

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д\с №17  
\_\_\_\_\_ Широбокова О.А.  
«30» августа 2024г.

**Дополнительная общеразвивающая  
(адаптированная для детей с ТНР) программа  
социально-гуманитарной направленности**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КРУЖОК «УЛЫБКА»**



Принята на педагогическом совете:

Протокол № 1 от 30.08.2024г.

Ставрополь, 2024г.

## Целевой раздел ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная дополнительная программа предназначена для организации работы по развитию способностей, творческого потенциала и самореализации детей дошкольного возраста с 3 до 8 лет и составлена на основе Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста Крюковой С.В., Слободняк Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь..».

По программе обучаются воспитанники:

- групп общеразвивающей направленности от 3 до 7 лет;
- воспитанники разновозрастной группы компенсирующей направленности для детей с тяжелым нарушением речи в отдельной подгруппе.

Программа адаптирована к детям с ОВЗ (тяжелым нарушением речи), учитывает их особенности, способствует знакомству с навыками релаксации и саморегуляции, что создает условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием. Обсуждение и «проживание» ситуаций, вызывающих разнообразные чувства, повышают эмоциональную устойчивость ребенка, что помогает ему легче переносить аналогичные, но более мощные воздействия.

Развитие познавательных и творческих способностей у детей с ОВЗ не только возможно, а является нормой и не зависит от деформации в его развитии (проблемы речевого развития). Определяя содержания обучения, мы учитываем не только объем знаний, умений и навыков, но индивидуальные психологические особенности детей ОВЗ.

В данной программе используются элементы таких арт-терапевтических направлений, как сказкотерапия, куклотерапия и др. Способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей формируется у детей лишь по мере личностного развития. Особенно трудным для ребенка бывает период, когда в его жизни происходят существенные изменения — он начинает ходить в детский сад или в школу.

Не каждый взрослый человек способен разобраться во всей гамме своих переживаний, а для ребенка эта задача является еще более трудной. Дети не всегда правильно понимают даже простые эмоции, тем более трудно им осознать те разнообразные переживания, которые возникают по мере расширения их связей с окружающим миром.

Кроме того, в ходе работы дети опосредованно знакомятся с навыками релаксации и саморегуляции, что создает условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием. Обсуждение и "проживание" ситуаций, вызывающих разнообразные чувства, повышают эмоциональную устойчивость ребенка, что помогает ему легче переносить аналогичные, но более мощные воздействия.

Поскольку эмоции заразительны, коллективное сопереживание усиливает их и позволяет получить более яркий опыт проживания эмоциональных ситуаций.

Ребенок, действуя в этом удивительном мире искусства, дает позитивные изменения в своем развитии. На время общения с искусством он

уходит от переживаний, эмоционального отвержения, чувства одиночества, страхов и тревожности или от конфликтных межличностных и внутрисемейных отношений.

Таким образом, сказкотерапия и куклотерапия – это не просто направления, а синтез многих достижений психологии, педагогики, психотерапии и философии разных культур, это живой, творческий процесс, который обогащается детскими находками и озарениями. В процессе разнообразных занятий благодаря сказке ребенок познает мир не только умом, но и сердцем. И не только познает, но откликается на события и явления окружающего мира, выражает свое отношение к добру и злу, таким образом, происходит коррекция личности, расширение эмоционально – поведенческих реакций.

### **Цель программы.**

Ввести ребенка, включая ребенка с ОВЗ, в сложный мир человеческих эмоций, помочь прожить определенное эмоциональное состояние, объяснить, что оно обозначает, и дать ему словесное наименование. Накапливая определенные моменты проживания и фиксации на каком-либо чувстве, ребенок сможет создать свой собственный "эмоциональный фонд", с помощью которого он сможет ориентироваться в собственных чувствах и в чувствах людей, которые его окружают.

### **Задачами являются:**

- расширить и углубить знания детей об эмоциях и их проявлениях;
- научить детей понимать собственное эмоциональное состояние;
- выражать свои чувства;
- распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации;
- развивать чувство коллективизма, ответственности друг за друга;
- развивать самостоятельность, самоконтроль;
- развивать коммуникативные навыки;
- развивать различные анализаторы: зрительный, слуховой, речедвигательный, кинестетический.

### **При организации кружковой деятельности учитываются следующие принципы**

*Принцип системности.* Развитие ребенка - процесс, в котором взаимосвязаны, взаимозависимы и взаимообусловлены все компоненты. Нельзя развивать лишь одну функцию, необходима системная работа по развитию ребенка.

*Принцип соответствия возрастным и индивидуальным возможностям.* Индивидуальная программа работы с ребенком должна строиться в соответствии с психофизиологическими закономерностями возрастного развития.

*Принцип адекватности требований и нагрузок,* предъявляемых ребенку в процессе занятий, способствует оптимизации занятий и повышению эффективности.

*Принцип постепенности и системности,* следование от простых и доступных заданий к более сложным, комплексным.

*Принцип индивидуализации темпа работы* - переход к новому этапу обучения только после полного освоения материала предыдущего этапа.

*Принцип коммуникативности.* Обучение организуется в естественных для общения условиях или максимально приближенных к ним.

*Принцип коллективизма.* Создаются условия для активной работы всех детей группы.

*Принцип наглядности.* Обучение строится на конкретных образах, непосредственно воспринимаемых обучающимися.

*Принцип развивающего обучения.* Учет зоны ближайшего развития.

**Ожидаемый результат.**

По окончанию программы занятий дети должны уметь:

- Выражать свои мысли, наблюдения и эмоциональные переживания в речевых высказываниях.
- Сформировать навыки позитивного межличностного общения.
- Осознавать и контролировать своё эмоциональное состояние.
- Освоить позитивные формулы поведения и отношения к себе и к окружающим.
- Освоить приёмы саморасслабления.
- Обучиться элементам техники выразительных движений, развитие мимических движений.
- Развить доверие друг к другу, чувства безопасности по отношению к другим людям.
- Увидеть свои положительные стороны, почувствовать, что он принимаем и уценим другими людьми.
- Развить навыки совместной деятельности, умение сотрудничать со сверстниками, соотносить свои замыслы с замыслами других людей.
- Распознавать эмоциональное состояние других людей.

**Освоение программы воспитанники, включая детей с ОВЗ и детей-инвалидов способствует:**

- стабильной динамике физического и нервно–психического развития
- развитию внимания,
- развитию слуховой, тактильной и зрительной памяти, образного и логического мышления, моторики;
- развитию диалогической и монологической формам речи, умению задавать вопросы и грамотно отвечать на них;
- развитию социальной адаптации;
- развитию эмоционально-личностной сферы;
- активизации использования вербальных и невербальных средств общения, умению договариваться.

## СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### **Задачами являются:**

- расширить и углубить знания детей об эмоциях и их проявлениях;
- научить детей понимать собственное эмоциональное состояние;
- выражать свои чувства;
- распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации;
- развивать чувство коллективизма, ответственности друг за друга;
- развивать самостоятельность, самоконтроль;
- развивать коммуникативные навыки;
- развивать различные анализаторы: зрительный, слуховой, речедвигательный, кинестетический.

По окончании программы занятий дети должны уметь:

- Выражать свои мысли, наблюдения и эмоциональные переживания в речевых высказываниях.
- Сформировать навыки позитивного межличностного общения.
- Осознавать и контролировать своё эмоциональное состояние.
- Освоить позитивные формулы поведения и отношения к себе и к окружающим.
- Освоить приёмы саморасслабления.
- Обучиться элементам техники выразительных движений, развитие мимических движений.
- Развить доверие друг к другу, чувства безопасности по отношению к другим людям.
- Увидеть свои положительные стороны, почувствовать, что он принимаем и уценен другими людьми.
- Развить навыки совместной деятельности, умение сотрудничать со сверстниками, соотносить свои замыслы с замыслами других людей.
- Распознавать эмоциональное состояние других людей.

В ходе занятий у детей с ТНР развиваются восприятие, мышление, мелкая моторика (сила, амплитуда, скорость, точность движений рук), зрительно - двигательная координация, внимание, память. Интенсивно развивается речь, обогащается словарный запас, формируется грамматический строй речи. Достижение подобного единства представлений и трудовых навыков детей необходимо, поскольку оно лежит в основе гармоничной социализации ребенка с проблемами в развитии.

### ***Задачи.***

#### ***Младшая группа***

1. Помогать осваивать разные способы взаимодействия с взрослым и сверстником в игре и в повседневном общении.
2. Способствовать проявлению всех видов активности ребенка.
3. Формировать первые «нравственные эмоции»: хорошо - плохо.
4. Формировать умение действовать по правилам.
5. Формировать умение сопереживать, сочувствовать. Формировать эмоциональную отзывчивость.

6. Способствовать формированию позитивной самооценки ребенка в процессе общения с взрослым.

### **Эмоциональная сфера**

Называние, узнавание по пиктограмме эмоциональных состояний радость, грусть, гнев.

Знание некоторых способов выражения этих эмоциональных состояний (через рисунок, вокализацию, с помощью мимики, жестов и выразительных движений).

### **Коммуникативная сфера**

Умение обращаться к сверстнику и взрослому по имени, принимать различные роли в игре, придуманной взрослым.

### **Волевая сфера**

Принимать и удерживать 2 правила в игровой ситуации.

### **Психофизиологическая сфера**

Умение закрашивать предметы внутри контура.

Умение нанизывать мелкие предметы (бусинки) на лесу.

Умение вылепливать из пластилина или глины мелкие и крупные предметы.

Умение изображать различные эмоциональные состояния при помощи мимики и жестов.

### ***Средняя группа***

1. Создавать условия для развития творческого воображения.
2. Продолжать формировать умение подчинять свои действия правилам, усложняя деятельность через увеличение количества правил.
3. Создавать условия для проявления познавательной активности
4. Способствовать проявлению эмоциональной отзывчивости.
5. Создавать условия для перехода детей от соучастия к сотрудничеству в разных видах деятельности.

### **Эмоциональная сфера**

Называние, узнавание по пиктограмме эмоциональных состояний радость, грусть, гнев, удивление, испуг.

Умение рассказать о своем настроении.

Знание способов выражения и изменения этих эмоциональных состояний.

Умение определить эмоциональное состояние у героев сказки.

## **Коммуникативная сфера**

Умение работать в паре со сверстником по заданию взрослого.

Умение выбирать себе роль в игре, предложенной взрослым.

## **Волевая сфера**

Принимать и удерживать 3 правила в игровой ситуации и 2 правила в учебной ситуации.

### ***Старшая группа***

1. Формировать элементы произвольности психических процессов у детей во всех видах деятельности.
2. Поддерживать и создавать условия для развития творческого потенциала ребенка.
3. Способствовать развитию эмпатийных проявлений.
4. Побуждать детей к проявлению инициативы и самостоятельности мышления во всех видах деятельности.
5. Организовывать совместную деятельность с целью развития элементов сотрудничества.
6. Обучать детей умению планировать предстоящую деятельность. Использовать воображение как предпосылку развития у детей внутреннего плана действий и осуществлять внешний контроль посредством речи.

## **Эмоциональная сфера**

Ребенок должен уметь узнавать по пиктограмме и называть эмоциональные состояния: радость - восторг, грусть, гнев - ярость, удивление, испуг, растерянность, спокойствие.

Умение рассказать о своем настроении.

Знание не менее трех способов выражения и изменения этих эмоциональных состояний.

## **Коммуникативная сфера**

Умение объединяться в пары для совместной работы.

Умение при помощи взрослого распределять роли в игре и придумывать дополнительные роли.

Знание основных способов невербального общения

## **Волевая сфера**

Принимать и удерживать 3 правила в игровой ситуации и учебной ситуации.

Умение действовать по словесной и зрительной инструкции.

## **Личностная сфера**

Сформированность представлений о таких личностных качествах людей, как доброта и злость, жадность и щедрость, лень, капризность.

Умение оценивать себя, выделяя в своем поведении эти качества.

Проявление элементов рефлексии.



### ***Подготовительная к школе группа***

1. Способствовать формированию учебно-познавательного мотива.
2. Способствовать развитию мышления.
3. Формировать произвольность всех психических процессов.
4. Способствовать удержанию внутренней позиции ученика.
5. Способствовать формированию коммуникативных навыков сотрудничества в общении со сверстником.
6. Способствовать формированию самосознания и адекватной самооценки.
7. Способствовать формированию внутреннего плана действий через интериоризацию структуры деятельности.
8. Продолжать формировать этические представления.

### **Развитие интеллектуальной сферы.**

#### ***Анализ.***

Умение устанавливать причинно-следственные связи.

Умение находить решение проблемных ситуаций.

Умение формулировать позиции различных персонажей в литературном произведении.

Умение выстраивать аргументацию к своей позиции с учетом контраргументов.

Выполнение заданий: «найти девятое», «логические цепочки» по 3 и более признакам.

Исключение на основе всех изученных обобщений.

***Зрительный синтез*** из 9 частей без образца, из 12 частей – со зрительной опорой на образец.

***Сравнение предметов*** на основе представлений.

Ребенок должен уметь выделять 10 сходств и 10 отличий, в том числе существенные признаки.

#### **Обобщение.**

Ребенок должен уметь выполнять обобщения 1 и 2 порядка.

Выполнение операции ***конкретизации*** на основе всех имеющихся обобщений.

Выполнение ***сериации*** по всем свойствам предметов.

Умение выстраивать серию из 8 – 10 последовательных картинок.

Выполнение операции ***классификации*** по существенным признакам.

#### **Волевая сфера.**

Принимать и удерживать 5 и более правил в игровой и учебной ситуации.

Сформированность итогового и пошагового самоконтроля.

Умение планировать свою деятельность.

Умение действовать в соответствии с социальной ролью.

#### **Личностная сфера.**

Ребенок должен уметь относиться критически к своим поступкам.

Появление элементов рефлексии, появление устойчивой самооценки.

## Календарно-тематический план

### Младший возраст

Месяц	Неделя	Содержание занятий	Количество часов в месяц
СЕНТЯБРЬ	1	<b>Занятие №1. Давайте познакомимся!</b> 1. «Ласковое имя» 2. «Я - мама лисица» 3. Упражнение для релаксации «Тихий час для черепах»	1 час
	2	<b>Занятие №2. Веселье - грусть</b> 1. «Здравствуй, я Мурка» 2. «Ласковая Мурка» 3. «У Мурки болит лапка - пожалей Мурку» 4. Упражнение на релаксацию «Спящий котенок»	
	3	<b>Занятие №3. Веселье - грусть</b> 1. «Здравствуй, я лисичка» 2. «Лисичка веселая – грустная» 3. «Птичка грустная, потому что она упала» 4. «Кто как веселится» 5. Упражнение на релаксацию «Спящий лисенок»	
	4	<b>Занятие №4. Веселье - грусть</b> 1. «Здравствуй, я зайчик» 2. «Зайчик веселый – грустный» 3. «Зайчик отправился в лес» 4. Упражнение для релаксации «Облака»	
ОКТАБРЬ	1	<b>Занятие №5. Веселье - грусть</b> 1. «Здравствуй, я кукла Маша» 2. «Петя грустный и веселый» 3. «Петя позвонил по телефону» 4. Упражнение на релаксацию «Солнышко и тучка»	1 час

2	<p><b>Занятие №6. О грусти</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Здравствуй, я Буратино»</li><li>2. Чтение. М. Пляцковский «Однажды утром».</li><li>3. Беседа о прочитанном.</li><li>4. Упражнение на релаксацию.</li></ol>
---	---

	3	<p><b>Занятие №7. О грусти</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здравствуй, я — Буратино»</li> <li>2. Чтение. Русская народная сказка "Петушок и бобовое зернышко".</li> <li>3. Беседа о прочитанном</li> <li>4. Упражнение на релаксацию</li> </ol>	
	4	<p><b>Занятие № 8. О грусти</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здравствуй, я — Буратино»</li> <li>2. Разыгрывание. С.Я. Маршак «Сказка о глупом мышонке».</li> <li>3. Беседа.</li> <li>4. Упражнение на релаксацию.</li> </ol>	
НОЯБРЬ	1	<p><b>Занятие №9. Страшно - весело</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Волчок»</li> <li>2. «Страшный - веселый стульчик»</li> <li>3. «Чего боялся зайчик»</li> <li>4. «Ау»</li> <li>5. Упражнения для релаксации «Лимон»</li> </ol>	1 час
	2	<p><b>Занятие №10. Радуется - боится</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Козочка»</li> <li>2. «Хорошие ушки - красивые глазки»</li> <li>3. «Кто когда радуется и боится»</li> <li>4. «Помяукай и похрюкай»</li> <li>5. Упражнение на релаксацию «Мороженое»</li> </ol>	
	3	<p><b>Занятие №11. О злости</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй. Как тебя зовут»</li> <li>2. Чтение отрывка. К. Чуковский «Мойдодыр»</li> <li>3. Беседа о прочитанном. Релаксация.</li> </ol>	
	4	<p><b>Занятие №12. Радость, страх, злость</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Мышка»</li> <li>2. «Как выглядят чувства»</li> <li>3. «Покажи чувства руками»</li> <li>4. «Листочек падает»</li> <li>5. Упражнение на релаксацию «Водопад»</li> </ol>	
ДЕКАБРЬ	1	<p><b>Занятие №13. Радость, страх, злость</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я бабушка Федора»</li> <li>2. «Угадай чувство»</li> <li>3. «Кто в домике живет?»</li> <li>4. «Походи как...»</li> <li>5. Упражнение на релаксацию «Лентяи»</li> </ol>	1 час

	2	<p><b>Занятие №14. Об удивлении</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй. Как тебя зовут»</li> <li>2. Чтение М. Пляцковский «Разноцветные зверята»</li> <li>3. Беседа о прочитанном</li> <li>4. Релаксация</li> </ol>	
	3	<p><b>Занятие №15. Об удивлении</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй. Как тебя зовут»</li> <li>2. Разыгрывание. «Репка»</li> <li>3. Беседа.</li> <li>4. Релаксация.</li> </ol>	
	4	<p><b>Занятие №16. Узнаю чувство по голосу</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Мишутка»</li> <li>2. «Кто лучше разбудит?»</li> <li>3. «Что чувствует Мишутка?»</li> <li>4. «Что хочет сделать Колина мама?»</li> <li>5. Упражнение на релаксацию «Шишки»</li> </ol>	
ЯНВАРЬ	2	<p><b>Занятие №17. Узнаю чувство по лицу</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Петрушка»</li> <li>2. «Посудный магазин»</li> <li>3. «Кто пришел к нам в гости?»</li> <li>4. «Семья собачек»</li> <li>5. Упражнение на релаксацию «Холодно-жарко»</li> </ol>	1 час
	3	<p><b>Занятие №18. Узнаю чувство по походке</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Зайчик»</li> <li>2. «Карандашик – кисточка»</li> <li>3. «Я иду на день рождения»</li> <li>4. «Вот так»</li> <li>5. Упражнение на релаксацию «Улыбка»</li> </ol>	
	4	<p><b>Занятие №19. Забота</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Кошечка»</li> <li>2. «Радостное животное»</li> <li>3. «Маша упала»</li> <li>4. «Встану я утром»</li> <li>5. Упражнение на релаксацию «Бабочка»</li> </ol>	
ФЕВРАЛЬ	1	<p><b>Занятие №20. Радость, любовь</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Лисичка»</li> <li>2. «Пальцы – мышки»</li> <li>3. «Повторяй за мной»</li> <li>4. «Кто как радуется»</li> <li>5. Упражнение на релаксацию</li> </ol>	1 час

		«Солнечный зайчик»	
	2	<b>Занятие №21. Радость, любовь</b> 1. «Здравствуй, я Собачка» 2.«У кого больше любимок» 3.«Покажу, как я люблю» 4.Упражнение на релаксацию «Холодно-жарко»	
	3	<b>Занятие №22. Кто как обижается</b> 1. «Здравствуй, я Мышка» 2. «Пальцы – зайцы» 3. «Мы – солдаты» 4. «Кто как обижается» 5. Упражнение на релаксацию «Пчелка»	
	4	<b>Занятие №23. Кто как обижается</b> 1. «Здравствуй, я Козочка» 2. Машины сказки С. Прокофьева «Когда можно плакать?» 3. «Обижаться не могу, ой, смеюсь, кукареку!» 4. Упражнение на релаксацию «Водопад»	
МАРТ	1	<b>Занятие №24. Пожалей обиженного</b> 1. «Здравствуй, я Мишка» 2. «Пальцы – медведи» 3. «Обиженное животное» 4. «Цветы на полянке» 5. «Самолетики» 6. Упражнение на релаксацию «Качели»	1 час
	2	<b>Занятие №25. Поссорились - помирились</b> 1. «Здравствуй, я куклаМаша» 2. «Добрые – злые» 3. «Пальцы - звери добрые, пальцы - звери злые» 4. «Кто больше знает мирилок» 5. Упражнение на релаксацию «Тихий час для черепах»	
	3	<b>Занятие №26. Смелые - трусливые</b> 1. «Здравствуй, я Анфиса» 2. «Превратились» 3. «Большие – маленькие» 4. «Смелый – трусливый» 5. «Пальчиковый этюд: поссорились, помирились» 6. Упражнение на релаксацию «Спящий	

		котенок»	
	4	<b>Занятие №27. Помирились все</b> 1. «Здравствуй, я Федора» 2. «Моем стекла» 3. «Покажи голосом» 4. «Дай мне игрушку» 5. «Пальчиковый этюд: Саша напугал Дашу» 6. «Танец мира» 7. Упражнение на релаксацию «Мороженое»	
АПРЕЛЬ	1	<b>Занятие №28. Природа умеет чувствовать</b> 1. «Здравствуй, я Егорка» 2. «Чувство, замри!» 3. «Имя шепчет ветерок» 4. «Приласкай, ветерок» 5. Упражнение на релаксацию «Улыбка»	1 час
	2	<b>Занятие №29. Чувства природы</b> 1. «Здравствуй, я Машенька» 2. «Что чувствует природа?» 3. «Обиженный кустик» 4. «Птенец в яйце» 5. «Танец радости» 6. Упражнение на релаксацию «Волшебный сон»	
	3	<b>Занятие №30. Рисуем радость</b> 1. «Здравствуй, я Капитошка» 2. Рисунок радости. 3. Упражнение на релаксацию.	
	4	<b>Занятие №31. Рисуем грусть</b> 1. «Здравствуй, я Грустинка» 2. Рисунок грусти. 3. Упражнение на релаксацию.	
МАЙ	1	<b>Занятие №32. Рисуем страх</b> 1. «Здравствуй, я Марфуша» 2. Рисунок страха. 3. Упражнение на релаксацию.	1 час
	2	<b>Занятие №33. Рисуем удивление</b> 1. «Здравствуй, я Чебурашка» 2. Рисунок удивления. 3. Упражнение на релаксацию.	
	3	<b>Занятие №34. Рисуем обиду</b>	

		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Мальвина»</li> <li>2. Рисунок обиды.</li> <li>3. Упражнение на релаксацию.</li> </ol>
4		<b>Занятие №35. Радуга эмоций</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здравствуй, я Петрушка»</li> <li>2. Игра «Кто как веселится»</li> <li>3. «Пугливый ёжик»</li> <li>4. Игра «Лисичка веселая – грустная»</li> <li>5. Этюд «Король боровик не в духе»</li> <li>6. Упражнение « Уходи, злость, уходи!»</li> </ol>

### Календарно-тематический план для детей средних групп

Месяц	Недел я	Содержание занятий	Количество часов в месяц
СЕНТЯБРЬ	1	<b>Занятие №1 «Знакомство»</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Давайте познакомимся!»</li> <li>2. «Сороконожка» (игра на сплочение)</li> <li>3. «Тропинка»</li> <li>4. Упражнение на релаксацию «Макароны».</li> </ol>	1 час 20 минут
	2	<b>Занятие №2 Диагностика</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика «Домики».</li> <li>2. Методика «Посели чувство».</li> <li>3. Методика «Карта».</li> </ol>	
	3	<b>Занятие №3 Знакомство со сказочной страной</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ритуал входа в сказку.</li> <li>2. Создание сказочной страны.</li> <li>3. Ритуал выхода из сказки.</li> </ol>	
	4	<b>Занятие №4. Робость</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Сказка о мальчике Косте.</li> <li>3. Я – лев.</li> <li>4. Я очень хороший.</li> <li>5. Мы очень хорошие.</li> <li>6. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
ОКТАБРЬ	1	<b>Занятие №5. Радость</b>	1 час 20



		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Кто чему радуется.</li> <li>3. Солнечный зайчик.</li> <li>4. История о встрече друзей.</li> <li>5. Рисунок радости.</li> <li>6. Доброе животное.</li> <li>7. Завершающий ритуал.</li> </ol>	минут
	2	<p><b>Занятие №6. Радость</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Солнечный зайчик.</li> <li>3. Мимическая гимнастика.</li> <li>4. Веселые истории.</li> <li>5. Чему радуется мама.</li> <li>6. Коллаж радости.</li> <li>7. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	3	<p><b>Занятие №7. Радость</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Игра с платком.</li> <li>3. Азбука настроений.</li> <li>4. Доброе животное.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	4	<p><b>Занятие №8. Страх</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Солнечный зайчик.</li> <li>3. Изобрази страх.</li> <li>4. История про девочку Галю.</li> <li>5. Инсценировка истории.</li> <li>6. История про котенка.</li> <li>7. Инсценировка истории.</li> <li>8. Доброе животное.</li> <li>9. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
НОЯБРЬ	1	<p><b>Занятие №9. Страх</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Азбука настроений.</li> <li>3. История «Ваза».</li> <li>4. Изобрази страх, а мы успокоим.</li> <li>5. Обнимашки.</li> <li>6. Завершающий ритуал.</li> </ol>	1 час 20 минут
	2	<p><b>Занятие №10. Страх</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Рисунок страха.</li> <li>3. Обсуждение рисунков.</li> <li>4. Как побороть страх.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	

	3	<p><b>Занятие №11. Страх</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Очень страшная история.</li> <li>3. Обсуждение истории.</li> <li>4. Передай улыбку другому.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	4	<p><b>Занятие №12. Удивление</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Изобрази удивление.</li> <li>3. История о живой шляпе.</li> <li>4. Инсценировка истории.</li> <li>5. Рисунок удивленного человека, обсуждение.</li> <li>6. Индивидуальные рисунки удивленных человечков, обсуждение.</li> <li>7. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
ДЕКАБРЬ	1	<p><b>Занятие №13 Удивление</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Беседа на тему: «Удивленью есть причина – слон катается в машине!»</li> <li>3. Этюд «Удивился»</li> <li>4. Игра «Покажи голосом»</li> <li>5. Игра-ассоциация «Удивление»</li> <li>6. Релаксация</li> <li>7. Завершающий ритуал</li> </ol>	1 час 20 минут
	2	<p><b>Занятие № 14. Удивление</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Беседа</li> <li>3. Игра-инсценировка «Ваня удивился»</li> <li>4. Игра «Лучики солнца»</li> <li>5. Релаксация</li> <li>6. Завершающий ритуал</li> </ol>	
	3	<p><b>Занятие №15. Удивление</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Чтение стихотворения про облака</li> <li>3. Изображение эмоции удивления</li> <li>4. Релаксация</li> <li>5. Завершающий ритуал</li> </ol>	
	4	<p><b>Занятие №16. Самодовольство</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Узнай чувство (пиктограммы радости, страха, удивления).</li> </ol>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>3. Хвастовство по кругу.</li> <li>4. Сказка «Мышка-хвастунья».</li> <li>5. Инсценировка сказки.</li> <li>6. Завершающий ритуал</li> </ul>	
ЯНВАРЬ	2	<p><b>Занятие №17. Злость</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Знакомство со злостью.</li> <li>3. История «Сердитый дедушка».</li> <li>4. Сражение шарфами.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ul>	1 час
	3	<p><b>Занятие №18. Гнев</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Чтение отрывков из произведения К. Чуковского "Мойдодыр»</li> <li>3. Драматизация отрывка из сказки Л. Толстого "Три медведя"</li> <li>4. Упражнение "Зеркало"</li> <li>5. Релаксация</li> <li>6. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
	4	<p><b>Занятие №19. Гнев</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. История про Ванечку и Танечку</li> <li>3. Игра "Волшебный мешочек"</li> <li>4. Игра "Коврик злости"</li> <li>5. Игра "Возьми себя в руки"</li> <li>6. Релаксация</li> <li>7. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
ФЕВРАЛЬ	1	<p><b>Занятие №20. Стыд, вина</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. История «Косточка».</li> <li>3. Инсценировка истории.</li> <li>4. Игра «Подарки».</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ul>	1 час 20 минут
	2	<p><b>Занятие №21. Отвращение, брезгливость</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Знакомство с брезгливостью.</li> <li>3. История «Соленый чай».</li> <li>4. Фантазия «Соленый чай».</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
	3	<p><b>Занятие 22. Брезгливость</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Игра «Представь себе жабу».</li> <li>3. История про Дюймовочку</li> </ul>	

		<p>4.Релаксация. 5.Завершающий ритуал.</p>	
	4	<p><b>Занятие №23. Грусть</b> 1. Приветствие. 2. Прослушивание и обсуждение "Истории про Обидку и Грустинку". 3. Игра "Волшебный стул" 4. Игра "Море волнуется раз. " 5. Релаксация. 6. Завершающий ритуал.</p>	
МАРТ	1	<p><b>Занятие №24. Грусть</b> 1. Приветствие. 2. Слушание стихотворения о грустном сне. 3. Беседа о грусти 4. Рисунок для грустного мальчика. 5. Завершающий ритуал.</p>	1 час 20 минут
	2	<p><b>Занятие №25. Интерес</b> 1. Приветствие. 2. Игра «Что меня интересует». 3. Игра «Море волнуется». 4. Игра-ассоциация «Интерес». 5. Завершающий ритуал</p>	
	3	<p><b>Занятие № 26. Заговор Обиды</b>  1. Ритуал входа в сказку. 2. Беседа о «плохих» и «хороших» чувствах. 3. Беседа о мере. 4. Ритуал выхода из сказки.</p>	
	4	<p><b>Занятие №27. Обида</b> 1. Приветствие. 2. Стихотворение про обиду 3. Игра-ассоциация «Обида». 4. Этюд «Обиженный и обидчик». 5. Релаксация. 6. Завершающий ритуал.</p>	
АПРЕЛЬ	1	<p><b>Занятие №28. Обида</b> 1. Приветствие. 2. Беседа про обиду. 3. Рисунок обиды. 4. Завершающий ритуал.</p>	1 час 20 минут
	2	<p><b>Занятие №29. Обида</b></p>	

		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Беседа о способах избавления от обиды.</li> <li>3. Выбросим обиду в ведро.</li> <li>4. Релаксация.</li> <li>6. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	3	<b>Занятие №30. В поисках любви</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ритуал входа в сказку.</li> <li>2. Беседа о любви.</li> <li>3. Игра «Подари любовь ближнему».</li> <li>4. Беседа о мере.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	4	<b>Занятие №31. Возвращение короля</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ритуал входа в сказку.</li> <li>2. Беседа о важности изученных чувств.</li> <li>3. Работа со страной чувств.</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
МАЙ	1	<b>Занятие №32. Закрепление знаний о чувствах</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Азбука настроений.</li> <li>3. Потешка разной интонацией.</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ol>	1 час 20 минут
	2	<b>Занятие №33. Взлохмаченные человечки</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Коллективная работа.</li> <li>3. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	3	<b>Занятие №34. Русские горки</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Коллективная работа.</li> <li>3. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	4	<b>Занятие № 35 Завершение путешествия</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика «Домики».</li> <li>2. Методика «Посели чувство».</li> <li>3. Методика «Карта».</li> </ol>	

**Календарно – тематический план занятий для детей старших групп**

<b>Месяц</b>	<b>Неделя</b>	<b>Формы работы с детьми</b>	<b>Количество часов</b>
СЕНТЯБРЬ	1	<b>Занятие №1 Знакомство</b> 1. Приветствие. 2. Как меня зовут 3. Обсуждение правил. 4. Завершающий ритуал.	1 час 40 минут
	2	<b>Занятие №2</b> 1. Приветствие 2. Игра «Я — кленовый листочек» 3. Релаксация. 4. Завершающий ритуал.	
	3	<b>Занятие №3</b> 1. Приветствие. 2. Беседа «Как можно поздороваться». 3. Релаксация. 4. Завершающий ритуал.	
	4	<b>Занятие №4</b> 1. Приветствие. 2. Игра «Порхание бабочки». 3. Релаксация. 4. Завершающий ритуал.	
ОКТЯБРЬ	1	<b>Занятие № 5</b> 1. Приветствие. 2. Игра «Тихое озеро». 3. Завершающий ритуал	1 час 40 минут
	2	<b>Занятие №6</b> 1. Приветствие. 2. Сказка «Путешествие по морю-океану» 3. Релаксация. 4. Завершающий ритуал.	
	3	<b>Занятие №7.</b> 1. Приветствие. 2. «Пирамида любви» 3. Беседа о любви. 4. «Воздушный шарик» 5. Завершающий ритуал.	
	4	<b>Занятие №8</b> 1. Приветствие. 2. «Разноцветный букет»	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>3. «Изобрази явление».</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
НОЯБРЬ	1	<b>Занятие №9</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Игра-имитация «Послушай и угадай»</li> <li>3. Подвижная игра «Листики осенние»</li> <li>4. Игра «Грибочки».</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ul>	1 час 40 минут
	2	<b>Занятие №10</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Игра «Если тебе нравится, то делай так»</li> <li>3. Упражнение «заряд бодрости»</li> <li>4. Релаксация</li> <li>5. Завершающий ритуал</li> </ul>	
	3	<b>Занятие №11</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Беседа «Как можно узнать настроение человека»</li> <li>3. Игра «Угадай настроение»</li> <li>4. Релаксация.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
	4	<b>Занятие №12</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Игра «На что похоже настроение»</li> <li>3. Фантазия «Какой цвет у настроения»</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
ДЕКАБРЬ	1	<b>Занятие №13</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Упражнения «Прогулка в лес»,</li> <li>3. Упражнение «Медвежата в берлоге»</li> <li>4. Игра с шариками</li> <li>5. Игра «Холодно-жарко»</li> <li>6. Игра с пчёлкой</li> <li>7. Завершающий ритуал.</li> </ul>	1 час 40 минут
	2	<b>Занятие №14</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Игра «Тренируем эмоции»</li> <li>3. Упражнение «Эмоции»</li> <li>4. Релаксация.</li> <li>5. Завершающий ритуал</li> </ul>	

	3	<b>Занятие №15</b> 1. Приветствие 2. Игра с шарфами. 3. Пчёлка мешает спать. 4. Релаксация. 5. Завершающий ритуал.	
	4	<b>Занятие №16</b> 1. Приветствие. 2. «Потянулись - сломались» 3. «Возьми себя в руки». 4. Завершающий ритуал.	
ЯНВАРЬ	2	<b>Занятие №17</b> 1. Приветствие. 2. «Не хотим мы больше спать» 3. Сбрось усталость. 4. Завершающий ритуал.	1 час 15 минут
	3	<b>Занятие №18</b> 1. Приветствие. 2. Упражнение «Торт» 3. Поупражняем кожу. 4. Завершающий ритуал.	
	4	<b>Занятие №19</b> 1. Приветствие. 2. Полёт высоко в небе. 3. Игра «Поменяйтесь местами те, кто» 4. Завершающий ритуал.	
ФЕВРАЛЬ	1	<b>Занятие №20</b> 1. Приветствие. 2. Игра-имитация «Лесная зверобика» 3. «Путешествие в волшебный лес» 4. Завершающий ритуал.	1 час 40 минут
	2	<b>Занятие №21</b> 1. Приветствие. 2. Мини-этюда «Цветок» 3. Релаксация. 4. Завершающий ритуал.	
	3	<b>Занятие №22</b> 1. Приветствие 2. Путешествие к радужке 3. Творческая мастерская «Радуга» 4. Завершающий ритуал	
		<b>Занятие №23</b>	



	4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Игра «Снежинки»</li> <li>3. Упражнение «Снежинка»</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
МАРТ	1	<b>Занятие №24</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Мини-этюда «Цветок»</li> <li>3. Релаксация</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ol>	1 час 40 минут
	2	<b>Занятие №25</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Игра «Посмотрим друг на друга».</li> <li>3. Упражнение «Найди друга»</li> <li>4. Творческая мастерская «Человечки в подарок Мишке»</li> <li>5. Завершающий ритуал</li> </ol>	
	3	<b>Занятие №26</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Стойкий оловянный солдатик»</li> <li>3. История Фантика</li> <li>4. Творческая мастерская «Сноведения Фантика»</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	4	<b>Занятие №27</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Игра «Эхо»</li> <li>3. Игра-упражнение «Отгадай, что в мешочке».</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
АПРЕЛЬ	1	<b>Занятие №28</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Упражнение «Интервью»</li> <li>3. «Путешествие на голубую звезду»</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ol>	1 час 40 минут
	2	<b>Занятие №29</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Мимическая гимнастика</li> <li>3. Упражнение «Просыпайся, третий глаз»</li> <li>4. Релаксация.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	3	<b>Занятие №30</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> </ol>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>2. Ганс и Гритель</li> <li>3. «Сломанная кукла»</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
	4	<b>Занятие №31</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Упражнения «Коврик злости»</li> <li>3. «Полёт птицы»</li> <li>4. Завершающий ритуал</li> </ul>	
МАЙ	1	<b>Занятие №32</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. «Подарок для любимой мамы»</li> <li>3. Решение проблемно-практических ситуаций «Помоги товарищу», «Помиришь с другом»"</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ul>	1 час 40 минут
	2	<b>Занятие №33</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Игра «Три характера»</li> <li>3. «Гора с плеч»</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
	3	<b>Занятие №34</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Упражнение «Шарик»</li> <li>3. Техника «Разрывание бумаги».</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
	4	<b>Занятие №35</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Рисование с ограниченным количеством карандашей</li> <li>3. Беседа «Чуткое и внимательное отношение друг к другу»</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ul>	

**Календарно – тематический план занятий  
для детей подготовительных групп**

Месяц	Неделя	Формы работы с детьми	Количество часов в месяц
СЕНТЯБРЬ	1	<b>Занятие №1 Знакомство</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Обсуждение правил.</li> <li>3. Завершающий ритуал.</li> </ul>	2 часа
	2	<b>Занятие №2 Удивительный мир эмоций и чувств</b>	

		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Игра «Встаньте те, кто...»</li> <li>3. Сказка «Домовые».</li> <li>4. Релаксация.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	3	<b>Занятие №3</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Беседа о настроении.</li> <li>3. Релаксация.</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	4	<b>Занятие №4</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Беседа о чувствах.</li> <li>3. Релаксация.</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
ОКТАБРЬ	1	<b>Занятие № 5 «Учимся владеть языком эмоций»</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Упражнение «Повторяй за мной»</li> <li>3. Игра «Лото настроений»</li> <li>4. Игра «Кубик»</li> <li>5. Завершающий ритуал</li> </ol>	2 часа
	2	<b>Занятие №6</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Игра «Расколдуй девочку»</li> <li>3. Решение проблемно-практической ситуации «Подними настроение сверстнику»</li> <li>4. Релаксация.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	3	<b>Занятие №7.</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Этюды «Я так устал»,</li> <li>3. Этюд «Остров плакс»,</li> <li>4. Этюд «Гневная гиена»,</li> <li>5. Этюд «Два сердитых мальчика»,</li> <li>6. Этюд «Король-боровик»</li> <li>7. Игра «Пиктограмма»</li> <li>8. Упражнение «Покажи, как»</li> <li>9. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	4	<b>Занятие №8</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Этюды «Страх»,</li> </ol>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>3. Этюд «На улице»,</li> <li>4. Этюд «Ваське стыдно»,</li> <li>5. Этюд «Круглые глаза»</li> <li>6. Решение проблемно-практической задачи «На качели»</li> <li>7. Решение проблемно-практической ситуации «Встреча с другом»</li> <li>8. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
НОЯБРЬ	1	<b>Занятие №9 Сделаем страх смешным</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Беседа «Как можно поднять себе настроение»</li> <li>3. Решение проблемно-практической задачи «Как можно поднять себе настроение»</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ul>	2 часа
	2	<b>Занятие №10</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Игра — Поварята-</li> <li>3. Этюды «Хорошее настроение», «Первый снег»</li> <li>4. Релаксационное упражнение «Цветок»</li> <li>5. Завершающий ритуал</li> </ul>	
	3	<b>Занятие №11</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Этюд «Поссорились и помирились»</li> <li>3. Решение проблемно-практической ситуации «Умей попросить о помощи»</li> <li>4. Релаксация.</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
	4	<b>Занятие №12</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Решение проблемно-практических задач «Потерялась».</li> <li>3. Решение проблемно-практических задач «У тебя сломали дом»</li> <li>4. Решение проблемно-практической задачи «Не взяли в игру»</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ul>	
ДЕКАБРЬ	1	<b>Занятие №13 «Поможем себе победить злость»</b>	2 часа

		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Упражнения «Выбиваем пыль»,</li> <li>3. Упражнение «Кулачок»</li> <li>4. Игры «Взаимоотношения», «Улитка»</li> <li>5. Решение проблемно-практических ситуаций «Испортился рисунок», «Не досталась игрушка»</li> <li>6. Решение проблемно-практических задач «Не будем драться».</li> <li>7. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	2	<b>Занятие №14</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Упражнения - Спина к спине»,</li> <li>3. Упражнение «Разговор»</li> <li>4. Решение проблемно-практических ситуаций «Как поделить сладости».</li> <li>5. Релаксация.</li> <li>6. Завершающий ритуал</li> </ol>	
	3	<b>Занятие №15</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Рисование «Мои друзья»</li> <li>3. Упражнение «Опиши своих маму, папу, бабушку, дедушку, сестру, брата-..»</li> <li>4. Игра «Я и друзья»</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
	4	<b>Занятие №16</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Занятие «Доставим радость близким!»</li> <li>3. Игры «Карлики и великаны». «Возьми себя в руки». «Замри»</li> <li>4. Игра «Да» и «нет» не говори» (с различными усложнениями, в разных вариантах)"</li> <li>5. Завершающий ритуал.</li> </ol>	
ЯНВАРЬ	2	<b>Занятие №17</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Беседа «Как можно назвать человека по имени»</li> <li>3. Упражнения «Стойкий солдатик», «Знакомство»</li> <li>4. Завершающий ритуал.</li> </ol>	1 час 30 минут

	3	<b>Занятие №18</b> 1. Приветствие. 2. Беседа «Как можно поздороваться» 3. Решение проблемно-практической ситуации «Поприветствуем гостей» 4. Завершающий ритуал.	
	4	<b>Занятие №19</b> 1. Приветствие. 2. Решение проблемно-практических ситуаций «Я разозлился», «На прогулке» 3. Игра «Я — другой. Мы разные» 4. Завершающий ритуал.	
ФЕВРАЛЬ	1	<b>Занятие №20 «Как стать уверенным в себе»</b> 1. Приветствие. 2. Игры «Воробьиная семья», «Брыкающаяся лошадка». 3. Арттерапия по А.И. Захарову" «Пчелкины песни» . 4. Решение проблемно-практической ситуации - Помогите взрослому 5. Завершающий ритуал.	2 часа
	2	<b>Занятие №21</b> 1. Приветствие. 2. Упражнения «Ладонь в ладонь», «Доверительное падение», «Слепой и поводырь» 3. Релаксация. 4. Завершающий ритуал.	
	3	<b>Занятие №22</b> 1. Приветствие 2. Этюд «Один дома» 3. Подвижные игры «Медвежонок», «Мышь и мышеловка» 4. Завершающий ритуал	
	4	<b>Занятие №23</b> 1. Приветствие 2. Игра-драматизация «О храбрых зайчатах, которые думали, что они трусливые» 3. Релаксация 4. Завершающий ритуал.	
		<b>Занятие №24 «Воспитавай уверенность в</b>	2 часа

МАРТ	1	<b>себе»</b> 1. Приветствие 2. Игры «Имя», «Зеркало» 3. Упражнение «Нарисуй себя» 4. Решение проблемно-практической ситуации «А вдруг не получится» 5. Завершающий ритуал.	
	2	<b>Занятие №25</b> 1. Приветствие 2. Упражнения «Назови свои сильные стороны», "Скажи по-другому» 3. Рисование «Я в будущем» 4. Завершающий ритуал	
	3	<b>Занятие №26</b> 1. Приветствие 2. Сочинение сказки о ребенке, не похожем ни на кого. 3. Решение проблемно-практической ситуации «Мои рисунки» 4. Завершающий ритуал.	
	4	<b>Занятие №27</b> 1. Приветствие. 2. Упражнение «Закончи предложение» 3. Рисование «Как мы боремся с трудностями» 4. Решение проблемно-практической ситуации «Я расту» 5. Завершающий ритуал.	
АПРЕЛЬ	1	<b>Занятие №28 «Как понять другого»</b> 1. Приветствие. 2. Чтение и анализ сказки Г.-Х. Андерсена «Гадкий утенок» 3. Творческая игра «Угадай, кто это?» 4. Игра-драматизация «Кто здесь кто» 5. Этюд «Уходи» 6. Упражнения «Отдай!», «Тише!» 7. Завершающий ритуал.	2 часа
	2	<b>Занятие №29</b> 1. Приветствие 2. Игры «Прорви круг», «Нарисуй узор» 3. Решение проблемно-практической ситуации «Упал» 4. Решение проблемно-практической	

		задачи «Почему огорчился папа?» 5. Завершающий ритуал.	
	3	<b>Занятие №30</b> 1. Приветствие. 2. Игры «Слепой и поводырь», «Липучки», «Клеевой дождик», «Только вместе» 3. Беседа «Ты обиду не держи, поскорее расскажи» 4. Завершающий ритуал.	
	4	<b>Занятие №31</b> 1. Приветствие 2. Упражнения «Сделаем по кругу друг другу подарок», «Вежливые слова» 3. Решение проблемно-практической ситуации «Присоединись к товарищу», «Присоединись к общему веселью» 4. Завершающий ритуал	
МАЙ	1	<b>Занятие №32 «Почему мы обижаем близких нам людей»</b> 1. Приветствие. 2. «Подарок для любимой мамы» 3. Решение проблемно-практических ситуаций «Помоги товарищу», «Помиришь с другом» 4. Завершающий ритуал.	2 часа
	2	<b>Занятие №33 «Учимся общаться друг с другом»</b> 1. Приветствие 2. Беседа «Как вести себя, если поссорился?» 3. Решение проблемно-практической ситуации «Не помог маме» 4. Завершающий ритуал.	
	3	<b>Занятие №34 «Я считаю тебя хорошим»</b> 1. Приветствие 2. Прослушивание и обсуждение рассказа Л.Н.Толстого «Два товарища» 3. Беседа «Как правильно дружить?» 4. Коллективное рисование «Страна ИКС»	



		5. Завершающий ритуал.
	4	<b>Занятие №35</b> Диагностика <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика «Домики».</li> <li>2. Методика «Посели чувство».</li> <li>3. Методика «Карта».</li> </ol>

## ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Занятия дополнительной образовательной программы проводятся как в кабинете психолога, так и в тёмной сенсорной комнате.

Тёмная сенсорная комната — это пространственная среда, которая насыщена различного рода аудиальными, визуальными и тактильными стимуляторами. Адекватно дозированные занятия с детьми активизируют их деятельность, стимулируют развитие и коррекцию базовых чувств: зрения, слуха, обоняния, осязания — и создают условия для саморегулирования процессов возбуждения и торможения. В условиях данной комнаты решаются задачи самопознания, самосовершенствования и психологической коррекции отклонений в эмоционально-личностной сфере детей, в условиях интерактивной среды соотносится с ролью цвета, звука и слова в гармонизации отношений человека с другими членами сообщества, с миром природы и с собственным «Я».

Сенсорная комната в нашем дошкольном учреждении — это помещение, оснащенное высококачественным оборудованием.

**Мягкая среда** – обеспечивает уют, комфорт и безопасность. Главной целью ее использования является создание условий для релаксации и спокойного состояния. Поэтому, все изделия мягкой обстановки решены в

спокойных тонах (маты напольные, подушки с гранулами, музыкальное кресло-подушка, сухой бассейн и др.)

**Зрительная и звуковая среда** – спокойная музыка и медленно меняющиеся расплывчатые световые эффекты действуют на человека успокаивающе и расслабляюще. Яркие светооптические и звуковые эффекты привлекают и поддерживают внимание, используются для зрительной и слуховой стимуляции, стимуляции двигательной активности и исследовательского интереса (музыкальный центр с набором дисков, безопасная пузырьковая колонна с мягкой платформой и безопасным угловым зеркалом, зеркальный шар с мотором, прожектор направленного света и световой фильтр, прибор динамической заливки света, звездная сетка с контроллером, волшебная нить и контроллер к ней, переливающиеся цветы, светильник "Пламя", настенный ковёр «Звёздное небо» и др.)

**Тактильная среда** – позволяет освоить новые ощущения и развить тактильную чувствительность, учит различать свойства предметов и улучшает зрительно-моторную координацию (сухой душ, игровое тактильное панно «Ёжик», сенсорная тропа для ног, массажные мячи и валики и др.).

**Среда запахов** – в основе ароматерапии лежит принцип воздействия на организм человека натуральных эфирных масел. Практически все натуральные масла обладают ярко выраженными бактерицидными, антисептическими, противовирусными и противовоспалительными свойствами, положительно действуют на нервную систему, психоэмоциональное состояние, стимулируют процессы саморегуляции и иммунитета, улучшают работу всех систем организма.

Теоретической основой программы является деятельностный подход, разработанный в трудах А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна и других основоположников отечественной психологии, теоретические положения Л.С. Выготского об эмоциях как о центральном звене психической жизни человека. Практическая основа – опыт российских педагогов и психологов по развитию эмоций у детей.

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Длительность занятия:

1 младшая группа- 10 минут,  
2 младшая группа – 15 минут,  
средняя группа – 20 минут,  
старшая группа – 25 минут,  
подготовительная группа – 30 минут,  
занятия в разновозрастной группе  
компенсирующей направленности для  
детей с ТНР- 25 мин.

Занятия в кружке проводятся 1 раз в неделю по подгруппам. Группы формируются по возрастным принципам: младший возраст, средний возраст, старший возраст и подготовительный к школе.

## Структура занятия

Этап	Назначение	Содержание этапа
<b>1. Ритуал приветствия</b>	Создать настрой на совместную работу	Коллективные упражнения для настроя группы на совместную работу, установления эмоционального контакта между всеми участниками. Основные процедуры работы — приветствия, игры с именами.
<b>2. Повторение</b>	Вспомнить то, что делали в прошлый раз, какие выводы для себя сделали, какой новый опыт приобрели, чему научились	Ведущий задает детям вопросы о том, что было в прошлый раз; что они помнят; использовали ли они опыт в течение тех дней, пока не было занятий; как им помогло в жизни то, чему они научились в прошлый раз
<b>3. Расширение</b>	Расширить представления ребенка о чем-либо	Ведущий рассказывает детям новую сказку. Спрашивает, хотят ли они попробовать, помочь какому-либо персонажу из сказки
<b>4. Закрепление</b>	Приобрести новый опыт, закрепить новые качества личности ребенка	Ведущий проводит игры, позволяющие детям приобрести новый опыт; совершаются символические путешествия и превращения

<b>5. Интеграция</b>	Связать новый опыт с реальной жизнью	Ведущий обсуждает и анализирует вместе с детьми, в каких ситуациях их жизни они могут использовать тот опыт, который приобрели сегодня
<b>6. Резюмирование</b>	Обобщить приобретенный опыт, связать его с уже имеющимся	Ведущий подводит итоги занятия. Четко проговаривает последовательность происшедшего на занятии, отмечает отдельных детей за их заслуги, подчеркивает значимость приобретенного опыта, проговаривает конкретные ситуации реальной жизни, в которых дети могут использовать новый опыт
<b>7. Ритуал завершения</b>	Закрепить новый опыт, подготовить ребенка к взаимодействию в привычной социальной среде	Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение релаксационного упражнения.

### Методические приёмы.

В программу включено много полифункциональных упражнений, которые, с одной стороны, могут решать несколько задач, с другой стороны, могут на разных детей оказывать различное воздействие:

1. этюды;
2. игры с правилами (сюжетно-ролевые, словесные, подвижные);
3. дидактические и развивающие игры;
4. сказкотерапия;
5. беседа;
6. свободное и тематическое рисование;
7. различные проектированные методики;
8. релаксация.

Особенность занятий:

1. Комплексность (объединение общим сюжетом, включающим все элементы методики). В данной программе главным персонажем является герой известного детского мультфильма Лунтик.
  2. Игровая форма (игры-путешествия, игры-импровизации, игровые упражнения и творческие игровые задания);
  3. Доброжелательная творческая атмосфера (дети могут высказывать свои мысли вслух, не боясь, что его осмеют или подвергнут критике).
- Дети должны постоянно чувствовать удовлетворение от сделанного, а педагог-психолог - увидеть в рисунке, поделке, высказывании крупицу оригинального.

## Список литературы

1. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: Норма и отклонения [Текст] / Г.М. Бреслав. - М.: Педагогика, 1990.
2. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ/ Т.А. Домилина, В.Я. Зендгендзе, Н.М. Степина. – 4-е изд. – М.: Айрис – пресс, 2008. – 160 с. – (Библиотека психолога образования)
3. Ежова Н. Развитие эмоций в совместной с педагогом деятельности [Текст] / Н. Ежова // 2003-. №1. - С. 20.
4. Ермолаева М.В. Особенности и средства развития эмоциональной сферы дошкольников: Учебное пособие/ М.В. Ермолаева, И.Г. Ерофеева. – М.: Издательство московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НГО «МОДЭК», 2008. – 336 с. – (серия «Библиотека педагога-практика»)
5. Катаева Л. И, Коррекционно-развивающие занятия в подготовительной группе: Конспекты занятий. – М.: Книголюб, 2004. – 64 с.
6. Коломинский Я.Л. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников [Текст] / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько. - Минск, 1997.
7. Кошелева А.Д., Перегуда В.И., Шаграева О.А. Эмоциональное развитие дошкольников. – М.: Издательский центр «Академия», 2003
8. Крюкова С.В., Слободняк Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.: Практическое пособие – М.: Генезис, 2005. – 208 с., илл.
9. Крюкова С.В. Здравствуй, Я сам! Тренинговая программа работы с детьми 3-6 лет. - М.: Генезис, 2007.- 111с.
10. Кряжева Н. Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет. – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2001. – 160 с.
11. Лаврентьева Т.В. Психолог в детском дошкольном учреждении [Текст]: Методические рекомендации к практической деятельности/Под ред. Т.В. Лаврентьевой. - М.: Новая школа, 1996.
12. Психотерапия на практике. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. Практикум по сказкотерапии — Санкт-Петербург: «Речь», 2000.
13. Тренинг по сказкотерапии. Развивающая сказкотерапия. Сборник программ по сказкотерапии под редакцией Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой — Санкт-Петербург: «РЕЧЬ», 2000.
14. Справочник педагога-психолога. Детский сад, №4: МЦФЭР ресурсы образования, 2012
15. Степанова Г. Эмоциональное состояние ребенка - дошкольника и их педагогическое оценка в условиях детского сада [Текст] / Г. Степанова // Дошкольная педагогика. - 1998. - №5. - С.34-35.
16. Тёмная сенсорная комната — мир здоровья. Учебно-методическое пособие. Санкт – Петербург, ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011.
17. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я : уроки психологии в начальной школе (1-4) / О.В. Хухлаева. – Москва : Генезис, 2004. – 303 с (адаптирована для детей дошкольного возраста).

18. Чистякова М.И. Психогимнастика / под ред. Буянова М.И. – 2-е изд. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995
19. Шипицина Л.М., Защиринская О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. Азбука общения: Развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. – «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2002
20. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я : уроки психологии в начальной школе (1-4) / [О.В. Хухлаева](#). – Москва : Генезис, 2004. – 303 с (адаптирована для детей дошкольного возраста).