

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
№ 128 «ШАЯН»



«ШАЯН» 128 НЧЕ КАТНАШ БАЛАЛАР
БАКЧАСЫ» МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ
МӘКТӘПКӘЧӘ БЕЛЕМ БИРУ
УЧРЕЖДЕНИЕСЕ

423803, Республика Татарстан, город Набережные Челны, улица Н. Якупова, здание 8.
Тел./Факс/Е-mail: 49-11-82, sad.128@inbox.ru

РАССМОТРЕНО:
на заседании Педсовета
протокол № 1 от
«31» августа 2022г

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 128 «Шаян»
Н.А. Грошева
Приказ № 406 «31» августа 2022 г.

«ПАЛИТРА ЭМОЦИЙ»
программа дополнительного образования по арт-терапии
дошкольного образовательного учреждения

Разработал программу:
Васильева Юлия Семеновна

2022г.

г. Набережные Челны

Содержание

Целевой раздел.....	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи Программы	4
1.3. Планируемые результаты реализации Программы	4
Содержательный раздел.....	5
2.1. Преимущества арт-терапии для дошкольников.....	5
2.2. Виды арт-терапевтических направлений, используемых на занятиях	7
2.3. Перспективно-календарное планирование занятий «Палитра эмоций».....	11
3. Список литературы.....	30

1.1.

Пояснительная записка.

На сегодняшний день основным приоритетом дошкольного воспитания выступает личностно-ориентированное взаимодействие педагога с ребенком, забота о его эмоциональном благополучии, принятие и поддержка его индивидуальности. В Федеральном Государственном образовательном стандарте дошкольного образования» (9,3) «охрана и укрепление эмоционального благополучия детей»- выступает в качестве основной приоритетной задачи дошкольного образования.

Проблема эмоционального благополучия детей в семье, дошкольном учреждении, развитие его эмоциональной сферы, формирования «умных эмоций», является одной из самых актуальных, так как положительное эмоциональное состояние относится к числу важнейших условий развития личности.

Современные дети развиты более интеллектуально, но при этом более инфантильны, эмоционально равнодушны, у многих детей повышен уровень тревожности, агрессивности, занижена самооценка.

И для этого существует ряд причин:

- дефицит внимания, поддержки, любви в семье;
- нарушение психологического здоровья самих родителей;
- неадекватный стиль воспитания ребёнка: гиперопека или сверхконтроль;
- раннее приобщение дошкольников к теле-видео-компьютерному экрану
- авторитарный стиль взаимодействия с ребенком .

Застенчивость, тревожность, неуверенность в себе, подавленное состояние, неспособность самостоятельно принимать решение и справляться с трудностями, нахлынувшими эмоциями, ощущение собственной ненужности и многое другое осложняют жизнь ребёнка как в семье, так и в коллективе сверстников.

Работа над этими проблемами способствовала поиску новых технологий в работе с детьми. Наиболее приемлемой, на мой взгляд, является арт-терапия. Арт-терапия достаточно новое направление в российской педагогической практике, которое объединяет творчество и обучение. Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Это отличный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства.

Таким образом, для решения этих проблем была разработана программа комплексных занятий с элементами арт-терапии “Палитра эмоций”. Программа содержит систему упражнений, эффективных для развития эмоциональной сферы детей и повышения уровня их психологического здоровья посредством потенциала разных видов искусства.

1.2. Цель программы “Палитра эмоций”:

Гармонизация развития личности через развитие способности самовыражения, самопознания и эмоциональной сферы ребенка.

1.3. Задачи:

- Формировать умения детей понимать и выражать собственное эмоциональное состояние через творчество;
- Снимать эмоционального и мышечного напряжения, уровень тревожности и агрессивности, гармонизировать эмоциональный фон.
- Развивать позитивную самооценку, способствовать повышению уверенности в своих силах.
- Раскрывать творческий потенциал.
- Развивать оригинальность мышления, внимание, память, коммуникативные способности.

1.4 Ожидаемые результаты

- позитивные изменения в психологическом состоянии детей;
- снижение тревожности и агрессивности, демонстративности; уверенность, адекватная самооценка;
- коммуникативная и творческая активность;
- повышение уровня благополучия и статуса ребёнка в детском коллективе;

2. Содержательный раздел.

В дошкольном возрасте формируется общий эмоциональный фон психической жизни ребенка, когда усваивается «язык» чувств. Творческая деятельность является лучшим помощником для выражения своего эмоционального состояния и для обогащения эмоционального мира ребенка. Арт-терапия предлагает ребенку выразить свои эмоции и чувства с помощью лепки, рисования, конструирования, работы с природными материалами. Это наиболее мягкий метод работы, контакта с трудными проблемами. Важно, что на занятиях с элементами арт-терапии ребенок может выражать и негативные эмоции, как бы «выплескивая» их на продукты своей деятельности. Он может порвать непонравившийся рисунок, деформировать и трансформировать работы из теста, пластилина или глины, пачкаться изобразительными материалами, полностью закрасить свою работу и создать на ее месте новую и др. Это хороший способ снижения эмоционального напряжения и работы со страхами.

Важной особенностью этого возрастного периода является также постепенное зарождение истинно мотивационных форм поведения, направленных на достижение успеха. При проведении индивидуальной или групповой форм коррекционно-развивающей работы важно подчеркнуть успешность каждого ребенка, делать выставки работ, обсуждать с каждым ребенком особенности его индивидуального видения мира и т.д. Так формируется мотивация достижения успеха, которая так необходима для успешности в дальнейшей жизни.

Творчество тесно связано с жизнью ребёнка, наполненной богатой игрой, фантазией и символической деятельностью. Дети еще не умеют ясно выражать свои мысли, зато умеют рисовать, лепить, фантазировать. Именно, методы арт-терапии позволяют ребёнку выразить своё состояние через рисунок, танец, сказку, игру. Чувства и эмоции нередко находят выражение с помощью используемых детьми символов. Происходит смешение внутренней и внешней реальности. В своём творчестве дети, не задумываясь, рисуют, изображают, воспроизводят то, что чувствуют. Именно «арт-терапия» позволяет добиться положительного развивающего эффекта в

работе с детьми. Проведение интегрированных коррекционно-развивающих занятий, в которых сочетаются музыкотерапия, фототерапия, техники телесно-ориентированной арт-терапии и др. достаточно эффективны, так как у ребёнка появляется возможность реализовать свои творческие способности и фантазию, обогащается словарь детей, а главное - развиваются коммуникативные умения.

На арт-терапевтических занятиях с дошкольниками искусство не является самоцелью, оно лишь средство, которое помогает лучше понять себя. На занятиях не стоит цель научить ребёнка рисовать или лепить, а помочь средствами искусства справиться с проблемами, вызывающими у него негативные эмоции, которые зачастую он не может вербализовать, и дать выход творческой энергии. Арт - терапевтические занятия способствуют более ясному, тонкому выражению своих переживаний, проблем, внутренних противоречий, с одной стороны, а также творческому самовыражению - с другой. В процессе творчества ребёнок гораздо ярче и нагляднее может проявить себя, чем в письме или в речи. В занятии искусством очень важно, чтобы ребенок чувствовал свой успех в этом деле. Если он видит, что имеет успех в выражении и отображении своих эмоций, создании уникальных поделок, рисунков, к нему приходит успех в общении, а взаимодействие с миром становится более конструктивным. Успех в творчестве в его психике бессознательно переносится и на обычную жизнь. И арт-терапия позволяет сделать этот процесс радостным, интересным, успешным, индивидуальным для каждого.

Взаимодействие с детьми во время арт-терапии строится на взаимном понимании, уважении, на выборе предпочтений, поэтому большинству малышей это нравится, и они с удовольствием посещают занятия.

Все виды арт-терапии базируются на «переключении» активности полушарий головного мозга. Левое полушарие – это своеобразный цензор, разум, сознание, которое подчас не пропускает наружу искренние чувства, подавляя их. Правое же полушарие, которое активизируется во время творческой деятельности, запускает бессознательные процессы, открывающие путь к выражению подлинных переживаний. В результате арт-терапевтических занятий, «полушария начинают «дружно» работать вместе, и работа эта направлена на осознание и исправление внутренних, бессознательных проблем: страхов, комплексов зажимов».

Занятия проводятся педагогом-психологом в развлекательной форме, что позволяет заинтересовать пассивных детей и сделать их активными

участниками процесса, а не просто слушателями. С помощью игр и творчества выявляются и развиваются скрытые умения, вызывающие у малышей положительные эмоции и чувство удовлетворения от результатов своего творчества.

2.2. Преимущества арт-терапии для дошкольников.

Благодаря тому, что арт-терапия совмещает в себе и психологию, и медицину, и педагогику - получается достичь многих целей, а самое главное, выделить массу преимуществ.

- Во-первых, обстановка на занятиях абсолютно безопасная. На них нет никакой конкуренции, каждый ребёнок делает то, что ему нравится и сам старается достичь поставленных целей.

- Во-вторых, благодаря тому, что после каждого занятия получается видимый результат (рисунок, танец, песня, поделка и т.д.), можно чётко проследить за развитием малыша, увидеть, насколько комфортно ему, насколько изменилось его мировоззрение.

- В-третьих, каждый ребёнок может осознать собственную ценность. После каждого занятия родители видят поделку, за которую хвалят. Также, иногда преподаватели просят малышей сделать часть к чему-то общему. И видя, что его сделанная частичка составила одну общую картину, он будет не только горд собой, но и поймёт, что значит многое.

- В-четвёртых, детки, у которых наблюдаются проблемы с речью, могут найти иные способы выражения своих эмоций через искусство, тем самым не замыкаясь в себе.

Большое внимание уделяется результатам после занятий, потому что именно они показывают, насколько действенна терапия для определенного ребёнка и нужно ли что-то изменить в подходе.

2.3. Виды арт-терапевтических направлений, используемых на занятиях “ Палитра эмоций”.

1) Изотерапия.

Изотерапия- рисование цветным песком, красками, пальчиками на зеркале и на бумаге, пластилиновое рисование. Это один из самых распространенных методов арт-терапии. Она изучена намного больше, чем другие способы, да и применять её проще. Все дети любят рисовать, кто-то берет для этого

карандаши, кто-то фломастеры, а некоторые рисуют исключительно красками. И ничего удивительного в предпочтениях малышей нет, потому что каждый из них видит мир по-своему и осваивает те методы, которые ему ближе и понятнее. Это тоже касается рисунков.

На основании рисунка малыша можно сделать выводы об его эмоциональном состоянии, о психологической составляющей. В случае, если ребенок в определенный момент начинает рисовать исключительно только темными цветами. Это говорит о том, что его состояние, в первую очередь моральное и психологическое, напряженное, что его что-то беспокоит. И очень важно узнать, что именно. В процессе обучения и прохождения терапии улучшение его состояния будет заметно по его же рисункам. Так, если ребёнок стал применять светлые или яркие цвета, постепенно заменять темное на яркое, то это говорит о правильности выбранного направления.

2) Песочная терапия.

Совсем недавно стала применяться терапия песком, которая очень нравится деткам. Если посмотреть на детскую площадку летом, то можно заметить, что практически все дети с удовольствием лепят куличики, строят замки и т.д. Песок нередко действует на детей как магнит. Прежде чем они успеют осознать, что они делают, их руки сами просеивать песок, строят тоннели, горы и т.д. (а если к этому добавить миниатюрные фигурки, игрушки, тогда появляется целый мир, разыгрываются сценки, и ребёнок полностью погружается в игру). Песок обладает свойством пропускать воду. Наблюдения показывают, что игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей. основополагающая идея песочной терапии сформулирована так: игра с песком предоставляет ребёнку возможность избавиться от психологических травм с помощью перенесения вовне, на плоскость песочницы, фантазий и формирования ощущения связи и контроля над своими внутренними побуждениями. Ребёнок в процессе песочной игры имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов и пережитое не развивается в психическую травму. Песочная терапия ориентирована на то, чтобы помочь маленькому ребёнку развивать более позитивную «Я-концепцию», стать более ответственным в своих действиях и поступках, выработать большую способность к самопринятию, в большой степени полагаться на самого себя, овладеть чувством контроля, развивать самооценку и обрести веру в самого себя.

Игрой с песком не нужно руководить. Взрослый выполняет всего лишь роль зрителя. Это активное присутствие, а не руководство процессом. Положительная энергетика ребёнка, которая высвобождается во время игры, оказывает положительное влияние на развитие личности и последующее обучение дошкольников.

3) Сказкотерапия.

Сказкотерапия — это способ корректирования детских проблем психологического характера. Смысл заключается в том, что для ребёнка рассказывается сказка, героем которой является он сам. При этом в самом повествовании сказки для главного героя продуманы определенные трудности, с которыми он должен непременно справиться;

Сказкотерапия включает в себя не только чтение книг, но также и обсуждение смысла, героев и их поступков. К тому же, на занятиях предлагается детям самим придумывать сказки, давая им одного или двух героев. А так как детки очень любят сочинять, такие сеансы приходятся им по душе.

В зависимости от того, что делают персонажи рассказа, куда они попадают, как себя ведут, можно сделать вывод об общем состоянии ребёнка, и в случае нахождения каких-то проблем при помощи сказок помочь ему.

4) Музыкотерапия.

Все дети любят танцевать, им нравится, когда включают музыку, учат каким-то движениям. Так устроены все люди, что под определенное настроение им хочется слушать определенную музыку. Так же и у малышей.

Музыкотерапия – один из методов, который укрепляет здоровье детей, доставляет детям удовольствие. Музыка способствует развитию творчества, фантазии. Мелодия действует особенно эффективно для гиперактивных детей, повышает интерес к окружающему миру, способствует развитию культуры ребёнка.

Музыка способна помочь ребёнку в следующем:

-Снять стресс. Иногда малыш напряжён, потому что на него много чего навалилось, и да, на удивление, у детей тоже есть свои «детские проблемы». И чтобы снять этот стресс, напряжение, ему нужно помочь. Отличный способ отвлечься – это танец под веселую музыку.

-Отрегулировать отклонения в речи. Многие психологи и логопеды считают, что песни помогают малышу лучше говорить, так как задействуются клетки головного мозга, язык тренируется.

-Отрегулировать его поведение, например, когда ребёнок часто проявляет агрессию, грубит.

-Увеличить подвижность, благодаря чему улучшается общее физическое состояние.

Во время музыкотерапии на занятия перед ребёнком предстает целая неизведанная и необычная для него страна, где правят короли, принцессы. Воображение ребёнка создает интересные картины, ему хочется понять больше. А самое главное - танцы и музыка помогают ребёнку отвлечься от реального мира.

5) Глинотерапия.

Глинотерапия – это вид арт-терапии, опирающееся на сенсорику и моторику человека. Главная особенность работы с глиной заключается в том, что возможность самовыражения в творческом процессе лепки, позволяет ребенку преодолеть свои личностные трудности. С точки зрения решения задач коррекции, важен не результат, а сам процесс лепки. Поведенческие девиации уходят, так как глинотерапия предоставляет возможность самовыражения. Технология работы с глиной помогает негативным переживаниям трансформироваться в положительные эмоции.

А так же, работа с глиной развивает творческие способности, инициативность, мелкую моторику рук, воображение, пространственное мышление.

6) Куклотерапия.

Куклотерапия - это метод психологической коррекции различных состояний при помощи кукол, а также диагностировать проблему ребенка, при этом они выступают в качестве промежуточного объекта взаимодействия ребенка и взрослого (психолога, воспитателя). Ребенок, познавая мир, его социальные связи и отношения, активно проецирует воспринимаемый опыт в специфическую игровую ситуацию. Основным объектом такой проекции становятся куклы.

Куклотерапия широко используется для разрешения конфликтов, улучшения социальной адаптации ребенка, в коррекционной работе со страхами,

заиканием, нарушениями поведения, а также в работе с детьми, имеющими эмоциональную травму. Любимая игрушка «участвует» в постановке спектакля, сюжет которого напоминает ребенку травмирующую ситуацию. Попадает в страшную историю и успешно с ней справляется. По мере разворачивания сюжета эмоциональное напряжение ребенка нарастает и, достигнув максимальной выраженности, сменяется эмоциональной разрядкой (плач, смех и т. д.).

Таким образом, арт-терапия для дошкольников – очень важное направление, которое позволяет помочь ребенку адаптироваться в новых условиях, обрести свою индивидуальность, перестать стесняться. Данная программа поможет приобрести детям социальный опыт, а именно: чувствовать себя комфортно рядом с другими, понимать, любить и прощать их, контактировать, высказывать свое мнение, проявлять свою жизненную позицию, приходить на помощь, иметь оптимистический настрой.

Организация занятий.

Занятия проводятся с подгруппой детей (до семи человек) 1 раз в неделю. Срок проведения: октябрь - май.

Занятия проводятся во второй половине дня.

Продолжительность занятия - 25 - 30 минут.

В отдельных случаях занятия могут продолжаться до академического часа, если они включают творческую деятельность, не желательно регламентировать рамками времени. Продолжительность занятия зависит от внимания детей. За психологом (воспитателем, учителем) остается право на изменение, последовательность изучения тем, их расширения или уплотнения с учетом уровня подготовленности, индивидуальных потребностей и возможностей детей.

Дети во время занятий располагаются лицом друг к другу.

Включение в активное движение чередуется с статикой. Взрослый должен быть рядом, а не «над» ребенком.

Перспективно-календарное планирование кружка “Палитра эмоций”.

1. Социализация детей дошкольного возраста с помощью арт-терапии .

О к т я б р ь	Неделя , тема	Цели и задачи	Методические рекомендации	Материалы и оборудование
	1. Знакомство . “ Мой детский сад”	Создавать положительный эмоциональный комфорт; развивать навыки общения, группового взаимодействия , чувство единства, уважения и доброжелательного отношения к другим; избавиться от напряжения.	-Приветствие и знакомство “Назови свое имя ласково” -Памятка поведения в детском саду. -Упражнение “Кораблик” -Изотерапия “ Мой детский сад”. -Подведение итогов.	Бумажные сердечки, большой лист бумаги с нарисованным контуром детского сада, фломастеры, карандаши.
	2. Наши эмоции. “Полотно мира и дружбы”.	познакомить детей с понятием «эмоции»; учить детей распознавать и проявлять эмоции; расширять представления о радости, печали, удивлении, злости, страхе; развивать	-Приветствие “Мы рады каждому!” - Пиктограммы эмоций -Игра “Найди пару на картинке” -Изотерапия “Полотно мира и дружбы” -Беседа о положительных эмоциях	Пиктограммы эмоций; сюжетные картинки с изображением детей с различными эмоциональными состояниями; разрезанные картинки (4 части) с изображением улыбающихся

	<p>умение передавать эмоциональное состояние с помощью мимики; воспитывать внимательность к другим.</p>		<p>детей. Полотно из фетра, краски, кисточки, фигурки голубей(как символ мира)</p>
<p>3. Наши эмоции “Волшебные веселые колпачки”</p>	<p>- учить передавать эмоциональное состояние с помощью мимики и жестов; - учить понимать поведение других и собственное поведение, его последствия; - воспитывать оптимистический взгляд на жизнь и доброжелательность, чувство единства.</p>	<p>-Приветствие “Добрый день” в кругу. - Беседа о хорошем настроении. -Психогимнастика “Сказка” - Изотерапия “Волшебные веселые колпачки” - Игра “сделай комплимент”</p>	<p>Пиктограммы эмоций, изображения детей с различными эмоциями. -Колпачки из белой бумаги, краски, кисточки и блески.</p>
<p>4. Улыбка творит чудеса. “Рисунок радости”</p>	<p>- закреплять знания детей об эмоциях, средствах их выражения;</p>	<p>-Приветствие “Улыбка по кругу” -Беседа о том, что радует детей и вызывает улыбку.</p>	<p>Большой лист формата А3 с кармашками для</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - тренировать выразительную мимику; - развивать чувство доброжелательности; - внимательно относиться друг к другу. 	<ul style="list-style-type: none"> -Игра «Мимическая гимнастика» - Изотерапия “Рисунок радости” -Подведение итогов и прощание. 	<p>маленьких карточек, карандаши, фломастеры.</p>
Н о я б р ь	1“Мой друг”. “Фантазеры”	<ul style="list-style-type: none"> -учить детей понимать такие понятия как «друг», «дружить»; -прививать доброжелательное отношение; -учить внимательно относиться друг к другу, воспитывать отзывчивость. 	<ul style="list-style-type: none"> -Приветствие -Этическая беседа психолога «Кого мы называем другом?» -Игра «Подари подарок другу» -Монотипия “Фантазеры”. -Прослушивание стихотворения “Подружки” 	<p>Листы бумаги, краски, кисточки, стекло или планшеты из оргстекла для рисования</p>
	2.“Общаемся вместе”	<ul style="list-style-type: none"> развивать инициативность; повышать самооценку детей; воспитывать уважение к другим; учить понимать 	<ul style="list-style-type: none"> -Обсуждение ситуации “Когда со мной не хотят играть” -Игра «Новенький» - Игра «Мои желания» -Изотерпия “Рисунок вдвоем” -Прощание 	<p>листы бумаги, карандаши.</p>

	желания партнера во время выполнения совместных действий.		
3 “Давай мириться”	Развить желание ценить своих друзей, любить их, заботиться о них, поддерживать доверительные отношения, проявлять интерес к совместной деятельности. Воспитать дружбу, общительность. Поддерживать радостное настроение от полученных хороших результатов в работе.	-Вход в сказку -Сказка про Ципу и Солнышко. - Упражнение “Страх, жалость, стыд, радость” -Физкультминутка на коврике -“Игра с солнечными зайчиками”. -Беседа о главных героях и подведение итогов.	куклы к сказке: цыпленок Цып, воздушный шарик – Желток, солнышко, белочка, колокольчик; геометрическ ие фигуры: треугольник, прямоугольни к, квадрат, овал, круг; картинки с предметами разной формы; картинки- цифры (цифрообразы) , рисунок со героями сказки. Раздаточный материал: цифры, клеенка,

			соленое тесто, спички, влажные салфетки.
4. Психотренинг “Тепло сердца”. Сказкотерпия	Способствовать созданию положительного о чувственно-тактильного и эмоционального о контакта детей; Закрепить знания детей о различных видах настроения людей и детей; Продолжать формировать у детей элементарные навыки психоконтроля, релаксации, саморегуляции волевых усилий и своих эмоций.	-Игра-драматизация сказки «Паучок и Волшебный Цветок». -Психогимнастика «Гномик» -Игра-психологический этюд «Мы - морские волны» -Упражнение на расслабление под музыку и слова («Природные звуки») -Прощание	

2. Снижение уровня тревожности и детских страхов с помощью арт-терапии.

Д е к а б р ь	Неделя , тема	Цели и задачи	Методические рекомендации	Материалы и оборудование
	1.«Путешествие в страну темного леса»	Выявить реальные страхи детей, развить умение поговорить о своих негативных переживаниях в кругу ровесников, сформировать доверие к социуму. Расслабить мышцы рук и спины, дать возможность ребенку почувствовать себя успешным.	-Приветствие Упражнение “Штанги” - Игра «Конкурс Боюсек и Бояк» -”Моя страшилка” глинотерапия -Релаксация «Воздушный шарик» -Прощание “Солнечные лучики”	Стул в виде пенька, маленькие подушки на каждого ребенка, магнитофон, звуки природы. Глина, вода.
	2.«Осталось немного» сказкотерапия. “Мой страх” изотерапия.	Дальше развивать уверенность детей в себе, преодолевать страх, тревогу, снятия напряжения, сплочение детского коллектива, повышение хорошего	-Сказкотерапия “Девочка и Мишка”. - Игра «Пещера дружбы» - «Нарисуй свой страх» изотерапия -Релаксация -Прощание “Солнечные лучики”.	Сказка «Девочка и мишка», непрозрачная ткань, лист бумаги, цветные карандаши, подушки, магнитофон, музыка «Звуки природы».

		настроения детей.		
	3.«Я больше не боюсь»	преодоление негативных переживаний, воспитание уверенности в себе. Продолжение работы над повышением самооценки, предоставление ребенку возможности стать уверенным в себе.	-Приветствие -Этюд “Смелые дети” -Упражнение “Соломинка” -”Я победитель” песочная терапия -Релаксация “Достань звезду” -Прощание “Солнечные лучики”	стул, магнитофон, медленная музыка, гимнастический большой обруч, разноцветные ленты на каждого ребенка.
	4.Храбрые дети	закрепление знаний детей о положительных чертах характера, создание атмосферы доверия, снятие эмоционального напряжения, воспитание положительных эмоций, формирование позитивного отношения к насекомым.	-Приветствие -Игра «За что меня любит мама» -Сказкотерапия «Сказка о паучке Борьке, которого все боялись» -Игра «Солнышко и дождик» -Прощание “Смешинка на прощание”	мяч, игрушки: мишка и ежик, игрушечный домик, картинка с изображением паучка.
Я	1.«Большой	Развить	-Приветствие	бумага;

Н В а р ь	и маленький страх»	<p>способность к разотождествлению актуальных имеющихся страхов и способов их преодоления. Формирование способности выразить свои чувства в рисунке. Овладение умениями и навыками преодоления страха. Усвоение способов саморегуляции. Обеспечение положительного психологического настроения в группе.</p>	<p>«Здравствуй, солнышко» -Игра на релаксацию «Сбрось усталость» -Изотерапия “”Тебя я не боюсь” -Упражнение «Мусорное ведро» Рефлексия занятия. Упражнение «Волшебная палочка». -Прощание “Передай улыбку”</p>	<p>цветные карандаши; ведро для мусора; картинки с изображением различных переживаний человека; волшебная палочка.</p>
	2.«Взаимодействие со страхом»	<p>Интеграция личности вокруг «бесстрашного» идеального поведения. Профилактика и коррекция страха перед</p>	<p>Приветствие «Здравствуй, солнышко». -Релаксация. Упражнение «Путешествие на облаке» -Тестоластика «Диалог с несуществующим</p>	<p>Интеграция личности вокруг «бесстрашного» идеального поведения. Профилактика и коррекция страха перед</p>

	<p>сказочными героями, вымышленным и существами, страха быть непринятым детским коллективом, одиночества, неуспеха, игр с быстрыми движениями, грубых окриков. Овладение умениями преодоление страхов. Укрепление психомоторного комплекса.</p>	<p>животным» -Упражнение «Подари свое сердце». -Прощание. Этюд «Прощание с другом».</p>	<p>сказочными героями, вымышленными существами, страха быть непринятым детским коллективом, одиночества, неуспеха, игр с быстрыми движениями, грубых окриков. Овладение умениями преодоление страхов. Укрепление психомоторного комплекса. Соленое тесто</p>
3.Цветные эмоции	<p>Диагностика особенностей эмоционального мира детей. Знакомство с чувством страха. Формирование способности определить свое эмоциональное состояние. Развивать</p>	<p>-Приветствие -Упражнение «Цветные билетки» -Упражнение «Напуганная королева» -Рассказ о «пятна-страшилке» - Рисунок «пятна-страшилки» -«Ритуал уничтожения страхов» -Прощание</p>	<p>изображение королевы, цветные кружочки (красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, фиолетовый, черный, белый), пиктограмма с</p>

	<p>умение замечать настроение окружающих.</p> <p>Развивать эмпатию.</p> <p>Формировать нравственные чувства.</p> <p>Способствовать сплочению детского коллектива.</p> <p>Побуждать детей к открытости.</p> <p>Развивать творческие способности, образное мышление.</p>		<p>изображением эмоций,</p> <p>альбомные листы, краска гуашь,</p> <p>кисточки, карандаши.</p>
4. «Узнаем чувства»	<p>- познакомить детей с разными эмоциями;</p> <p>- обсудить источники возникновения чувств;</p> <p>- создать безопасное пространство для свободного проявления различных чувств.</p>	<p>-Игра «Разные приветствия»</p> <p>-Актуализация темы «Познаем чувства»</p> <p>- Упражнение «Угадай настроение»</p> <p>-Глинотерапия “Отчего я радуюсь”</p> <p>-Прощание Игра «Свеча»</p>	<p>Распечатанный экран погоды с кармашками.</p> <p>Цветные листочки бумаги на каждого.</p> <p>Глина, вода.</p>

		Ключевые понятия: эмоции, чувства, доверие, принятие, компетентность .		
3. Снижение агрессивности у детей				
Ф е в р а л ь	1. Мир Детских отношений	- обеспечить атмосферу доверия; - снять эмоциональное напряжение, повысить уровень адаптации в коллективе; - развить умение распознавать эмоциональные состояния других людей; - развить сострадание, милосердие; - вызвать положительные эмоции у детей.	1. Приветствие. 2. Этюд «Улыбка по кругу» - Упражнение «Какой я?» -Беседа психолога по сказке «Гуси-лебеди» -Пескотерапия “Рисуем сказку на песке” - Психологический этюд «Чародеи»	Бумага, песочные столы, сказка “Гуси-лебеди”
	2. Что такое злость?	Игровая коррекция агрессивности,	-Упражнение «Доброе утро» - Сказкотерапия «Как	колокольчик, пиктограммы «Злость»,

	снятие вербальной агрессии; заучивания социально принятых норм поведения с помощью обратных связей со сверстниками, установление доверительных отношений, стимуляция гуманных чувств; ауторелаксация	злость Олю и Толю в плен поймала» - Игра «Меняем Олю и Толю» -Игра «Злюка» - Упражнение «Свободное рисование» -Этюд «Слушаем себя»	«Радость».
3. «Добро и зло»	изучение приемов саморегуляции, развитие умения владеть собой в ситуациях, провоцирующих гнев, закрепление норм и правил поведения, развитие способности быть внимательным к другим.	-Приветствие «Ток» -Игротерапия «Маленький призрак» -Этюд «Мальчик - забияка» -«Посчитав до десяти, я решил (а) ...» -Этюд «Добрый мальчик»	

	4. “Я могу защитить”	Развитие положительных эмоций, приобретение навыков решения конфликтных ситуаций, направление агрессии на достижение успехов.	-Игра «Подари букет» -Игра «Вежливый - грубиян» -«Я могу защитить ...» -Упражнение «Волшебник»	Букет цветов (бумажный), гимнастическая палка, шляпа волшебника, музыка для упражнения “Волшебник”.
М а р т		создать рабочий позитив, формировать навыки совместной деятельности, внимательность к товарищу, раскованность. Формирование понятия «ценность моя и твоя».	-Разминка. Игра «Большие артисты» -Проективная методика “Дом, дерево, человек.” Заключительное упражнение. Игра «Странные встречи»	
	«Умелые детки»	Учить быть внимательным к сверстнику, координировать свои действия в соответствии с действиями товарищей. Развивать терпение, воображение.	-Приветствие -Разминка. - Игра «Сороконожка» - Акватипия «Я и ты - спокойные» -Заклучительное упражнение. Игра «Раз улыбка, два улыбка»	Контейнеры с арбизами и теплой водой

		Формировать эмпатийность.		
3. «Сказочники»	формировать эмпатийность, навыки работы в команде, групповую согласованность в действиях, ощущение радости от сотрудничества	-Приветствие -Разминка. Игра «Веселый хоровод» -Игра «Сказочники» -Заключительное упражнение. Игра «Солнышко светит на ...»	Цветные атласные ленты, листы формата А3, вырезанные картинки животных, домов, природы.	
4. Праздник нашей Дружбы	формирование у детей эмоциональной зрелости и раскованности, понимание значимости сверстника, «себя среди подобных», уменьшению тревожности и деструктивных реакций в поведении, уменьшение проблемности в коммуникативных отношениях со сверстниками и взрослыми.	-«Оригами для друга» - Изотерапия. Коллективное рисование «Я и мои товарищи» - дети упражняются в комплиментах, декламирование стихов, пении песен.	Цветная бумага, листы бумаги формата А3, восковые карандаши, музыка для арт-терапии.	
4. Развитие познавательных процессов у детей				

А п р е л ь	1. "В королевстве внутреннего мира"	развивать у детей познавательные психические процессы: мышление, память, восприятие и внимание; воспитывать толерантное отношение друг к другу.	- Приветствие -Игра-упражнение «Будь внимателен» -Упражнение «Волны» -Игра-эксперимент «Что помогает восприятию?» -Упражнение «Прикосновение».- Психологический этюд «Покажи, что чувствуешь»	цветные ленты (1м – 1,5м.), детские рисунки.
	2. Обыкновенное чудо.	Развивать познавательную активность детей, их наблюдательность, чувственное восприятие, воображение, память.	-Приветствие - Игра-задача «Сложи букет» - Музыка- и изотерапия «Нарисуй музыку» -Подведение итогов с "Воздушный шар"	цветные осенние листочки, листы бумаги, цветные карандаши, воздушные шары.
	3. «О профессоре Мышлении и свирепом Драконе»	Развивать у детей познавательный интерес, формировать воображение, воспитывать активную жизненную позицию.	-Упражнение «Следи за движением и словом» -Чтение и обсуждение сказки «О профессоре Мышлении и свирепом Драконе» -Игра-медитация «Утро в лесу» -Психогимнастический тренинг «Холодно - жарко»	текст сказки «О профессоре Мышлении и свирепом Драконе».
	4 «О волшебных	Развивать память,	- Игра «В магазине зеркал».	текст сказки «О

	зеркала»	коммуникативные способности, воспитывать умение слушать.	- Чтение сказки «О волшебных зеркалах» - Упражнение-игра «Цепочка слов». - Изотерапия “Рисуем по очереди”	волшебных зеркалах», зеркальце на каждого ребенка, большой лист бумаги, карандаши, фломастеры, цветные ручки
М а й	1. «Клубок фантазий»	Создание положительной эмоциональной атмосферы в группе, снятие напряжения, развивать коммуникативные способности, творческое мышление, устойчивость, концентрацию внимания, память, мелкую моторику.	- Упражнение «Клубочек» - Упражнение «Найди на рисунке» - Релаксация «Улыбка по кругу» - Игра «Фантазии из прищепок» - Подвижная игра «Сова»	клубок ниток, игрушки, музыкальные записи, карточки к упражнениям.
	2.«Радуга настроения»	Закрепить умение различать эмоциональные состояния и настроения, обеспечить положительный эмоциональный	- Сухой душ «Цветной дождь» - Упражнение «Какого цвета настроение?» - Упражнение «Цветные домики» - Музыкотерапия «Мои чувства» - Коллективная работа	набор для творчества (краски, листы бумаги), атрибуты к упражнению «Цветной дождь»,

		настрой в детском коллективе, развивать мелкую моторику пальцев рук и мимическую моторику, творческое воображение, сенсорную сферу, воспитывать способность к сочувствию и желание помогать другим.	«Радуга Настроения»	аромалампа с маслами, музыкальное сопровождение.
3.«Необычный поезд»	Развивать память, коммуникативные, раскрыть творческий потенциал детей	-Приветствие. Игра «Приветливая цепочка» -Релаксация -Дидактическая игра «Волшебные палочки» -Игра «Запомни свою позу» -Прощание. «Воздушные поцелуи»	карточки к упражнениям, палочки, музыкальное сопровождение	
4.«Интересное приключение»	Развивать умение быть внимательными, гибкость и ассоциативность мышления, раскрыть творческий потенциал	Упражнение «Приветствие» Упражнение «Интересное приключение» -Подвижная игра «Жужа» -Упражнение «Чудесный мешочек»		

		детей, воспитывать потребность в общении со сверстниками, формировать творческое воображение, логическое мышление, способность к фантазировани ю, рассуждения.		
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

Список литературы

- 1.Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения: книга для учителя и родителя/А.Б.Добрович.-1.,-М.: «Просвещение»,1987.- 2004с.
2. Любин Л.М. Психология воспитания: пособие для воспитателей/Л.М.Любин. - 1-е изд., - М.: «Просвещение», 1991. – 189 с.
3. Киреева Л.А. Психолого-педагогическая помощь: уч. пособие/Л.А.Киреева. - 1-е изд., -М.: «Просвещение», 1990.- 225с.
4. Лендрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений: учебное пособие/Г.Л. Лендрет.- 1-е изд., М.: Международная педагогическая академия, 1994.-365с.
5. Фопель К. Как научить детей сотрудничать?: практическое пособие для педагогов и психологов/К.Фопель.-1-е изд., М: «Генезис». -1998. -148с.
6. Соколов Д. Сказки и сказкотерапия: практическое пособие для психологов/Д.Соколов., - М: Независимая фирма «Класс».-1998.- 120с.
7. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика./К.Рудестам. - второе издание., -М.: изд. группа «Прогресс», «УНИВЕРС», 1993.-355с.
8. ОсобинаМ.В.Секретный мир детей в пространстве общения: учебное пособие/М.В.Особина. -1-е изд., -С.Петербург: «Питер», 1999. – 135 с.
9. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы: учебное пособие для психологов/ Л.Ф. Обухова. -1-е изд., М.: «Просвещение», 1989. - 178с.
10. Чистякова М.И Психогимнастика: методика развития и коррекции психики детей/М.И.Чистякова. -1-е изд., -М.: «Просвещение», 1990.- 126с.
11. Проективные графические методики: практическое пособие для психологов/методические рекомендации составлены кандидатом психологических наук Е.В. Романовой и Т.И Сытько. -Санкт-Петербург, 1992. -79с.
12. Психодиагностика цветопредпочтением: руководство практическому психологу по использованию цветового теста М.Люшера/под ред.Тимофеева В.И., Филимоненко Ю.И. - Ленинград, 1990. - 44с.
13. Смирнова Е.О. Общение дошкольников со сверстниками: практ. пособие / Е.О.Смирнова .-1-е изд., -М.: « Прогресс», 1991.- 270с.

14. Арт-терапия [Текст]: хрестоматия / сост. и общая ред. А.И. Копытина. - СПб.: Питер, 2001. - 320 с.
15. Артпедагогика и арт-терапия в специальном образовании [Текст] / учеб. для студ. сред. и высш. пед. учеб. Заведений / Е. А. Медведева, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская – М.: Академия, 2001. – 248 с.
16. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением / М.Е. Бурно - М.: Медицина, 2010
17. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Практикум по креативной терапии [Текст]: учеб. пособие / Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. - СПб. : Речь, 2003. - 400 с.
18. Тарарина Е. «Практикум по арт-терапии в работе с детьми.- М.: ООО «Вариант» 2019.-250с.
19. Копытин, А.И. Теория и практика арт-терапии [Текст] / Копытин А.И. - СПб. : Питер, 2002. - 368 с.
20. Малыгина С.А. «Развитие эмоциональной-личностной сферы детей старшего дошкольного возраста через использование средств арт-терапии.»
Режим доступа: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2019/11/25/razvitie-emotsionalno-lichnostnoy-sfery-starshih>
21. Карпенкова И. «Целительный след на бумаге (арт-терапия как метод развития и гармонизации личности ребенка)». Режим доступа: <https://www.rebenok.com/info/library/psychology/53638/>

