

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 115 «Акварель»

ПРИНЯТА
педагогическим советом
протокол № 1
от "13" августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий
Детского сада № 115 «Акварель»
Черных Т.В.
от 13.08.2024



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
"Разноцветное настроение"

г. Вологда

2024

Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Разноцветное настроение»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Разноцветное настроение» имеет социально-педагогическую направленность и предназначена для улучшения психологического здоровья дошкольников.

Новизна данной программы заключается в использовании творческой деятельности ребенка как способа психологической работы. В процессе реализации программы наряду с известными и широко используемыми техниками и приемами работы с детьми используются нетрадиционные приемы творческой деятельности.

Целью программы является формирование и коррекция эмоционально-аффективной сферы и личностных особенностей детей дошкольного возраста посредством арт-терапии.

Программа предназначена для детей 3-7 лет. Основной формой организации деятельности являются индивидуальные занятия, в процессе которых ребенок учится управлять своими эмоциями, настроением, поведением. Предполагается 50 занятий в год. Занятия проводятся с сентября по май, два раза в неделю. Продолжительность занятия: для детей 3-4 лет – 20 минут, для детей 5-7 лет – 25-30 минут.

Все занятия имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием, в зависимости от возраста ребенка. В реализации программы используются разные формы и направления работы: изотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия, песочная терапия, игротерапия.

СОДЕРЖАНИЕ

I. Целевой раздел

1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Организация и проведение занятий.....	5
1.3.	Основополагающие принципы реализации программы.....	5
1.4.	Планируемые результаты освоения программы.....	6

II. Содержательный раздел

2.1.	Основные направления и содержание деятельности.....	6
2.2.	Приемы, используемые в работе.....	7
2.3.	Формы и методы реализации основных задач программы.....	8
2.4.	Структура образовательной деятельности.....	9
2.5.	Учебно-тематический план.....	10
2.6.	Календарно-тематическое планирование.....	13
2.7.	Содержание программы.....	16

III. Организационный раздел

3.1.	Материально-техническое обеспечение программы.....	33
3.2.	Формы подведения итогов реализации программы.....	34
3.3.	Приложение.....	35
3.4.	Список литературы.....	40

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Программа дополнительного образования «Разноцветное настроение» имеет социально-педагогическую направленность и предназначена для улучшения психологического здоровья дошкольников.

Новизна

Новизна данной программы заключается в использовании творческой деятельности ребенка как способа психологической работы. В процессе реализации программы наряду с известными и широко используемыми техниками и приемами работы с детьми используются нетрадиционные приемы творческой деятельности.

Актуальность

Период дошкольного детства насыщен различными формами обучения. Взрослые во что бы то ни стало, хотят вложить в ребенка как можно больше информации, сформировать умения и навыки. И этот процесс, безусловно, очень важен, но также необходимым элементом развития ребенка является возможность свободно проявлять себя в разных видах игровой деятельности, которые, в частности, органично присутствуют в изобразительном творчестве. Ведь каждый ребенок – это драгоценная жемчужина, и от нас, педагогов зависит, сможем ли мы помочь детям высвободить скрытые возможности организма и сохранить совершенство и неповторимость каждого из них.

Неповторимость каждого человека не вызывает сомнений, но умение предъявить свою уникальность не сформирована ещё у детей. И чаще всего раскрыться ребёнку мешают застенчивость, неконтактность, детская агрессивность, конфликтность, тревожность. Для того чтобы ребенок мог раскрыться удивительным образом подходит метод арт-терапии. Неслучайно многие терапевтические и развивающие эффекты занятий детей с арт-терапевтом обусловлены взаимодействием ребенка с изобразительным материалом, участием в творческом процессе. Такое взаимодействие оказывает стимулирующее воздействие, развивает способность к проявлению инициатив и самостоятельности, концентрации внимания, даёт выход аффектам. Другим важнейшим фактором положительного воздействия арт-терапии на детей дошкольного возраста являются терапевтические отношения, благодаря которым ребенок может ощутить чувство безопасности и начать выражать себя более смело, развить коммуникативные способности.

Арт-терапия представляет собой совокупность психологических методов воздействия, осуществляемых в контексте изобразительной, творческой деятельности

клиента и психотерапевтических отношений и используемых с целью психокоррекции, психопрофилактики, реабилитации и тренинга лиц с различными эмоциональными и психическими расстройствами (А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская).

Арт-терапия – особая форма коммуникации клиента и специалиста в символической форме (рисование, лепка, аппликация и др.) (А. Хиллом).

Арт-терапия – это не только изобразительное искусство, но и другие виды творчества – пение, танцы, лепка, театрализованная деятельность и др., которые помогают не только расслабиться, но и глубже познать себя, свое внутреннее «Я», избавившись таким образом от своих комплексов и противоречий, улучшив настроение, гармонизировав душевное состояние. Терапия искусством не имеет нежелательных побочных эффектов и не вызывает сопротивления, ведь в этом деле важен сам процесс, а не результат. Именно поэтому, она очень подходит для работы с детьми.

Преимущества арт-терапии перед другими формами работы:

- В работе может участвовать каждый, т. к. она не требует наличия художественных навыков.
- Арт-терапия является средством преимущественно невербального общения, что делает её особенно ценной в работе с детьми дошкольного возраста.
- Изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей.
- Арт-терапия позволяет использовать работы ребёнка для оценки его состояния.
- Арт - терапия является средством свободного самовыражения.
- Арт-терапия вызывает положительные эмоции, формирует активную жизненную позицию.

Цель программы: формирование и коррекция эмоционально-аффективной сферы и личностных особенностей детей дошкольного возраста посредством арт-терапии.

Задачи:

Обучающие:

- Формировать умение управлять своими эмоциями, чувствами.
- Знакомить детей с основными эмоциями: радость, удивление, грусть, гнев, страх.
- Учить распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимика, пантомимика, голос и пр.).
- Обучать разделению эмоций на положительные и отрицательные.

Воспитательные:

- Формировать культуру общения, коммуникации в различных ситуациях.

- Укреплять психическое здоровье ребёнка через стабилизацию эмоциональной сферы.

Развивающие:

- Развивать произвольность поведения.
- Развивать внутренний потенциал и творческую активность ребёнка.
- Корректировать механизмы психологической защиты – демонстративность, негативизм, агрессию.
- Корректировать тревожность.
- Повышать самооценку.
- Развивать воображение.

1.2. Организация и проведение занятий

Программа «Разноцветное настроение» предназначена для детей 3-7 лет. Предполагается 50 занятий в год. Занятия проводятся с сентября по май, два раза в неделю. Продолжительность занятия: для детей 3-4 лет – 20 минут, для детей 5-7 лет – 25-30 минут. Основной формой организации деятельности детей являются индивидуальные занятия, в процессе которых ребенок учится управлять своими эмоциями, настроением, поведением.

1.3. Основополагающие принципы реализации программы

1. Свободный выбор. Принятие решений, в том числе связанных с выбором материалов и средств творческой работы.

2. Минимальные ограничения. Активность ребёнка в ходе арт-терапевтических занятий, как правило, не ограничивается. Ограничения могут применяться только в случае агрессивного и самодеструктивного поведения ребёнка.

3. Психолог должен находиться на одном уровне с ребёнком (глаза в глаза).

4. Безоценочное восприятие всех работ: в арт-терапии нет «правильного» или «неправильного». Дети должны чувствовать себя в безопасности, знать, что создание образов – это способ передачи своего опыта, мыслей и чувств и что их не будут оценивать.

5. Партнёрство в терапевтических отношениях – уважение позиции ребёнка, иногда «следование» за его инициативой, стимулирование его к выражению чувств и мыслей.

6. Постоянная обратная связь – рассказ ребёнка о своей работе.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Применение арт-терапевтических методов в коррекционной работе позволяет получить следующие позитивные результаты:

- Умение управлять своими эмоциями и чувствами
- Преодоление коммуникативных барьеров и психологических защит
- Стабилизация эмоционального состояния ребенка
- Развитие произвольности и способности к саморегуляции
- Повышение самооценки, уверенности в себе за счёт социального признания ценности продукта, созданного ребёнком.

Результаты работы отслеживаются посредством наблюдения за детьми в процессе работы, а также при помощи применяемых психодиагностических методик, которые проводятся в начале и в конце реализации программы.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Основные направления и содержание деятельности

Программа включает в себя следующие блоки:

Блок 1. «Я и мой мир» - блок включает в себя игры и упражнения, направленные на формирование первоначальных представлений ребенка о себе, развитие навыков самоанализа, изучение своих переживаний и желаний; способность различать свои индивидуальные особенности, свои мышечные и эмоциональные ощущения. Содержание этого раздела предполагает оказание необходимой помощи каждому ребенку для преодоления его неуверенности в себе, поддержку его положительной самооценки, а также способствование лучшему пониманию других людей и самого себя.

Блок 2. «Я и мои эмоции» - здесь содержатся игры и упражнения, направленные на знакомство с эмоциями человека, обучение детей выражению своих эмоций так, чтобы они были понятны окружающим, пониманию по внешним проявлениям чувств, испытываемых другим человеком, анализу причин их возникновения, а также развитие умения адекватно выражать свои эмоции.

Блок 3. «Я учусь владеть собой» - игры и упражнения данного блока, направлены на отреагирование негативных эмоциональных реакций (гнева, агрессии, обиды, страхов, тревожности и т.п.), обучение навыкам социально-приемлемого поведения, формирование адекватных способов эмоционального реагирования в конфликтных ситуациях, обучение способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля.

2.2. Приемы, используемые в работе

➤ **Марания** – это спонтанные рисунки дошкольников, выполненные в абстрактной манере, имеющие схожесть с рисунками доизобразительного периода.

➤ **Штриховки, каракули** – хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхности бумаги, пола, стены, мольберта и т.д. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Эта техника помогает расшевелить ребёнка, даёт почувствовать нажим карандаша или мелка, снимает напряжение перед рисованием.

➤ **Монотипия** – это базовая графическая техника. Она заключается в следующем. На гладкой поверхности – стекле, пластмассовой доске, плёнке - делается рисунок гуашевой краской. Сверху накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Получается оттиск в зеркальном отражении.

➤ **Рисование на стекле.** Перед тем как предложить ребёнку стекло, надо обязательно обработать его кромку в мастерской. В отличие от рисования по бумаге стекло дарит новые визуальные впечатления и тактильные ощущения. Ребят захватывает сам процесс рисования: гуашь скользит мягко, её можно размазывать и кистью и пальцами, так как она не впитывается в материал поверхности и долго не высыхает. Описанный приём используется для профилактики и коррекции тревожности, социальных страхов и страхов, связанных с результатом деятельности. Подходит зажатым детям, так, как провоцирует активность.

➤ **Рисование пальцами** – это разрешённая игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально приемлемой форме.

➤ **Рисование сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами.** С помощью листьев, сыпучих материалов и клея ПВА можно создать изображение. На лист бумаги клеим наносится рисунок. Затем посыпается сухими листьями, растёртыми между ладонями или сыпучими материалами. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Описанная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

➤ **Рисование предметами окружающего пространства** – использование для рисования нетипичных предметов: рисование мятой бумагой, кубиками, губками, зубными щётками, палочками, нитками, коктейльными соломками и т.д.

➤ **Трёхмерные изображения из газет, фольги, слюды.** Во время творческих действий с газетами и скотчем создается образ, вызывающий положительный отклик у ребёнка. Даже деструктивные акты разрывания, комканья, стискивания бумаги нацеливают именно на созидание нового.

2.3. **Формы и методы реализации основных задач программы**

В процессе реализации программы используются различные формы и методы. В ходе занятия они используются взаимосвязано, дополняя друг друга. Подбор необходимых форм и методов осуществляется на индивидуальных возрастных и личностных особенностях детей.

Изотерапия – одно из направлений арт-терапии; психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Изотерапия опирается на психологию творчества и применяет благотворное воздействие рисования в психотерапевтических целях. Щадящая методика такой психотерапевтической практики позволяет успешно использовать изотерапию в работе с детьми.

Цветотерапия – метод психологической коррекции при помощи цвета. В рамках традиционной психологии неоднократно проводились исследования по воздействию того или иного цвета на психологическое состояние. Цветотерапия использует данные этих исследований в практических целях для формирования гармоничного состояния в ходе занятий цветотерапией.

Сказкотерапия - психологическая работа с использованием сказок, метод практической психологии. Сказкотерапия разнопланово использует потенциал сказок, открывающий воображение, позволяющий метафорически выражать те или иные жизненные сценарии. В ходе сказкотерапии сказка может использоваться по-разному. Например, предлагается обсудить трактовки сказки, или придумать сказку самостоятельно, или представить себя одним из персонажей, или инсценировать сказку. Эти и другие методы сказкотерапии выбираются в зависимости от конкретной психотерапевтической ситуации.

Музыкотерапия – одно из направлений арт-терапии, реализует психотерапию при помощи музыки. При помощи прослушивания специально подобранной музыки достигается необходимый психотерапевтический эффект. Музыкотерапия помогает преодолеть внутренние конфликты и достичь внутренней гармонии.

Песочная терапия — один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному Я, восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

Игротерапия — вид психотерапии, в которой используется терапевтическое воздействие игры, чтобы помочь ребенку преодолеть психологические и социальные проблемы, затрудняющие личностное и эмоциональное развитие.

Методы:

1. Этюды
 2. Упражнения (творческого и подражательно-исполнительского характера)
 3. Психогимнастические упражнения
 4. Игры с правилами: сюжетно-ролевые, словесные, подвижные, музыкальные
 5. Творческие игры: сюжетно-ролевые, игры-драматизации
 6. Дидактические, развивающие игры
 7. Чтение художественных произведений.
 8. Беседы.
 9. Моделирование и анализ заданных ситуаций.
 10. Импровизации.
- Релаксационные упражнения.
11. Рассказ взрослого и рассказы детей.
 12. Сочинение историй.
 13. Свободное и тематическое рисование.
 14. Аутотренинг (с использованием стихов, записи звуки природы, релаксационной музыки.)

2.4. Структура образовательной деятельности

Структура занятия

Этапы работы	Комментарий
Ритуал приветствия.	Создает атмосферу доверия и принятия.
Разминка – воздействие на эмоциональное состояние ребенка, уровень его активности.	Выполняет функцию настройки на продуктивную деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния ребенка. Одни позволяют активизировать, поднять настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.
Основное содержание занятия –	Техники направлены одновременно на развитие

совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (изотерапия, игротерапия, сказкотерапия, музыкатерапия, песочная терапия, проигрывание ситуаций и др.).	познавательных процессов, формирование социальных навыков. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике.
Рефлексия – оценка занятия (беседы).	Две оценки: эмоциональная (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).
Ритуал прощания.	По аналогии с ритуалом приветствия.

Введение и “разминка” (3-5 минут)

Этап творческой работы (15 минут)

Этап обсуждения (5-10 минут)

***(В зависимости от возраста воспитанников)**

Все занятия имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Структура была разработана с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Занятия построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Это позволяет сделать работу детей динамичной, насыщенной и менее утомительной благодаря частым переключениям с одного вида деятельности на другой.

2.5. Учебно-тематический план

Младший возраст (3-4 года)

№ п/п	Темы	Количество занятий
1	Диагностика эмоционально-личностного развития детей 5-6 лет	2
Блок «Я и мой мир»		
2	«Давайте познакомимся»	1
3	«Человек и его настроение»	2
4	«Улитка»	1
5	«Макароны»	1
6	Игра – занятие с сухим песком	5
7	«Черепашки»	1

8	«Ежик»	1
Блок «Я и мои эмоции»		
9	«Как мы выражаем свои чувства»	1
10	«Шариковые бои»	1
11	Игра – занятие с сухим песком	1
12	«Дудочка»	1
13	«Маски эмоций»	1
14	«Радость»	2
15	«Грусть»	2
16	«Страх»	4
17	«Лабиринты для непослушных страхов детей»	1
18	«Шалтай-Болтай»	1
19	«Разговор деревьев»	1
20	«Удивление»	1
21	Игра – занятие с сухим песком	2
Блок «Я учусь владеть собой»		
22	«Добрый бегемотик»	1
23	«Сердитый лев и весёлые котята»	1
24	«Волшебные кляксы»	1
25	«Четыре желания»	1
26	Игра – занятие с сухим песком	2
27	«Взаимопомощь»	1
28	«Дракончики»	1
29	«Плохо быть одному»	1
30	«Музыкальная шкатулка»	1
31	«Постарайся отгадать»	1
32	«Маленькие затейники»	1
33	«Теремок»	1
34	«Весёлые ладошки»	1

35	«Наши чувства»	1
36	Диагностика эмоционально-личностного развития детей 5-6 лет	2
Всего:		50 занятий

Старший возраст (5-7 лет)

№ п/п	Темы	Количество занятий
1	Диагностика эмоционально-личностного развития детей 5-7 лет	2
Блок «Я и мой мир»		
2	«Встреча со звездочетом»	1
3	«Путешествие в мир сказки»	1
4	Цветотерапия «Страна Цвета»	1
5	«Человек и его настроение»	2
6	Игра "Взгляд в будущее"	1
7	«Неведомый рай»	1
8	Цветотерапия «Красный цвет»	1
Блок «Я и мои эмоции»		
9	«Огонь и солнце»	1
10	Цветотерапия «Желтый цвет»	1
11	«Радость»	4
12	«Грусть»	3
13	«Страх»	5
14	«Лабиринты для непослушных страхов детей»	1
15	«Удивление»	3
16	«Сказка о каменном короле»	1
17	«Злость»	2
18	«Победитель злости»	1
19	Психокоррекционные сказки	1
20	«Разговор деревьев»	1
21	«Легенда о камне»	1

Блок «Я учусь владеть собой»		
22	«Четыре желания»	1
23	«Сердитый лев и весёлые котята»	1
24	«День рождения Газетного человечка»	1
25	Цветотерапия «Коричневый цвет»	1
26	«Дракончики»	1
27	«Необитаемый остров»	1
28	«Волшебные превращения»	1
29	«Музыкальная шкатулка»	1
30	«Весёлые ладошки»	1
31	«В гостях у Вини-Пуха»	1
32	Цветотерапия «Зеленый цвет»	1
33	«Наши чувства»	1
34	«Автопортрет»	1
35	Диагностика эмоционально-личностного развития детей 5-6 лет	2
Всего:		50 занятий

2.6. Календарно-тематическое планирование

Младший возраст (3-4 года)

Месяц	Темы	Количество занятий
Сентябрь	Диагностика эмоционально-личностного развития детей 3-4 лет	2
	«Давайте познакомимся»	1
	«Человек и его настроение»	2
	«Улитка»	1
Октябрь	«Макароны»	1
	Игра – занятие с сухим песком	5
Ноябрь	«Черепашки»	1
	«Ежик»	1
	«Как мы выражаем свои чувства»	1

	«Шариковые бои»	1
	Игра – занятие с сухим песком	1
	«Дудочка»	1
Декабрь	«Маски эмоций»	1
	«Радость»	2
	«Грусть»	2
Январь	«Страх»	4
	«Лабиринты для непослушных страхов детей»	1
	«Шалтай-Болтай»	1
Февраль	«Разговор деревьев»	1
	«Удивление»	1
	Игра – занятие с сухим песком	2
	«Добрый бегемотик»	1
	«Сердитый лев и весёлые котята»	1
Март	«Волшебные кляксы»	1
	«Четыре желания»	1
	Игра – занятие с сухим песком	2
	«Взаимопомощь»	1
	«Дракончики»	1
Апрель	«Плохо быть одному»	1
	«Музыкальная шкатулка»	1
	«Постарайся отгадать»	1
	«Маленькие затейники»	1
	«Теремок»	1
Май	«Весёлые ладошки»	1
	«Наши чувства»	1
	Диагностика эмоционально-личностного развития детей 5-6 лет	2
Всего:		50 занятий

Старший возраст (5-7 лет)

№ п/п	Темы	Количество занятий
Сентябрь	Диагностика эмоционально-личностного развития детей 5-7 лет	2
	«Встреча со звездочетом»	1
	«Путешествие в мир сказки»	1
	Цветотерапия «Страна Цвета»	1
Октябрь	«Человек и его настроение»	2
	Игра "Взгляд в будущее"	1
	«Неведомый рай»	1
	Цветотерапия «Красный цвет»	1
	«Огонь и солнце»	1
Ноябрь	Цветотерапия «Желтый цвет»	1
	«Радость»	4
	«Грусть»	1
Декабрь	«Грусть»	2
	«Страх»	5
Январь	«Лабиринты для непослушных страхов детей»	1
	«Удивление»	3
	«Сказка о каменном короле»	1
	«Злость»	1
Февраль	«Злость»	1
	«Победитель злости»	1
	Психокоррекционные сказки	1
	«Разговор деревьев»	1
	«Легенда о камне»	1
	«Четыре желания»	1
Март	«Сердитый лев и весёлые котята»	1
	«День рождения Газетного человечка»	1
	Цветотерапия «Коричневый цвет»	1

	«Дракончики»	1
	«Необитаемый остров»	1
	«Волшебные превращения»	1
Апрель	«Музыкальная шкатулка»	1
	«Весёлые ладошки»	1
	«В гостях у Вини-Пуха»	1
	Цветотерапия «Зеленый цвет»	1
	«Наши чувства»	1
Май	«Автопортрет»	1
	Диагностика эмоционально-личностного развития детей 5-6 лет	2
Всего:		50 занятий

2.7. Содержание

Младший возраст (3-4 года)

Блок 1. Я и мой мир

№ п/п	Название занятия	Цель	Содержание
1.	Диагностика	Выявить особенности эмоциональной сферы ребенка	Тест тревожности (Темпл Р., Дорки М., Амен В.)
2.	Диагностика	Выявить особенности эмоциональной сферы ребенка	Методика выявления детских страхов Захарова А.И., Панфиловой М., методика «Паравозик»
3.	«Давайте познакомимся!»	Определять вместе с ребенком его предпочтения в играх и занятиях.	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Знакомство с материалами. 4.Игротренинг. 5.Ритуал прощания.
4.	«Человек и его настроение»	Ввести ребенка в тему, заинтересовать, подготовить к разговору о себе и о своих чувствах. Снятие психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Графическое задание «Лучи солнца». 3. Беседа о настроении. 4. Диагностическое задание «Цвета настроений». 5. Ритуал окончания

			занятия.
5.	«Человек и его настроение»	Снятие напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа о настроении. 3. Графическое задание «Смешной рисунок». 4. Игра «Чувства в домиках» 5. Диагностический рисунок «Цветные домики» 6. Ритуал окончания занятия.
6.	«Улитка»	Снятие эмоционального напряжения, агрессии, снижение импульсивности.	1.Приветствие. 2.Разминка 3.Рассматривание картинок. Обсуждение. 4.Игротренинг. 5.Творческая работа «Яичная мозаика» 6.Рефлексия. 7.Ритуал прощания.
7.	«Макароны»	Снижение мышечного и эмоционального напряжения.	1.Приветствие. 2.Разминка 3.Игротренинг. 4. Творческая работа «Каракули», «Отпечатки». 5.Рефлексия. 6.Ритуал прощания.
8.	Игра – занятие с сухим песком	Снижение психофизического напряжения.	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение «Здравствуй, песок». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.
9.	«Черепахи»	Расслабление мышц плеча и затылка.	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Рассматривание картинок. 4.Игротренинг. 5.Релаксация. 6.Ритуал прощания.
10.	«Ежик»	Чередование состояний напряжения и расслабления.	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Игротренинг. 4.Релаксация. 5.Ритуал прощания.
11.	Игра – занятие с сухим песком	Регуляция мышечного напряжения, расслабление.	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение

			«Песочный дождик». 4.Релаксация. 5.Ритуал прощания.
12.	Игра – занятие с сухим песком	Развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листе».	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение «Мы едем в гости». 5.Рефлексия. 6.Ритуал прощания.
13.	Игра – занятие с сухим песком	Развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листе».	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение «Песочный ветер». 4.Упражнение «Отпечатки» 5.Рефлексия. 6.Ритуал прощания.
14.	Игра – занятие с сухим песком	Развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листе».	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение «Отпечатки» 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.

Блок 2. Эмоции и чувства

№ п/п	Название занятия	Цель	Содержание
15.	«Как мы выражаем свои чувства»	Учить ребенка понимать эмоциональные состояния других людей по выражению лица, позам, жестам.	1.Приветствие. 2.Беседа. 3.Сказкотерапия. 4.Рассматривание картинок. 5.Психогимнастические упражнения, работа с пособиями.
16.	«Шариковые бои»	Снижение мышечного и эмоционального напряжения.	1.Приветствие. 2.Разминка. 3.Игротренинг. 4. Творческая работа «Набрызгивание». 5.Релаксация. 6.Ритуал прощания.
17.	Игра – занятие с сухим песком	Развитие тактильной чувствительности, воображения.	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение «Необыкновенные следы». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.
18.	«Дудочка»	Расслабление мышц лица.	1.Приветствие. 2.Разминка.

			<p>3. Игротренинг. 4. Кляксография «Раздувание краски». 5. Релаксация. 6. Ритуал прощания.</p>
19.	«Маски эмоций»	Знакомство детей с внешними выражениями разных эмоциональных состояний.	<p>1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Беседа. 4.Сказкотерапия. 5.Рассматривание картинок: (Добрый, злой; Грусть, Гнев, Страх, Удивление, Спокойствие, Радость). 5.Психогимнастические упражнения. 6.Рефлексия. 8.Ритуал прощания.</p>
20.	«Радость»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	<p>1.Ритуал начала занятия. 2. Беседа с детьми об эмоции «радость». 3. Задание на создание ситуации успеха «Колпачок клоуна». 4. Задание на выражение актуальных эмоций и снятие напряжения «Красивый рисунок». 5. Ритуал окончания занятия.</p>
21.	«Радость»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	<p>1. Ритуал начала занятия. 2.Игра–упражнение «Дождик» 3. Игра «Цветок» 4. Рисование на тему: «Цветок радости» 5. Ритуал окончания занятия.</p>
22.	«Грусть»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	<p>1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа о чувстве «Грусть». Закончи предложение «Мне грустно, когда...». 3.Графическое задание «Грустный рисунок». 4. Задание на адаптацию в</p>

			пространстве комнаты. Игра «Найди грустный предмет». 5.Ритуал окончания занятия.
23.	«Грусть»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Диагностическое задание «Рисунок в круге». 3. Задание на создание ситуации успеха «Игры с сухими листьями». • «Листопад» • «Фейерверк» • «Рисуем листьями» 4. Ритуал окончания занятия.
24.	«Страх»	Помочь детям понять причины возникновения страха, способствовать профилактике страхов у детей.	1.Приветствие. 2.Разминка. 3.Беседа. 4.Игротренинг. 5.Релаксация. 6.Ритуал прощания.
25.	«Страх»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Отреагирование отрицательных эмоций, снятие напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Море волнуется» 2.Задание на отреагирование эмоций «Рисуем страхи». 3.Задание на снятие напряжения «Ритуал уничтожения страхов» 4. Ритуал окончания занятия.
26.	«Страх»	Выражение эмоций и преодоление страха.	1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение «Цвет моего настроения» 3. Чтение терапевтической сказки «Мишка смешное ушко» (Сучкова Н.О.) 4. Рисование «Тучки-злючки» 5. Ритуал окончания

			занятия.
27.	«Страх»	Выражение эмоций и преодоление страха	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоции «страх». 3. Рисование на зеркале. 4. Ритуал окончания занятия.
28.	«Лабиринты для непослушных страхов детей»	Выражение эмоций и преодоление страха	1. Ритуал начала занятия. 2. Задание «Лепим страх». 3. Коллективная работа «Строим лабиринт для непослушных страхов детей» 4. Игра «Проходим лабиринт» 5. Ритуал окончания занятия.
29.	«Шалтай-Болтай»	Снятие мышечного напряжения и расслабление.	1.Приветствие. 2.Разминка. 3.Беседа. 4.Игротренинг. 5. Рисунок на мягкой бумаге 6.Релаксация. 7.Ритуал прощания.
30.	«Разговор деревьев»	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Развитие сенсорной памяти. 4.Развитие эмоциональной сферы.	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Упражнение «Сказочный мир деревьев». 4.Рассказ М. Пришвина «Разговор деревьев». 5.Аромотерапия. 7.Рефлексия. 8.Ритуал прощания.
31.	«Удивление»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Снятие напряжения. Создание ситуации успеха.	1. Ритуал начала занятия. 2. «Рисование по точкам» 3. Упражнение «Маски» 4. Ритуал окончания занятия.
32.	Игра – занятие с сухим песком	Развитие тактильной чувствительности,	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка.

		воображения.	3.Упражнение «Узоры на песке». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.
33.	Игра – занятие с сухим песком	Развитие и расширение представлений ребенка об окружающем его мире живой и неживой природы, о рукотворном мире человека.	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Игра – упражнение «Маленькие волшебники – мы создаем мир». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.

Блок 3. Я учусь владеть собой

№ п/п	Название занятия	Цель	Содержание
34.	«Добрый бегемотик»	Снятие эмоционального напряжения, агрессии, развитие эмпатии, тактильного восприятия, создание положительного эмоционального состояния.	1.Приветствие. 2.Разминка. 3.Игра – упражнение. 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.
35.	«Сердитый лев и весёлые котята»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Отреагирование отрицательных эмоций, снятие напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Мини-представление с использованием кукол. 3. Беседа с ребенком. 4. Упражнение «Найди сердитое лицо, изобрази злость». 5. Игра «Сердитый лев и весёлый котенок». 6. Беседа с ребенком о чувствах. 7. Рисуем чувства. 8. Ритуал окончания занятия.
36.	«Волшебные кляксы»	Снятие напряжения, агрессии, создание положительного эмоционального настроения.	1. Ритуал приветствия 2. Беседа с ребенком 3. Работа в технике «Кляксография» 4. Обсуждение 5. Ритуал окончания занятия
37.	«Четыре желания»	Развитие коммуникативных навыков.	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Рассказ «Четыре

			желания» (по К. Ушинскому). 4. Парное рисование на свободную тему. 5.Рефлексия. 6.Ритуал прощания.
38.	Игра – занятие с сухим песком	Закрепление знаний о сенсорных эталонах, пространственных представлений, развитие слуховой и зрительной памяти.	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Игра «Песочные строители». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.
39.	«Взаимопомощь»	Формировать у детей элементарные представления о значении взаимопомощи на примерах сказочных сюжетов и персонажей.	Игротренинг на взаимопомощь, беседа, работа с пособиями, психогимнастические игры, подвижные игры.
40.	«Дракончики»	Снятие напряжения, отреагирование эмоций, создание ситуации успеха.	1. Ритуал начала занятия. 2. Задание на перевоплощение, самовыражение. 3. Совместная работа «Дома дракончиков» 4. Дракончик превращается обратно в ребенка (умывается). 5. Ритуал окончания занятия.
41.	«Плохо быть одному»	Формировать у ребенка элементарные представления о том, как важно иметь друга.	Игротренинг на взаимопомощь, беседа, работа с пособиями, психогимнастические игры, подвижные игры.
42.	«Музыкальная шкатулка»	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Гармонизация эмоционального состояния. 3.Развитие сенсорно-перцептивной сферы.	1.Приветствие. 2.Ритуал вхождения в сказку. 3.Упражнение «Музыкальная шкатулка». 4.Цветотерапия «Волшебный цвет музыки». 5.Релаксация. 6.Ритуал прощания.

43.	«Постарайся отгадать»	Развитие эмпатии, умение соизмерять свои движения, развитие речи.	1.Приветствие. 2.Игротрениг. 3. Рисование восковыми мелками и акварелью. 4.Релаксация. 5.Ритуал прощания.
44.	«Маленькие затейники»	Развитие внимания, умение выполнять подражательные, движения, развитие слухового внимания.	1.Приветствие. 2.Игротрениг. 3.Релаксация. 4.Ритуал прощания.
45.	Игра – занятие с сухим песком	Развитие зрительного и тактильного восприятия.	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Игра «Кто к нам приходил?». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.
46.	«Теремок»	Развитие речи, умение сочетать слова с действиями.	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Игротренинг. 4.Релаксация. 5.Ритуал прощания.
47.	«Весёлые ладошки»	Снятие напряжения, выражение эмоций, познание внутреннего мира ребёнка.	1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение «Отпечаток ладошки». 3.Дорисовывание изображения, придумывания названия. 4. Обсуждение. 5. Ритуал окончания занятия.
48.	«Наши чувства»	Рефлексия, подведение итогов.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоциях. 3. Дидактическая игра «Путешествие в мир эмоций». 4. Ритуал окончания занятия.
49.	Диагностика	Выявить особенности эмоциональной сферы ребенка	Тест тревожности (Темпл Р., Дорки М., Амен В.)
50.	Диагностика	Выявить особенности эмоциональной сферы ребенка	Методика выявления детских страхов Захарова А.И., Панфиловой М., методика «Паравозик»

Старший возраст (5-7 лет)

Блок 1. Я и мой мир

№ п/п	Тема занятия	Цель занятия	Содержание занятия
1.	Диагностика	Выявить особенности эмоциональной сферы ребенка	Тест тревожности (Темпл Р., Дорки М., Амен В.), графическая методика «Кактус»
2.	Диагностика	Выявить особенности эмоциональной сферы ребенка	Методика «Картинки», методика выявления детских страхов Захарова А.И., Панфиловой М.
3.	«Встреча со звездочетом»	1.Создание сказочной атмосферы. 3.Стимулирование творческого самовыражения.	1.Необычное приветствие. 2.Знакомство. «На что похоже имя?». 3.Встреча со звездочетом. 4.Упражнение «Ассоциации». 5.Цветотерапия «Цвет сказки». 6.Сказка звездочета. 7.Упражнение «Герои сказок приходят на помощь». 8.Рефлексия. 9.Ритуал прощания.
4.	«Путешествие в мир сказки»	1.Развитие творческого воображения. 2.Стимулирование творческого самовыражения. 3.Установление доверительных отношений.	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Изготовление сказочных атрибутов. 4.Упражнение «Ярмарка волшебных вещей». 5.Рефлексия. 6.Ритуал прощания.
5.	Цветотерапия «Страна Цвета»	1.Расширение представления о разных цветах и развитие умения различать оттенки. 2.Развитие слухового и зрительного внимания. 3.Развитие фантазии и творческого воображения. 4.Воспитание эстетического отношения к цвету и краскам.	1.Вступление. 2.Погружение в цвет. 3.Упражнение «Сказка о том, как появился разноцветный мир». 4.Упражнение «Феи». 5.Упражнение «Цветик – семицветик». 6.Сказка «Знаменитый дождь в Пьембино» (Дж. Родари). 7.Самовыражение в цвете (рисование красками). 8.Рефлексия. 9.Ритуал прощания.
6.	«Человек и его настроение»	Ввести ребенка в тему, заинтересовать, подготовить к разговору о себе и о своих чувствах. Снятие психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Графическое задание «Лучи солнца». 3. Беседа о настроении. 4. Диагностическое задание «Цвета настроений». 5. Ритуал окончания занятия.

7.	«Человек и его настроение»	Снятие напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа о настроении. 3. Графическое задание «Смешной рисунок». 4. Игра «Чувства в домиках» 5. Диагностический рисунок «Цветные домики» 6. Ритуал окончания занятия.
8.	Игра "Взгляд в будущее"	Развитие воображения, изобразительных навыков, активизация мышления и речи.	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Игротренинг. 4.Рисунок. 5. Рисование себя в виде растения, животного и т.п. 6.Рефлексия. 7.Ритуал прощания.
9.	«Неведомый рай»	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Развитие умения направлять свой потенциал в сферу творчества. 3.Стабилизация психических процессов, снятие напряжения.	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Прослушивание аудиозаписи «Океан». 4.Ароматерапия. 5.Упражнение «Продолжи сказку». 6.Коллаж «Лебединый рай». 7.Рефлексия. 8.Ритуал прощания.
10.	Цветотерапия «Красный цвет»	1.Расширение представления детей о красном цвете, развитие способности тонко чувствовать цвет. 2.Развитие слухового и зрительного внимания. 3.Формирование умения плавно и длительно выдыхать. 4.Развитие фантазии и творческого воображения.	1.Вступление. 2.Погружение в цвет. 3.Упражнение «Ощущение цвета». 4.Упражнение «Кто самый внимательный». 5.Упражнение «Красные пуговицы». 6.Упражнение «Волшебное превращение». 7.Упражнение «Дары осени». 8.Упражнение «Составление описательного рассказа «Яблоко»». 9. Самовыражение в цвете (Рисование акварельными красками).
Блок 2. Эмоции и чувства			
11.	«Огонь и солнце»	1.Развитие способности видеть ситуацию с разных сторон. 2.Развитие символических представлений, креативности. 3.Стабилизация психических процессов,	1.Приветствие. 2.Ритуал вхождения в сказку. 3.Упражнение «Как появляется Звездочет». 4.Цветотерапия «Магический знак». 5.Упражнение «Что будет?». 6.Танцевально-ритмическое упражнение «Танец Огня и Солнца».

		снятие напряжения.	7.Упражнение «Самые солнечные». 8.Рефлексия. 9.Ритуал прощания.
12.	Цветотерапия «Желтый цвет»	1.Расширение представления детей о желтом цвете, развитие способности тонко чувствовать цвет. 2.Развитие слухового внимания. 3.Развитие зрительного внимания. 4.Развитие мелкой моторики рук и двигательной координации, расслабление рук. 5.Воспитание умения выполнять движения под музыку, чувствовать ритм и темп данной мелодии.	1.Вступление. 2.Упражнение «Ощущение цвета». 3.Упражнение «Огонек». 4.Упражнение «Родственные слова». 6.Упражнение «Желтые листья». 7. Упражнение «Ветерок» 8.Самовыражение в цвете (рисование с элементами аппликации).
13.	«Радость»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	1.Ритуал начала занятия. 2.Беседа с детьми об эмоции «радость». 3. Графическое задание «Продолжи рисунок» (рисунок клоуна). 4. Задание сюрприз «Костюм клоуна». 5. Ритуал окончания занятия.
14.	«Радость»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	1.Ритуал начала занятия. 2. Беседа с детьми об эмоции «радость». 3. Задание на создание ситуации успеха «Колпачок клоуна». 4. Задание на выражение актуальных эмоций и снятие напряжения «Красивый рисунок». 5. Ритуал окончания занятия.
15.	«Радость»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2.Игра–упражнение «Дождик» 3. Игра «Цветок» 4. Рисование на тему: «Цветок радости» 5. Ритуал окончания занятия.
16.	«Радость»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие	1.Ритуал начала занятия. 2. Упражнение «Цвет моего настроения». 3. Графическое задание: «Смешной

		психоэмоционального напряжения.	рисунок» 4. Совместная работа: «Волшебный салют». 5. Ритуал окончания занятия.
17.	«Грусть»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа о чувстве «Грусть». Закончи предложение «Мне грустно, когда...». 3.Графическое задание «Грустный рисунок». 4. Задание на адаптацию в пространстве комнаты. Игра «Найди грустный предмет». 5.Ритуал окончания занятия.
18.	«Грусть»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Диагностическое задание «Рисунок в круге». 3. Задание на создание ситуации успеха « Игры с сухими листьями». <ul style="list-style-type: none"> • «Листопад» «Фейерверк» • «Рисуем листьями» 4. Ритуал окончания занятия.
19.	«Грусть»	Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.	1.Ритуал начала занятия. 2. Беседа о чувстве «Грусть». Закончи предложение «Маме грустно, когда...» 3.Графическое задание «Мама грустит». 4.«Рисуем волшебную музыку» 5. Ритуал окончания занятия.
20.	«Страх»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Выражение эмоций и преодоление страха.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоции «страх». 3.Задание на выражение эмоций и преодоление страха «Рисуем страшную маску». 4. Игра «Испугай страшилку» 5. Ритуал окончания занятия.
21.	«Страх»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Отреагирование отрицательных эмоций, снятие напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Море волнуется» 2.Задание на отреагирование эмоций «Рисуем страхи». 3.Задание на снятие напряжения «Ритуал уничтожения страхов» 4. Ритуал окончания занятия.
22.	«Страх»	Выражение эмоций и преодоление страха.	1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение «Цвет моего настроения» 3. Чтение терапевтической сказки

			«Мишка смешное ушко» (Сучкова Н.О.) 4. Рисование «Тучки-зючки» 5. Ритуал окончания занятия.
23.	«Страх»	Выражение эмоций и преодоление страха	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоции «страх». 3. Рисование на зеркале. 4. Ритуал окончания занятия.
24.	«Лабиринты для непослушных страхов детей»	Выражение эмоций и преодоление страха	1. Ритуал начала занятия. 2. Задание «Лепим страх». 3. Коллективная работа «Строим лабиринт для непослушных страхов детей» 4. Игра «Проходим лабиринт» 5. Ритуал окончания занятия.
25.	«Страх»	Выражение эмоций и преодоление страха	1. Ритуал начала занятия. 2. Рисование на стекле. 3. Ритуал окончания занятия.
26.	«Удивление»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Снятие напряжения. Создание ситуации успеха.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоции «Удивление». 3. Графическая работа «Продолжи рисунок» (космический аппарат). 4. Мотивирующее задание «Небо». 5. Задание на создание ситуации успеха «Новые планеты» (техника рисование сыпучими продуктами). 6. Ритуал окончания задания.
27.	«Удивление»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Снятие напряжения. Создание ситуации успеха.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоции «Удивление». 3. Творческое задание «Инопланетяне». 4. Совместная работа «Карта звездного неба». 5. Ритуал окончания задания.
28.	«Удивление»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Снятие напряжения. Создание ситуации успеха.	1. Ритуал начала занятия. 2. «Рисование по точкам» 3. Ритуал окончания занятия.
29.	«Сказка о каменном короле»	1. Развитие творческих способностей в изобразительной деятельности. 2. Развитие сенсорно-перцептивной сферы. 3. Развитие вариативности и оригинальности	1. Приветствие. 2. Вхождение в сказку. 3. Упражнение «Как перебраться через Огненную реку?». 4. Цветотерапия «Цветной мост». 5. Встреча с жителями Планеты камней. (Элен Нийт «Сказка о каменном короле») 6. Упражнение «Камешки на

		мышления.	берегу». 7.Рефлексия. 8.Ритуал прощания.
30.	«Злость»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Отреагирование отрицательных эмоций, снятие напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоции «злость». 3. Задание на демонстрацию индивидуального восприятия. 4. Задание на снятие эмоционального напряжения «Рисуем злость». 5. Ритуал окончания занятия.
31.	«Злость»	Гармонизация эмоционального состояния, сенсорная стимуляция, проработка психологических проблем у агрессивных детей.	1. Ритуал начала занятия. 2. Чтение терапевтической сказки «Чудо – кактус» 3. Работа с пластическим материалом «Чудо-кактус». 4. Совместная работа «Пустыня». 5. Ритуал окончания занятия.
32.	«Победитель злости»	Научить ребёнка безболезненно для его самолюбия справляться с гневом, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение.	1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение «Здравствуй песок». 3. Упражнение «песочный дождик». 4. Упражнение «Победитель злости». 5. Упражнение «Ладонка». 6. Ритуал окончания занятия.
33.	Психокоррекционные сказки	«Замещение» неэффективного стиля поведения ребенка на более продуктивный, а также объяснение ребенку смысла происходящего.	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Грязнуля (сказка Грязь - грязища и Иван). 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.
34.	«Разговор деревьев»	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Развитие сенсорной памяти. 3.Активизация мыслительных процессов. 4.Развитие эмоциональной сферы.	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Упражнение «Сказочный мир деревьев». 4.Рассказ М. Пришвина «Разговор деревьев». 5.Аромотерапия. 6.Рисование «Волшебное дерево». 7.Рефлексия. 8.Ритуал прощания.
35.	«Легенда о камне»	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Гармонизация эмоционального состояния. 3.Активизация мыслительных процессов.	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Упражнение «Разговор с камнем». 4.Упражнение «На что похоже?». 5.Рассказ «Легенда о камне» (по А. Глебову) 6.Упражнение «Чтобы вы увидели, если бы смогли взлететь, как

			птица?». <ol style="list-style-type: none"> 7. Упражнение «Счастливым концом». 8. Цветотерапия. 9. Рисования на камнях. 10. Рефлексия. 11. Ритуал прощания.
Блок 3. Я учусь владеть собой			
36.	«Четыре желания»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие коммуникативных навыков. 2. Развитие сенсорно-перцептивной сферы. 3. Развитие креативности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Вхождение в сказку. 3. Упражнение «Составление загадок». 4. Рассказ «Четыре желания» (по К. Ушинскому). 5. Упражнение «Зимние слова». 6. Творческая работа «Волшебная снежинка» 7. Рефлексия. 8. Ритуал прощания. Домашнее задание.
37.	«Сердитый лев и весёлые котята»	Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Отреагирование отрицательных эмоций, снятие напряжения.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ритуал начала занятия. 2. Мини-представление с использованием кукол. 3. Беседа с ребенком. 4. Упражнение «Найди сердитое лицо, изобрази злость». 5. Игра «Сердитый лев и весёлый котенок». 6. Беседа с ребенком о чувствах. 7. Рисуем чувства. 8. Ритуал окончания занятия.
38.	«День рождения Газетного человечка»	Снятие напряжения, отреагирование эмоций.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ритуал начала занятия. 2. Задание на взаимодействие и самовыражение. 3. Задание на снятие напряжения «Фейерверк». 4. Задание на обозначение ценностей продуктов детского творчества. 5. Ритуал окончания занятия.
39.	Цветотерапия «Коричневый цвет»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Расгирение представлений детей о коричневом цвете. 2. Совершенствование мелкой моторики рук и координации движений. 3. Стабилизация психических процессов. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступление. 2. Упражнение «Ощущение цвета». 3. Упражнение «Коричневый запах». 4. Упражнение «Грибы» 5. Упражнение Сказка «Лесные силачи». 6. Самовыражение в цвете (Аппликация из обрезков коричневой бумаги).
40.	«Дракончики»	Снятие напряжения, отреагирование эмоций, создание ситуации	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ритуал начала занятия. 2. Задание на перевоплощение, самовыражение.

		успеха.	3. Совместная работа «Дома дракончиков» 4. Дракончик превращается обратно в ребенка (умывается). 5. Ритуал окончания занятия.
41.	«Необитаемый остров»	Снятие напряжения, отреагирование эмоций, создание ситуации успеха.	1. Ритуал начала занятия. 2. Графическая работа «Волны». 3. Совместная работа «Остров». 4. Задание на создание ситуации успеха. 5. Ритуал окончания занятия.
42.	«Волшебные превращения»	Снятие напряжения, отреагирование эмоций, создание ситуации успеха.	1. Ритуал начала занятия. 2. Создание монотипии: игры с красками. 3. Конкретизация увиденного образа, придумывание названия. 4. Обсуждение. 5. Ритуал окончания занятия.
43.	«Музыкальная шкатулка»	1. Развитие творческого воображения и фантазии. 2. Гармонизация эмоционального состояния. 3. Развитие сенсорно-перцептивной сферы.	1. Приветствие. 2. Ритуал вхождения в сказку. 3. Упражнение «Музыкальная шкатулка». 4. Цветотерапия «Волшебный цвет музыки». 5. Упражнение «Рисуем музыку». 6. Рефлексия.
44.	«Весёлые ладошки»	Снятие напряжения, выражение эмоций, познание внутреннего мира ребёнка.	1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение «Отпечаток ладошки». 3. Дорисовывание изображения, придумывания названия. 4. Обсуждение. 5. Ритуал окончания занятия.
45.	«В гостях у Винни-Пуха»	1. Развитие творческого воображения и фантазии. 2. Развитие умения свободно и ясно выражать свои мысли. 3. Развитие сенсорной памяти.	1. Приветствие. 2. Ритуал вхождения в сказку. 3. Сказка «Винни-Пух и все-все-все» (А. Милн, пер. Б. Заходера). 4. Упражнение «Волшебная чашка». 5. Упражнение «Плюшевые мишки». 6. Решение проблемных ситуаций. 7. Упражнение «Буки и Бяки». 8. Танцевально-ритмическое упражнение «Танец Бук и Бяк». 9. Рисование «Слонопотам». 10. Рефлексия. 11. Ритуал прощания.
46.	Цветотерапия «Зеленый цвет»	1. Расширение представления детей о зеленом цвете, развитие способности тонко	1. Вступление. 2. Упражнение «Ощущение цвета». 3. Упражнение «Положи и скажи». 4. Упражнение «Зеленая змейка».

		чувствовать цвет. 2. Развитие слухового и зрительного внимания. 3. Развитие умения ориентироваться в пространстве. 4. Стабилизация психических процессов.	5. Упражнение «Лес». 6. Упражнение «Зеленые обитатели леса». 7. Упражнение «Родственные слова». 8. Упражнение Сказка «Зеленушка» (В. Кротов). 8. Самовыражение в цвете (Рисование акварелью по мокрому листу).
47.	«Наши чувства»	Рефлексия, подведение итогов.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоциях. 3. Дидактическая игра «Путешествие в мир эмоций». 4. Упражнение «Конверты радости и огорчений» 5. Ритуал окончания занятия.
48.	«Автопортрет»	Снятие напряжения, создание ситуации успеха.	1. Ритуал начала занятия. 2. Диагностическое задание «Рисунок в круге». 3. Творческое задание «Автопортрет». 4. Обсуждение. 5. Ритуал окончания занятия.
49.	Диагностика	Выявить особенности эмоциональной сферы ребенка	Тест тревожности (Темпл Р., Дорки М., Амен В.), графическая методика «Кактус»
50.	Диагностика		Методика «Картинки», методика выявления детских страхов Захарова А.И., Панфиловой М.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение программы

1. Занятия проходят в отдельном, специально оборудованном помещении.
2. Литературно-художественные материалы: стихи, загадки, сказки.
3. Фонотека – музыкальные произведения различного жанра: классическая, релаксационная музыка, детские песенки, используемые для фона, сопровождающего творческую деятельность детей и для усиления чувствования в игровой ситуации в соответствии с разработанными темами.
4. Комплекс дидактических, развивающих, психопрофилактических и подвижных игр.
5. Кисти художественные.
6. Фломастеры.
7. Карандаши цветные.
8. Карандаши чёрнографитовые.
9. Краски акварельные.

10. Гуашь.
11. Ножницы.
12. Клей канцелярский.
13. Бумага для рисования (А1, А3, А4).
14. Мелки для рисования.
15. Песочница с песком и маленькими фигурками для игры.
16. Картон цветной.
17. Бумага цветная.
18. Магнитофон.
19. Пластилин.
20. Бумага бархатная.
21. Кукольный театр.

3.2. Формы подведения итогов реализации программы

Диагностика эмоционально – личностного развития детей.

№ п/п	Название методики	Цель методики
1.	Тест тревожности (Теммл Р., Дорки М., Амен В.)	Исследовать тревожность ребёнка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций, характер его взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в семье, детском саду.
3.	Графическая методика «Кактус»	Выявление особенностей личностного развития детей
4.	Методика выявления детских страхов Захарова А.И., Панфиловой М.	Выявлению тревожности и страхов.
5.	Проективный тест Л. Дюсс «Сказка»	Выявление эмоционально-личностных особенностей и проблем детей.
6.	Методика «Картинки»	Выявить склонность ребёнка к агрессивному поведению.
7.	Методика «Паравозик»	Выявление эмоционально-личностных особенностей и проблем детей.

Психотерапевтические сказки.

«Чудо-кактус» (Сучкова Н.О)

На золотых песчаных просторах жил сердитый кактус. Он был таким мрачным и колючим, что вокруг него образовалась огромная невидимая преграда. И всякий, кто приближался к нему, чем его колючки, каждый раз «ойкал» от неприятных уколов. Поэтому все в округе называли кактус «Дерущаяся злючка». Из-за всех углов только и слышалось: «Ты не ходи этой дорогой, там Дерущаяся злюка». Но надо сказать, что после таких слов колючки у кактуса росли ещё больше и становились намного острее, чем были. И в тот момент, когда колючки стали совсем огромными, а солнце очень жарким, вдруг пошёл дождь. Его капли были такими большими и свежими, что все обитатели песчаных просторов стали бегать под дождём, прыгать через лужи и громко смеяться. Спустя какое-то время дождь закончился. Выглянуло солнышко и стало щекотать своими лучами обитателей песчаных просторов.... И тут один из участников такого веселья заметил, что на кактусе стали появляться красивые цветы. Тогда он пошёл к Дерущейся Злюке, стал смеяться и петь песни. Цветов на кактусе становилось всё больше, а колючки исчезли совсем. Теперь на кактусе было много красивых ароматных цветов, а Дерущуюся Злюку все стали называть ЧУДО-КАКТУС.

«Мишка Смешное Ушко» (Сучкова Н.О)

Жил-был весёлый и озорной Мишка Смешное Ушко. Он был таким добрым и хорошим, что все его очень любили. Вот только была одна непонятная штука: как только мишка Смешное Ушко чего-нибудь боялся, над ним появлялась серая туча и поливала его своим дождиком. И что самое удивительное, это происходило только с ним, и Мишка смешное Ушко каждый раз чувствовал себя неловко перед друзьями, смущался и прекращал улыбаться. Мишка понял, что нужно что-то делать. И вот однажды, как только ему стало страшно, он сказал, что тучка больше не будет поливать его дождиком. Он сказал это так уверенно, что тучка улыбнулась и спрятала свои дождинки. Мишка повеселел и больше никогда не боялся.

«Котёнок Рыжик»

В одной сказочной стране жил котёнок Рыжик. Однажды он пошёл гулять и увидел в траве красивый, новый мячик. «Ой!» - вскрикнул котёнок от неожиданности. – «Какой красивый мячик, интересно, чей он». Котёнок посмотрел вокруг и даже заглянул за кусты, но никого не обнаружил. «Мне очень нравится мячик, МУР, МУР» - промурлыкал котёнок, - «пожалуй, я возьму его себе». Рыжик ушёл, и тут послышался какой-то шум и пыхтение. Появился крокодил. Он бегал, размахивал лапами, хмурил брови, скалил зубы и кричал: «Где мой мячик? Кто посмел взять мой мячик».

1. Упражнения-приветствия

Приветствие «Страна настроений»

В страну настроений отправимся мы,
Где будем смеяться, грустить, удивляться.
С героями этой волшебной страны
На каждом занятии будем встречаться.

Нас ждут приключения, сказки, игра,
Задания разные нового друга.
Ну что, ты готов? Тогда нам пора!
И слово - приветствие скажем друг другу.

2. Игры и задания по теме «Человек и его настроение»

- **Графическое задание «Лучи солнца».** Взрослый предлагает ребенку нарисовать солнце, лучи, которого грустят, радуются, злятся, боятся. Затем среди множества пиктограмм эмоций (нарисованных на вырезанных кружочках диаметром 5 см) ребёнок выбирает те, которые изображают его собственные. Пиктограммы наклеиваются на лучи.
- **Диагностическое задание «Цвета настроений».** Взрослый предлагает детям раскрасить силуэт человека теми цветами, теми красками, которыми можно передать настроение.
- **Графическое задание для совместного выполнения «Смешной рисунок».** На дверь или стену прикрепляется лист бумаги. Взрослый завязывает ребенку глаза, подводит его к листу бумаги, даёт в руки фломастер и говорит, что сейчас они вместе будут рисовать дом. По очереди с завязанными глазами дорисовывают детали.
- **Игра «Чувства в домиках»** Взрослый предлагает ребенку заселить чувства в домики.
- **Диагностический рисунок «Цветные домики»** Взрослый предлагает детям раскрасить домики для разных чувств.

3. Игры и задания по теме «Радость»

- **Графическое задание для совместного выполнения «Продолжи рисунок».** Взрослый предлагает детям ребенку нарисовать клоуна. Для этого есть цветные карандаши и мелки и один лист бумаги. Ребенок со взрослым рисуют по очереди.
- **Задание сюрприз.** Взрослый предлагает ребенку нарядиться в костюм клоуна и потанцевать под весёлую музыку.
- **Задание на создание ситуации успеха «Колпачок клоуна».** Ребенок получает заготовки колпачков и взрослый просит их раскрасить красками.
- **Совместное задание на выражение актуальных эмоций и снятие напряжения «Красивый рисунок».** Взрослый предлагает ребенку нарисовать рисунок про который можно сказать: «Красота»
- **Игра – упражнение «Дождик».** Ребенок получает лист бумаги, и им предлагается в течение трёх минут нарвать бумаги на мелкие листочки. Затем ребенок подбрасывает свои капельки, стараясь, как можно больше намочить все вокруг. Затем обсуждается. Какие чувства испытывает ребенок, когда он попадает под дождь.
- **Игра «Цветок».** Взрослый предлагает ребенку закрыть глаза и представить цветок, который он мог бы назвать своим именем. После этого ребенок рассказывает о том, какой цветок он видел.
- **Задание - рисование на тему: «Цветок радости».** Взрослый предлагает нарисовать цветок радости.
- **Упражнение «Цвет моего настроения».** Взрослый предлагает ребенку закрасить лист такими цветами, какое у него настроение.
- **Коллективная работа: «Волшебный салют».** Взрослый предлагает с помощью пульверизаторов с разноцветными красками нарисовать салют.

4. Игры и задания по теме «Грусть»

- **Графическое задание «Грустный рисунок».** Взрослый предлагает нарисовать что-нибудь грустное. После этого обсуждают то, что нарисовано.
- **Задание на адаптацию в пространстве комнаты. Игра «Найди грустный предмет».** Взрослый предлагает найти в комнате грустные предметы или игрушки и придумать почему они грустят.
- **Задание на создание ситуации успеха « Игры с сухими листьями».**
 - «Листопад» Взрослый встаёт на стульчик и с высоты поднятой руки выпускает лист падать. Ребенок ловит листья.
 - «Фейерверк» Набираем в пригоршни листья и подбрасываем над головой.
 - «Рисуем листьями» Взрослый демонстрирует технику создания изображения: выдавливая из тюбика клей ПВА, наносит на лист бумаги рисунок; затем набирает сухие листья, растирает их между ладонями на мелкие частички и рассыпает над клеевым рисунком. Лишнее стряхивает. Процедура повторяется до субъективного результата. Ребенок даёт название своему рисунку.
- **«Рисуем волшебную музыку»** Взрослый включает грустную музыку и просит нарисовать то, что навеет музыка. После этого рисунок обсуждается.

5. Игры и задания по теме «Страх»

- **Задание на выражение эмоций и преодоление страха «Рисуем страшную маску».** Взрослый предлагает детям раскрасить страшную маску, заранее заготовленную из картона.
- **Игра «Испугай страшилку»** Взрослый предлагает надеть маску и испугать Страшилку.
- **Задание на отреагирование эмоций «Рисуем страхи».** Взрослый предлагает нарисовать свой страх.
- **Задание на снятие напряжения «Ритуал уничтожения страхов».** Взрослый предлагает разорвать рисунки на мелкие кусочки, засунуть их в воздушный шар, а после занятия выпустить их на улицу.
- **Рисование на зеркале.** Предлагается нарисовать на зеркале то, что пугает ребенка, а затем это смывается водой.
- **Индивидуальное задание «Лепим страх».** Взрослый предлагает слепить свой страх.
- **Совместная работа «Строим лабиринт для непослушных страхов детей».** Ребенок на песке строит лабиринт для своего страха.
- **Игра «Проходим лабиринт».** Ребёнок любыми способами с помощью страшилки пугает свой страх. По желанию по мере прохождения лабиринта страх может уничтожиться. В итоге обычно остаётся маленький кусочек страха.

6. Игры и задания по теме «Удивление»

- **Творческое задание «Инопланетяне».** Ребенку предлагается создать инопланетянина. Для этого можно использовать краски или слепить из пластилина, а может быть наклеить с помощью цветной бумаги.
- **Совместная работа «Карта звёздного неба».** Необходимо нанести на звёздное небо новые планеты и разместить своих инопланетян.
- **Упражнение «Рисование по точкам»** Взрослый заранее готовит схему рисунка, расставляет контурные точки. Ребёнку говорят: «Хочешь удивиться? Тогда

соединяй точки друг с другом по порядку». Получившийся контур предложите дорисовать, раскрасить, придумать сюжет и дать название.

7. Игры и задания по теме «Злость»

- **Задание на демонстрацию индивидуального восприятия.** Ребенку предлагается разложить рисунки на три части – на те, которые кажутся «Злыми», «Радостными» и остальными.
- **Задание на снятие эмоционального напряжения «Рисуем злость».** Предлагается нарисовать злость. Для этого используется техника монотипия.
- **Работа с пластическим материалом «Чудо-кактус».** После прослушивания терапевтической сказки «Чудо - кактус» ребёнок лепит кактус, протыкает его зубочистками, украшает цветами и бусинками.
- **Коллективная работа «Пустыня».** Предлагается на песке сделать пустыню с кактусами.
- **«Здравствуй, песок».** Взрослый просит нежно, а потом сильно поздороваться с песком, то есть различными способами дотронуться до песка.
- **«Песочный дождик».** Взрослый предлагает ребёнку медленно или быстро сыпать песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь.
- **«Победитель злости».** Взрослый, а затем ребёнок делает из мокрого песка шар, на котором обозначает углублениями или рисует глаза, нос, рот. Затем ребёнок любым способом разрушает песочный шар, приговаривая волшебное заклинание: «Прогоняем злость, приглашаем радость». После этого ребёнок руками медленно выравнивает поверхность песка и оставляет на ней отпечатки своей ладони. По желанию можно украсить свои отпечатки.
- **Упражнение «Найди сердитое лицо, изобрази злость».** Взрослый предлагает найти пиктограмму «злость» среди изображений других эмоций, а затем показать как ребенок умеет сердиться.
- **Игра «Сердитый лев и весёлый котенок».** Помещение условно делится на две части. На полу первой части помещения кладется обруч. Ребёнок встаёт внутри обруча – «клетки». Ведущий говорит, что сейчас он с помощью волшебной музыки будет превращать ребенка то в сердитого льва, то в весёлого, ласкового котенка. Сердитые львы живут в клетках, а ласковые котята могут гулять. Затем ведущий включает на 1-2 минуты музыку с динамичным барабанным воем – ребенок превращается в сердитого льва. Затем на 2-3 минуты музыка сменяется на приятную, нежную, релаксирующую – ребенок перемещаются на ковёр и превращаются в ласкового котенка. Музыка меняется до трёх раз.
- **Индивидуальное задание.** Взрослый предлагает нарисовать чувства, которые ребенок испытывал, когда изображал сердитого льва и ласкового котенка.

8. Игры и задания по теме «День рождение газетного человека»

- **Задание на взаимодействие и самовыражение.** Взрослый демонстрирует разные способы взаимодействия с газетами. После показа происходит изготовление фигуры человечка, психолог выступает в роли активного помощника.
- **Задание на снятие напряжения «Фейерверк».** Взрослый предлагает сделать фейерверк. Для этого используются коктейльные соломки. Психолог капает на лист бумаги капли разбавленные краской, ребенок, поднеся к ним соломки раздувает воду в разные стороны.

9. Игры и задания по теме «Дракончики»

- **Задание на перевоплощение, самовыражение.** Ребенок располагается около зеркала и на свой вкус (с помощью взрослого) разукрашивают лицо в виде мордочки дракона. Для этого лучше подходит детский грим или акварель.
- **Коллективная работа «Дома дракончиков».** Взрослый предлагает нарисовать дома драконов. Ребенку необходимо нарисовать круги. Сначала рисуют круги по всей площади листа, закрашивают их, выбирая любые цвета. Затем предлагается провести дорожки между этими «норками». Пространство между норками украшают травой, цветами, кустами и т.д.

10. Игры и задания по теме «Необитаемый остров»

- **Графическая работа «Волны».** На листе карандашами или мелками ребенок рисует волны, которые омывают остров. Штриховка может передавать характер разных волн.
- **Совместная работа «Остров».** Предлагается построить остров из песка.
- **Задание на создание ситуации успеха.** Предлагается украсить остров с помощью цветов, деревьев. Для этого используется техника кляксография или монотипия. Получившиеся рисунки становятся украшением острова.

11. Игры и задания по теме «Весёлые ладошки»

- **Упражнение «Отпечаток ладошки».** Взрослый предлагает сделать отпечатки своих ладошек, а затем дорисовать их в какой-то образ и придумать название.

12. Игры и задания по теме «Автопортреты»

- **Творческое задание «Автопортрет».** Предлагается, используя технику коллаж, создать свои автопортреты.

3.3. Список литературы

1. Васькова О.Ф., Политыкина А.А. Сказкотерапия как средство развития речи детей дошкольного возраста. – СПб., 2011
2. Епанчинцева О.Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста. – СПб., 2010
3. Короткова Л.Д. Арт-терапия для дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб., 2001
4. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. – М., 2007
5. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. – СПб., 2007
6. Капская А.Ю., Мирончик Т. Л. Подарки фей. Развивающая сказкотерапия для детей.- СПб., 2006.
7. Киселёва М.В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб., 2008
8. Кузуб Н.В. Осипук Э.И. В гостях у песочной феи. – СПб., 2011
9. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика.- СПб., 2003
10. Мардер Л. Цветной мир. – М., 2007
11. Микляева Н.В., Толстикова С.Н. Сказкотерапия в ДОУ и семье.-М.,2010.
12. Малахова А.Н. Небесное путешествие. Программа игротерапии для дошкольников. – СПб., 2008
13. Сучкова Н.О. Арт-терапия в работе с детьми из неблагополучных семей.- СПб., 2008.
14. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем. – СПб., 2008