

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №21»



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №21
И.В.Борисова
Принят от 30.05 2022г № 120/1

**Рабочая программа кружка
«Мягкие сказки»
(сказкотерапия)**

для детей 3-7 лет

Автор-составитель:

Педагог-психолог

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Направленность, актуальность	3
1.2.	Цель и задачи	10
1.3.	Принципы	11
1.4.	Отличительные особенности	12
1.5.	Содержание	14
1.5.1	Первый год обучения (3-4 года)	14
1.5.2	Второй год обучения (4-5 лет)	15
1.5.3	Третий год обучения (5-6 лет)	17
1.5.4	Четвертый год обучения (6-7 лет)	19
1.6.	Ожидаемые результаты	26
2.	Организационно-педагогические условия	27
2.1.	Календарный учебный график	27
2.2.	Учебный план	28
2.3.	Условия реализации программы	54
2.4..	Формы аттестации	57
2.5..	Оценочные материалы	59
3.	Методическое обеспечение программы	68
4.	Список литературы	72
	Приложение 1	74
	Приложение 2	79

1. Пояснительная записка

Программа дополнительного образования с элементами сказкотерапии психологического кружка «Мягкие сказки» разработана педагогом-психологом . в соответствии с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Программа включает в себя конспекты коррекционно — развивающих занятий с использованием метода арттерапии (сказкотерапии) для детей 3-7 лет. Сказки, игры и упражнения, входящие в программу воздействуют на эмоционально-поведенческие проблемы детей, способствуют снижению уровня тревожности, оптимизируют формы общения детей со сверстниками, способствует успешной социальной адаптации дошкольника.

1.1. Направленность программы – социально-педагогическая.

Педагогическая привлекательность этой Программы состоит в ее универсальности, игровой природе и социальной направленности.

Программа включает в себя конспекты занятий для детей 3-7 лет. Сказки, игры и упражнения, входящие в программу воздействуют на эмоционально-поведенческие проблемы детей, способствуют снижению уровня тревожности, оптимизируют формы общения детей со сверстниками, формируют более благоприятное отношение детей к себе.

Программа по сказкотерапии представляет собой синтез современных методов развития речи и личности дошкольника, такие как режиссерская игра, комментирование, рисование, импровизация, фантазирование по музыкальной композиции; а также пантомимические этюды, ритмические загадки и упражнения, музыкальные зарисовки. Она может быть одинаково полезна в работе и педагогу-психологу, и учителю-логопеду, и воспитателю детского сада.

Образование, развитие и коррекция в аспекте личностного развития детей, а также их саморазвития может быть эффективным лишь в том случае, если они будут ориентированы на возрастные ценности дошкольника. Самобытность детской жизни, ее неповторимость, особый взгляд на окружающий мир должны лежать в основе проектирования содержания обучения, развития и коррекции психического развития ребенка и личности в целом.

В условиях введения ФГОС дошкольного образования сказкотерапия может рассматриваться как одна из форм психологической поддержки образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении, как метод психологической коррекции, опирающийся на возрастные ценности дошкольного детства, предоставляющий дошкольникам возможность самореализации и проявления своей индивидуальности в разных видах творческой деятельности.

Актуальность.

Развитие образования – неотъемлемая часть стратегии общенационального развития – начинается с уровня дошкольного образования, нацеленного в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденном приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155, на полноценное проживание ребенком всех этапов дошкольного детства (младенческого, раннего и дошкольного), обогащение (амплификация) детского развития.

Одной из сформулированных стандартом задач является, в том числе, и создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, со взрослыми и с миром.

В настоящее время в педагогическом обществе широко обсуждается проблема согласования образования с ценностями возраста, особой субкультурой дошкольного детства, необходимостью сохранения уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, пониманием детства как периода жизни, значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к школьной жизни. Детство является социокультурным явлением, и должно рассматриваться с позиции ценностей возраста, неразрывно связанными с психофизиологическими особенностями детей:

- 1) сказочно-мифическое мировосприятие с образным мышлением и восприятием;
- 2) повышенная двигательная активность с постоянной потребностью в движениях;
- 3) особая восприимчивость и впечатлительность ребенка со взаимосвязью эмоциональной и сенсорной сфер;
- 4) детская непосредственность, наивность, особая доверчивость с доминированием эмоций в познании окружающего, его восприятии и общении с людьми;
- 5) природная эмоциональность, открытость миру с недостаточным развитием произвольности всех психических процессов, самоконтроля, преобладанием эмоциональной регуляции деятельности над произвольной.

Дошкольное детство относится не столько к адаптивному типу жизнедеятельности, сколько к решающему периоду становления фундаментальных ведущих образований личности, обладает сензитивностью к формированию базовых основ личности, достижению оптимального уровня их развития.

Осознание возрастных ценностей дошкольного детства требует от педагогов умения выстраивать образовательный процесс с оптимальным обогащением и развитием всех видов субъективного опыта ребенка – с определением новых соответствующих форм деятельности и творчества, которые должны послужить источником совместных переживаний, сохранением индивидуальности каждого ребенка в детском сообществе; определением границ собственной активности ребенка, полностью определяемой им самим, и активности, стимулируемой педагогом.

Специфика психологической коррекции в дошкольном возрасте так же должна определяться особенностями развития и реагирования детской психики. На выбор метода, формулировку цели и задач, прогнозирование результата коррекционного воздействия должны оказывать влияние темп и ритм психического созревания, комплексный характер детской психики, индивидуально-топологические и психофизиологические особенности детей дошкольного возраста.

Процесс общения психолога с ребенком всегда предполагает взаимодействие. Главная задача психолога при построении взаимодействия с ребенком, в первую очередь – это создание атмосферы безопасности и комфорта, достижение которой обеспечивается принятием ребенка и уважением к нему как личности, объективностью и аутентичностью психолога, проявлением им эмпатии.

В психологической практике часто используется такой вербальный способ психологической коррекции в детском возрасте как метод историй, одним из вариантов которого является сказкотерапия.

Сказкотерапия – интегративная деятельность, в которой действия воображаемой ситуации связаны с реальным общением, направленным на активность, самостоятельность, творчество, регулирование ребенком собственных эмоциональных состояний.

Любая деятельность способствует возникновению личностных новообразований по мере того, как человек становится ее членом. Освоение позиции «Я» в сказкотерапии позволяет личности реагировать на предлагаемой ситуации собственный негативный опыт и уточнять значения средств языковой выразительности в языке жестов, мимике, поз, движений.

Значение сказки велико и, прежде всего, для ребенка дошкольного возраста. В настоящее время в психолого-педагогической литературе остается актуальным вопрос о значении восприятия и переживания сказки для психического развития ребенка, становления его личности, раскрытия творческого потенциала. Связано это с открытием новых возможностей работы со сказкой, которые открываются для исследователей, педагогов и психологов не только как культурологический феномен, но и как феномен психологический, как форма духовного опыта человечества.

Любая сказка ориентирована на социально-педагогический эффект: она обучает, воспитывает, побуждает к деятельности и даже лечит. Сказочные образы эмоционально насыщены, красочны и необычны и в то же время просты и доступны для детского понимания. Именно поэтому сказки и их персонажи являются для ребенка одним из главных источников познания действительности (событий, образа поведения, характера людей). Именно в сказочной форме ребенок сталкивается со сложными явлениями и чувствами: любовь и ненависть, гнев и сострадание, измена и коварство.

В подтверждении этого можно привести высказывание педагога и психолога Б.Беттельгейма, который выдвинул интересную идею о важной роли волшебных сказок в формировании личности ребенка: «Детям для снятия чувства тоски и страха совершенно необходимы полного драматического эффекта сказки, которые обычно рассказывают бабушки. Детская современная литература, которая стремится вытеснить старые сказки, лишает ребенка чего-то важного, так как из ее подслащенных книг начисто вытравлены понятия о ненависти, ревности, смерти и т.п. Малыш нуждается в трагических переживаниях, а ему подсовывают мелкие чувства».

Восприятие сказки дошкольниками становится специфической деятельностью, обладающей невероятно притягательной силой и позволяющей детям свободно мечтать и фантазировать.

Сказка служит для ребенка посредником между внутренним миром и особой реальностью, которая раздвигает рамки обычной жизни, сталкивает ребенка со сложными явлениями и чувствами и в доступной форме способствует постижению взрослого мира переживаний. В силу развитого механизма идентификации происходит эмоциональное объединение ребенка с другим человеком, персонажем и присвоение его образов.

Ребенок сравнивает себя со сказочным героем, что позволяет ему почувствовать и понять то, что он не одинок в своих проблемах и переживаниях. Посредством сказочных образов ребенку предлагаются образцы поведения в разных ситуациях, пути решения возникающих конфликтов, позитивная поддержка его возможностей и веры в себя.

Отождествляя себя с положительным героем, дошкольник усваивает правильные моральные нормы и ценности, учится различать добро и зло.

Одна из популярных методик сказкотерапии, предложена О.А. Шороховой. Развитие личности дошкольника, по мнению автора, происходит в гармонии и согласовании с успешным овладением грамотной и связной речью. Работа по ее системе ведется по нескольким направлениям, которые между собой логически связаны и осуществляются в комплексе.

№ п/п	Направления деятельности	Реализация направлений деятельности
	Активность	Удовлетворение потребности детей в эмоциональной разрядке; активизация образной лексики и положительных эмоциональных проявлений; самовыражение в активном действии
	Самостоятельность	Ориентировка в средствах языковой выразительности, проблемных ситуациях сказки, в ритме и динамике музыкальных образов; поиск лучших способов самовыражения в речи и движении; обоснование собственной точки зрения в речи-доказательстве
	Творчество	Словесное фантазирование по музыкальной композиции; подражание взрослому в эмоциональном действии и выразительном слове; совместное составление словесных описаний по восприятию пантомимических этюдов, темпоритма, музыкальной композиции
	Эмоциональность	Децентрация (понимание эмоций других); замещение «неэффективного» стиля поведения на продуктивный; эмоциональное заражение образами сказки; адекватное эмоциональное отреагирование собственного негативного опыта в действии, ритме и слове
	Произвольность	Динамическое равновесие исполняемых движений и речевых сообщений в игре-драматизации; полноценное проживание состояний сказочных героев в проблемных ситуациях; понимание значений образных выражений; оценка собственных и чужих устных сообщений, и эмоциональных поступков
	Связная речь	Творческие импровизации по сюжету; продолжение фраз взрослого; словесные рассуждения относительно динамики музыкальных композиций; исполнение пантомимических этюдов,

1.2. Цель и задачи программы

Цель: содействие личному развитию и успешной социальной адаптации ребенка в окружающем мире.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить с видами и жанрами сказок,
- учить понимать эмоциональные состояния сказочных персонажей,
- развивать умение работать с условными заместителями персонажей
- сказки,
- моделировать сказку, изображать с помощью схем.

Коррекционно-развивающие:

- развивать эмоционально-волевую сферу,
- способствовать коррекции отклоняющегося поведения,
- развивать коммуникативные навыки,
- развивать способность к продуктивному общению,
- формировать адекватную самооценку,
- формировать навыки совместной деятельности, конструктивного общения,
- способствовать формированию познавательных и творческих интересов,
- развивать психические процессы,
- способствовать развитию фантазии и творческих способностей,
- развивать мелкую и общую моторику.

Воспитательные:

- формировать у детей потребность в эмоциональном общении посредством сказки,
- воспитывать дружелюбие, взаимовыручку, любовь к природе,
- воспитывать положительные черты характера (доброту, честность, трудолюбие, вежливость, отзывчивость, ответственность),
- формировать умение выслушать другого, понять его эмоциональное состояние, способность сопереживать, критически оценивать поступки персонажей и свои собственные,
- поднять статус изолированных учащихся, помочь найти место в коллективе «изгоем»,
- формировать опыт нравственного поведения,
- воспитывать аккуратность и самостоятельность.

Успешное решение поставленных задач на занятиях сказкотерапии с дошкольниками возможно только при использовании **педагогических принципов и методов обучения.**

1.3. Принципы программы

Принципы сказкотерапии, считает М.В. Яковлева, заключаются в знакомстве ребенка со своими сильными сторонами, в «расширении» его поля сознания и поведения, в поиске нестандартных, оптимальных выходов из различных ситуаций, обмене

позитивным жизненным опытом. Этот метод развивает творческие способности и умение слушать себя и других, учит принимать и создавать новое.

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

□ Принцип соответствия возрастным и индивидуальным возможностям. Индивидуальная программа работы с ребенком должна строиться в соответствии с психофизиологическими закономерностями возрастного развития, с учетом факторов риска.

□ Принцип адекватности требований и нагрузок, предъявляемых ребенку в процессе занятий, способствует оптимизации занятий и повышению эффективности и дает опору на функции, не имеющие недостатков, при одновременном “подтягивании” дефицитарных функций.

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

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

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

□ Принцип развивающего обучения. Учет зоны ближайшего развития.

□ Принцип системности. Коррекция проводится на основе результатов проведенной диагностики.

1.4. Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую и коррекционную направленность программы.

Принципы психокоррекции:

1. Единство коррекции и развития (решение о необходимости коррекции принимается на основе психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития дошкольника).

2. Единство возрастного и индивидуального в развитии (коррекционная работа предполагает знания основных закономерностей психического развития личности – норма развития – гармоничное психическое развитие соответствует возрасту).

3. Единство диагностики и коррекции развития (задачи КР ставятся только на основе полной диагностики и оценки зоны ближайшего развития ребенка).

4. Деятельностный принцип осуществления коррекции (определяет выбор путей и способов достижения поставленной цели. Движущая сила развития – активная деятельность самого ребенка).

5. Подход в коррекционной работе к каждому дошкольнику как к одаренному.

Основные этапы психокоррекционной работы:

1. Совершенствование движений и сенсомоторного развития (общей моторики, навыка каллиграфии, артикуляционной моторики).

2. Коррекция отдельных сторон психической деятельности (зрительного восприятия, зрительной памяти, обобщенных представлений о форме, цвете, величине предмета, слухового внимания и памяти, фонетико-фонематического представления).

3. Развитие основных мыслительных операций (анализа, синтеза, абстрагирования, конкретизации, группировки, классификации).

4. Развитие различных видов мышления (от наглядно-образного к словесно-логическому, абстрактному).

5. Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (адекватных реакций, поведения, эмоций, воли) различными средствами (мимика лица, чтение по ролям, драматизация).

6. Развитие речи, владение техникой речи.

7. Расширение представлений об окружающем мире и обогащение словаря.

8. Коррекция индивидуальных пробелов в знаниях.

Таким образом, сказкотерапия – эффективный метод психокоррекции, который можно использовать в работе с детьми дошкольного возраста для решения различных психологических проблем, нарушений в развитии, а также коррекции поведения. Однако взрослый, будь то психотерапевт, психолог, педагог, воспитатель или родитель, применяя метод сказкотерапии, должен учитывать возрастные и индивидуальные особенности ребенка, эмоционально относиться к своему рассказу и придерживаться принципов осознанности, многогранности и связи с реальностью, чтобы добиться усиления терапевтического воздействия данной методики.

1.5.Содержание изучаемого курса

1.5.1. Первый год обучения (3-4 года)

Характеристика возраста:

В процессе развития происходят изменения в эмоциональной сфере ребенка. Меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими. Если на втором году жизни при приближении сверстника ребенок ощущает беспокойство и желание броситься под защиту своей матери, то уже на третьем году жизни он спокойно играет рядом с другими детьми, хотя моменты игры кратковременны. С 3-4 лет у дошкольников возрастает способность к более адекватному выражению своих эмоций, которые проявляются в виде мимической активности, голосовых реакций. Исследователи отмечают, что именно в этом возрасте невербалика играет роль, которую не может выполнить ни одно другое средство, через которое ребенок выражает себя, своё отношение к миру.

Формирование психики ребенка между 3 и 4 годами выходит на новый этап. Кроха осознает себя отдельной от родителей личностью, требует соответствующего отношения. В этот период большинство детей переживает кризис 3-х лет. Этот сложный этап может затянуться и проходить очень тяжело. Основные признаки кризисных явлений:

Упрямство. Даже спокойные уравновешенные дети в этот период могут кардинально поменяться, начать спорить и делать назло взрослым; Негативизм. Ребенок на любое предложение взрослого отвечает отказом. При этом, если преподнести то же самое в форме мнимого выбора, то малыш с удовольствием соглашается (“ты будешь кушать?” — “нет”; “что ты будешь кушать кашу или суп?” — “суп”); Попытка командовать.

Проявление деспотизма — один из признаков кризиса 3-х лет. Малыш не только не хочет выполнять ваших команд, но и стремится заставить вас идти у него на поводу;

Преувеличенная самостоятельность. Раньше ребенок говорил “Я сам” в том случае, когда был уверен в своих силах. Теперь он хочет делать сам все, даже то, что ему неподвластно;

Ревность. Одним из признаков кризиса 3-х лет становится проявление ревности в отношении других детей. Ребенок негативно реагирует на проявление интереса со стороны родителей к другим детям, может драться, пытаться отогнать. Справиться с кризисными явлениями помогут ваше терпение и хитрость. Кризис 3-х лет в разной степени затрагивает всех детей от 3 до 4 лет. Это происходит из-за завершения процесса отделения личности ребенка от родителей. Рекомендуется принимать этот период как данность, проявлять терпение.

Приоритетные задачи:

- Формировать умения принимать самого себя и других людей;
- Формировать умения осознавать свои чувства;
- Обучать детей положительному самоотношению и принятию других людей;
- Формировать потребность в саморазвитии;
- Обучать рефлексивным умениям.

1.5.2 Второй год обучения (4-5 лет)

Характеристика возраста:

В среднем дошкольном возрасте характер ребенка складывается под влиянием наблюдаемого детьми характерного поведения взрослых. В эти же годы оформляются такие важные личностные качества, как инициативность, воля, независимость. Чтобы способствовать личностному развитию ребенка 4— 5 лет, необходимо учитывать следующее.

Во-первых, в этом возрасте уже закладываются основы созидательного отношения к предметному миру. Для этой цели можно использовать те скромные поделки, которые ребенок создает своими руками для игры или в качестве подарка кому-либо. Если взрослый систематически будет подчеркивать, что ребенок сделал что-то сам, что он уже многое умеет и сможет для каждого создать атмосферу заслуженного признания и успеха, то удовлетворение, которое при этом станет испытывать ребенок, будет побуждать его и дальше ставить подобные задачи.

Во-вторых, в этот период могут возникнуть и подлинно познавательное отношение к миру, бескорыстная потребность в знаниях из интереса и желания знать. Для дальнейшего развития познавательного интереса важно не только давать ребенку новые знания в увлекательной форме, необходимо максимально уважительно относиться к его собственным умственным поискам и их результатам.

На пятом году жизни ребенок уже способен размышлять, не опираясь на непосредственный опыт. У него появляется круг чисто словесных знаний. Опираясь на такие знания, ребенок может иногда приходиться к неправильным выводам, получать логически несовершенные результаты.

Отношение к сверстникам в этом возрасте носит еще не очень дифференцированный характер. Дети в основном делятся на «плохих» и «хороших», и эти оценки в очень большой степени зависят от взрослых.

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают

выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Трудовая деятельность способствует формированию ценностно-значимых качеств личности: стремление помочь товарищу, радоваться его успехам; бережно и уважительно относиться к результатам чужого труда.

Дошкольник пятого года жизни отличается высокой активностью. Это создаёт новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. Развитию самостоятельности в познании способствует освоение детьми системы разнообразных «обследовательских» действий, приёмов простейшего анализа, сравнения.

Приоритетные задачи:

1. Обучать детей положительному самоотношению и принятию других людей;
2. Формировать потребность в саморазвитии;
3. Продолжать формировать умения принимать самого себя и других людей;
4. Формировать умения осознавать свои чувства;
5. Обучать рефлексивным умениям;
6. Наполнить жизнь детей разнообразными впечатлениями, творчеством, игрой;
7. Обогащать словарь детей образными выражениями, метафорами и пословицами;
8. Учить уважительно, с любовью относиться к людям, сопереживать, воспитывать внимание и терпимость друг к другу;
9. Учить ребенка управлять своими желаниями;
10. Воспитывать сдержанность и смирение, доброжелательность и великодушие.

1.5.3. Третий год обучения (5-6 лет)

Характеристика возраста:

Старший дошкольный возраст – это возраст психологического взросления. У ребенка изменяется социальный статус. Он начинает понимать, что скоро произойдет много изменений в его жизни: он пойдет в школу и станет на шаг ближе к привлекательному миру взрослых. Это период формирования психологической готовности к школе. В большинстве своем дети с удовольствием рассуждают на школьную тематику, их привлекает статус школьника, новая обстановка, аксессуары (новый портфель, форма и др.). Главное в этот момент поддержать это стремление к школьной жизни и положительный настрой на обучение. С возникновением стремления к школе, изменяется и все поведение ребенка. Утрачивается былая непосредственность. Можно заметить, что его чаще стали привлекать задания учебного плана, появились желания заняться «серьезным» делом, выполнить ответственные поручения. Но по-прежнему ведущей деятельностью у старших дошкольников является игра. Личностное развитие

К 6 годам наблюдаются следующие изменения в структуре самосознания ребёнка: происходит осознание своего социального «Я»: осознает свое место в окружении; формируется внутренняя позиция: понимает свои переживания; складывается устойчивая самооценка.

Дошкольник начинает интересоваться, как к нему относятся люди из близкого окружения, как они его оценивают. Эмоциональное благополучие ребёнка зависит от того, совпадают ли его реальные качества и возможности («Я-реальное») с тем, каким он себя представляет в идеале, каким бы он хотел быть («Я-идеальное»). В этом важная роль принадлежит и взрослым. Родители, воспитатели порой предъявляют к ребёнку завышенные требования, которые могут не соответствовать его возрастным особенностям или не учитывать его индивидуальных способностей. В итоге у ребёнка создается образ, который не соответствует его реальному «Я». Из-за расхождения этих представлений может произойти потеря самоуважения, самооценки, уверенности в себе.

В этом возрасте взрослый для ребёнка выступает как непререкаемый авторитет, которому он полностью доверяет и принимает его точку зрения. Дети перенимают у своих родителей систему оценок, идеалы и эталоны, на которые следует ровняться. Поэтому необходимо, чтобы они росли в любви, уважении и в условиях бережного отношения к их индивидуальным особенностям. Родители должны проявлять заинтересованность делами и успехами своего чада, разумную требовательность и последовательность в воспитании. Для развития самосознания крайне важна активность самого ребёнка. Не следует ограничивать его действия. В деятельности – в спорте, рисовании, экспериментировании – он познаёт себя. Родителям следует обращать внимание ребёнка на результаты его деятельности, совместно анализировать их, а затем создать ситуацию успеха, чтобы сформировать уверенность в том, что он справится с трудностями. Общение со сверстниками также вносит свою лепту в развитие самосознания. Сравнивая себя со сверстниками, ребёнок познаёт свои индивидуальные особенности, дифференцирует личностные качества других и самого себя и может дать им оценку.

С самосознанием неразрывно связана самооценка. Как правило, детям этого возраста свойственна высокая самооценка, которая проявляется в уверенности в себе, настойчивости в достижении цели, стремлении к успеху, дружелюбию и общительности.

Приоритетные задачи:

1. Развивать идентификацию со своим именем, формировать позитивное отношение ребёнка к своему «Я»;
2. Развивать сенсорно - перцептивную сферу; развивать произвольность поведения;
3. Развивать воображение, обогащать словарь;
4. Учить детей осознавать свои переживания и чувства;
5. Учить детей осознавать свой внутренний мир;
6. Учить ребёнка управлять своими желаниями;
7. Воспитывать сдержанность, доброжелательность и великодушие.

1.5.4. Четвёртый год обучения (6-7 лет)

Характеристика возраста:

Основным изменением в сознании дошкольника является появление «внутреннего плана действий», который позволяет ребёнку оперировать различными представлениями в уме, а не только в наглядном варианте.

Значимым в самосознании ребёнка, его восприятии образа «Я», становится способность к рефлексии, то есть способность анализировать, отдавать себе отчет в собственных действиях, целях и полученных результатах, а также осознавать свои

переживания, чувства. Именно это новообразование в сознании ребенка становится основой для морального развития ребенка. В качестве важнейшего новообразования в развитии психической и личностной сферы ребенка 6 – 7 летнего возраста является соподчинение мотивов. Осознание мотива «я должен», «я смогу» постепенно начинает преобладать над мотивом «я хочу».

Осознание своего «я» и возникновение на этой основе внутренних позиций к концу дошкольного возраста порождает новые потребности. В результате игра, которая является главной ведущей деятельностью на протяжении дошкольного детства, к концу дошкольного возраста уже не может полностью удовлетворить ребенка. У него появляется стремление выйти за рамки своего детского образа жизни, занять доступное ему место в общественно-значимой деятельности, т.е. ребенок стремится к принятию новой социальной позиции – «позиции школьника», что является одним из важнейших итогов и особенностей личностного и психического развития детей 6 – 7 летнего возраста.

Появляются интеллектуальные чувства – удивления и любознательности, чувства прекрасного, чувство гордости и самоуважения, чувство вины.

Самооценка у ребенка в этом возрасте, как правило, имеет тенденцию к завышению. При этом ребенок очень зависит от внешней оценки, так как пока он не в состоянии составить объективное мнение о себе самом, он создает свой собственный образ из тех оценок, которые слышит в свой адрес со стороны взрослых и сверстников. Дошкольники искренне стремятся быть хорошими, первыми, очень огорчаются при неудаче, ярко и эмоционально реагируют на изменение отношения, настроения взрослых. В этот период более четко проявляется дифференциация детей в группе на популярных и непопулярных детей.

Ведущей потребностью дошкольника становится общение, как со сверстниками, так и взрослыми. Ведущая деятельность, как и в предыдущем возрастном периоде, остается сюжетно-ролевая игра. Особенность игры этого возраста в том, что дети начинают осваивать и проигрывать сложные взаимодействия людей, основные жизненные ситуации из окружающего мира. Игры становятся сложными, порой имеют особый смысл, не всегда доступный взрослому. При этом дети способны полностью отслеживать все игровое поле, всех участников игры и изменять свое поведение или роль в зависимости от необходимых игровых действий.

Кризис 7 лет

К 7 году жизни у ребенка наступает очередной «возрастной кризис». Основным внешним показателем этого периода становится «потеря детской непосредственности», которая выражается в кривлянии и паясничании. Такое поведение выполняет функцию психологической защиты от травмирующих эмоций и переживаний ребенка. Появляются непослушание и споры со взрослыми по разным поводам, желание демонстративно делать то, что родителям не нравится. В семье дети начинают демонстрировать «взрослое» с их точки зрения поведения с позиции «Я не маленький!», пытаюсь рассуждать на темы, используя слова и фразы взрослых, не всегда логично и верно. Дети начинают обращать внимание на свою внешность, пытаются одеваться как взрослые или как «популярные» сверстники.

Причина кризиса 7 лет состоит в том, что ребенок перерос ту систему отношений, в которую он включен. В каждом переживании семилеток уже проявляется интеллектуальный момент, их эмоции становятся осмысленными, ребенок начинает понимать, что значит «я радуюсь», «я добрый», «я злой».

Ребенок начинает регулировать свое поведение правилами. Раньше покладистый, он вдруг начинает предъявлять претензии на внимание к себе. С одной стороны, у него в поведении появляется демонстративная наивность, которая раздражает, так как интуитивно воспринимается окружающими как неискренность. С другой стороны, он кажется излишне взрослым, когда предъявляет к окружающим определенные требования. Дети учатся удовлетворять свои физические и духовные потребности способами, приемлемыми для них самих и тех, с кем они общаются. Затруднения в усвоении новых норм и правил поведения могут вызвать неоправданные самоограничения и сверхнеобходимый самоконтроль. Э. Эриксон говорит, что дети в это время "стремятся побыстрее найти такие формы поведения, которые помогли бы им ввести свои желания и интересы в социально "приемлемые рамки". Он выразил суть конфликта формулой "инициатива против чувства вины". Поощрение самостоятельности детей способствует развитию их интеллекта и инициативы. Если же проявлениям независимости часто сопутствуют неудачи или детей излишне строго наказывают за какие-то проступки, это может привести к тому, что чувство вины возобладает над стремлением к самостоятельности и ответственности.

Приоритетные задачи:

1. Развивать у детей умение чувствовать и понимать другого;
2. Воспитывать желание помочь, поддержать, посочувствовать, порадоваться за другого;
3. Повышать самооценку детей, их уверенность в себе;
4. Учить детей определять свои чувства, и практиковать в их выражении словами либо языком тела;
5. Учить детей навыкам знакомства и понимания другого человека;
6. Учить детей сочувствию, сопереживанию, взаимопомощи.
7. Учить детей развивать силу воли;
8. Обучать рефлексивным умениям;
9. Формировать коллективную установку на миролюбие, сопереживание и сочувствие;
10. Учить ребенка властвовать над своими желаниями;

В условиях стремительной динамики изменяющегося времени человеку требуется большая внутренняя сила, которая начинает формироваться с самого детства. Поэтому очень остро встает вопрос организации психологической поддержки и коррекционной помощи детям дошкольного возраста. Перед педагогом-психологом образования стоит задача не только выявить особенности психологического здоровья ребенка, но и определить адекватные и эффективные методы психологической помощи.

Одной из актуальных проблем психологии образования сегодня является коррекция страхов и тревожности ребенка. Детский страх, как и другие неприятные переживания (гнев, страдание и вспыльчивость), не являются однозначно «вредными»

эмоциями для ребенка. Любая эмоция выполняет определенную функцию и позволяет детям и взрослым ориентироваться в окружающей их предметной и социальной среде.

Детские страхи - это обычное явление для развития ребенка, имеющие для него важное значение. Так, В.В. Лебединский подчеркивает, что каждый страх или вид страхов появляется только в определенном возрасте, т.е. у каждого возраста есть «свои» страхи, которые в случае нормального развития со временем исчезают.

Возраст	Основные возрастные страхи дошкольника По В.В. Лебединскому
2 – 2,5 года	Разлука с родителями, отвержение с их стороны; природные стихии (гром, молния, град и др.)
2 – 3 года	Большие, непонятные, угрожающие объекты; исчезновение или передвижение внешних объектов
3 – 5 лет	Смерть близких родственников (дети осознают конечность жизни); страшные сны; нападение бандитов
6 – 7 лет	Зловещие существа (ведьма, призраки, и др.); страх потеряться самому; физического насилия; страх одиночества; школьный страх (не соответствовать образу «хорошего» ребенка)
8 – 9 лет	Неудачи в школе или игре; собственная ложь или отрицательные поступки, замеченные другими; физическое насилие; ссора с родителями, их потеря
9 – 11 лет	Неудачи в школе или спорте; заболевания; отдельные животные (крысы, табун лошадей и др.); высота, ощущение верчения (некоторые карусели); зловещие люди (хулиганы, наркоманы, грабители, воры и т.п.)
11 – 13 лет	Неуспех; собственные странные поступки; недовольство своей внешностью; сильное заболевание или смерть; собственная привлекательность, сексуальное насилие; ситуация демонстрации собственной глупости; критика со стороны взрослых; потеря личных вещей.

Одним из наиболее эффективных способов коррекции страхов и тревожности детей является сказкотерапия. Людям свойственно обмениваться историями – это, как и обмен опытом, естественная форма взаимодействия между людьми. Поэтому, сказкотерапию можно по праву считать естественной формой общения и передачи опыта, органичной системой воспитания новых поколений.

Этот метод синтезирует многие достижения психологии, педагогики, психотерапии и философии разных культур – все это упаковано в сказочную форму, форму метафоры. Однако сказкотерапия как метод современной психотерапии появился

относительно недавно, и дать ему более или менее точное определение сложно в связи с тем, что в различных контекстах оно используется по-разному.

Алгоритм составления психокоррекционной сказки.

1. Подбор героя, близкого ребенку по полу, возрасту, характеру.
2. Описание жизни героя в сказочной стране, так, чтобы ребенок нашел сходство со своей жизнью.
3. Помещение героя в проблемную ситуацию, похожую на реальную ситуацию ребенка, приписывание герою переживания ребенка.
4. Поиск выхода из создавшегося положения, подталкивание героя к изменениям, показ ситуации с другой стороны, поиск позитивного смысла и альтернативных способах поведения.
5. Герой понимает свою неправоту и становится на путь изменений.

Структура коррекционно-развивающего сказкотерапевтического занятия (по Т.Д. Зинкевич – Евстигнеевой).

Этап	Назначение	Содержание этапа
1. Ритуал «входа» в сказку	Создать настрой на совместную работу (войти в сказку)	Игры на сплочение
2. Повторение	Вспомнить то, чему научились в прошлый раз	Вопросы к детям о том, как им помог новый опыт в жизни
3. Расширение	Расширить представление ребенка о чем либо	Рассказ, показ или проигрывание новой сказки
4. Закрепление	Проявление новых качеств личности ребенка	Игры по приобретению и закреплению нового опыта (путешествия, превращения и т.д.)
5. Интеграция	Связать новый опыт с реальной жизнью	Обсуждение вместе с детьми в каких ситуациях можно использовать новый опыт
6. Резюмирование	Обобщение приобретенного опыта, связь его с уже имеющимся	Подведение итогов занятия: поощрение детей, проговаривание конкретных ситуаций реальной жизни, в которых может быть использован новый опыт
7. Ритуал «выхода из сказки»	Подготовка ребенка к взаимодействию в реальной социальной среде	Повторение ритуала входа в обратной последовательности и с дополнением

1.6. Ожидаемые результаты и способы определения

После освоения Программы педагог стремится достигнуть следующих результатов:

□ Снижение физического и психического напряжения, увеличение работоспособности, увеличения способности детей к концентрации внимания, к умению максимально сосредоточиться и совершенствовать волевые качества.

□ Способность преодолевать барьеры в общении, тонко чувствовать друг друга, находить адекватное телесное выражение различным эмоциям, чувствам, состояниям.

□ Постоянно используемые в сказках этюды на выражение и проявление различных эмоций дают детям возможность улучшить и активизировать выразительные средства общения; пластику, мимику и речь.

□ Путешествуя по сказочным сюжетам, пробуждается фантазия и образное мышление, мышление освобождается от стереотипов и шаблонов, дается простор творчеству.

□ Эмоционально разряжаясь, сбрасывая зажимы, «отыгрывая» глубоко спрятанные в подсознании страх, беспокойство, агрессию или чувство вины, дети становятся мягче, добрее, увереннее в себе, восприимчивее к людям и окружающему миру. У них формируется положительный образ своего тела и принятие себя таким, какой он есть.

2. Организационно-педагогические условия

2.1. Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения
Начало учебного года	01.09.2022	01.09.2022	01.09.2022	01.09.2022
Окончание учебного года	31.05.2023	31.05.2023	31.05.2023	31.05.2023
Продолжительность учебного года (учебные часы)	36 недель (72 часа)	36 недель (72 часа)	36 недель (72 часа)	36 недель (72 часа)
Входной контроль умений	01.09-07.09	01.09-07.09	01.09-07.09	01.09-07.09
Текущий контроль	В течение всего периода освоения программы			
Промежуточная аттестация	24.12.-30.12. 20.05-31.05	24.12.-30.12. 20.05-31.05	24.12.-30.12. 20.05-31.05	24.12.-30.12. 20.05-31.05
Итоговая аттестация				31.05.2026.
Продолжительность учебных занятий	3-4 года 30 мин.	4-5 лет 30 мин.	5-6 лет 30 мин	6-7 лет 30 мин.

1-й год обучения 2 младшая группа (3-4 года)

ОКТАБРЬ

Дидактический материал:

Мягкие игрушки (кошка, лисичка, зайчик), музыкальное сопровождение

№ занятия	Содержание занятия
1	Приветствие Игра «Ласковое имя» Упражнение «Если он медведь, назови его ласково»

	Игра «Я мама зайчиха» Прощание «Тихий час для мышат»
2	Приветствие Упражнение «Здравствуй, я котик» Игра «Котик ласкает» Игра «Раз, два, три, зайцы - замри» Прощание «Тихий час для мышат»
3	Приветствие Упражнение «Здравствуй, я лисичка» Игра «Зайчики и лиса» Игра «Я бросаю тебе мяч: кто как веселится» Прощание «Тихий час для мышат»
4	Приветствие Упражнение «Здравствуй, я зайчик» Игра «Зайчики и лиса» Упражнение «Зайчик позвонил по телефону» «Зайчик пошел в лес» (инсценировка истории) Прощание «Тихий час для мышат»

НОЯБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
5	Приветствие Упражнение «Здравствуй, я девочка (мальчик)» Игра «Ветер дует на...» Игра «Страшный – веселый стульчик» Рассказ «Чего боялся зайчик» Беседа, обсуждение рассказа Игра «АУ» Прощание «Тихий час для мышат»
6	Приветствие Упражнение «Ласковое имя» Игра «Ракета» Игра «Семья собачек» Прощание «Тихий час для мышат»
7	Приветствие Игра «Угадай чувство» Игра «Стрелочка» Игра «То, что я люблю делать» Прощание «Тихий час для мышат»
8	Приветствие Игра «Карандашик - кисточка» Игра «Стрелочка» Рассказ «Вот так» - театр Прощание «Тихий час для мышат»

ДЕКАБРЬ

№	Содержание занятия
---	--------------------

занятия	
9	Приветствие Игра «Дружба начинается с...» Упражнение «Сочиним историю» Игра «Поехали, поехали» Прощание «Тихий час для мышат»
10	Приветствие Игра «Пальцы - дождик» Игра «Зеркало» Игра «Я бросаю тебе мяч: кто как грустит» Игра «У кого больше любимок» Прощание «Тихий час для мышат»
11	Приветствие Игра «Пальцы - зайцы» Игра «Мы солдаты» Рассказ «Кто как обижается» Беседа, обсуждение рассказа Игра «Черепашка» Прощание «Тихий час для мышат»
12	Приветствие Игра «Добрые - злые» Игра «Зеркало» Игра «Пальцы – звери добрые, пальцы – звери злые» Упражнение «Кто больше знает мирилок» Прощание «Тихий час для мышат»

ЯНВАРЬ

№ занятия	Содержание занятия
13	Приветствие Упражнение «Превратились» Сказка «Корова Буренка» Беседа, обсуждение сказки Пантомимический этюд «Горе» Игра «Природные явления» Прощание «Тихий час для мышат»
14	Приветствие Сказка «Кот Васька» Беседа, обсуждение сказки Пантомимический этюд «Удивление» Пальчиковая игра «Поссорились, помирились» Прощание «Тихий час для мышат»
15	Приветствие Упражнение «Моем стекла» Сказка «Добрая темнота» Беседа и обсуждение сказки Игра «Ну – ка игрушки, поменяйтесь местами»

	Игра «Танец мира» Прощание «Тихий час для мышат»
16	Приветствие Сказка «Цыпленок - хвостунишка» Беседа и обсуждение сказки Этюд «Поучение» Упражнение «Угадай по музыке» Игра «Ветер, ветерок, ураган» Прощание «Тихий час для мышат»

ФЕВРАЛЬ

№ занятия	Содержание занятия
17	Приветствие Русская народная сказка «Колобок» Беседа и обсуждение сказки Игра «Ветер, ветерок, ураган» Игра «Громко - тихо» Игра «Жмурки» Прощание «Тихий час для мышат»
18	Приветствие Чтение сказки «Каприза» Беседа и обсуждение сказки Пантомимический этюд «Удивление», «Каприз» Игра «Поменяйтесь местами» Прощание «Тихий час для мышат»
19	Приветствие Игра «Я - маленький. Я - большой» «Театр» по стихотворению Э. Мошковской Упражнение «Девочки и мальчики умеют» Игра «Жмурки» Прощание «Тихий час для мышат»
20	Приветствие Игра «Поздоровайтесь быстрее» Сказка «Теремок» Обсуждение сказки, беседа Игра «Мышь и мышеловка» Прощание «Тихий час для мышат»

МАРТ

№ занятия	Содержание занятия
21	Приветствие Упражнение «Собачка хочет ласки» Упражнение «Танцы для пальцев» Театр по стихотворению С.Я. Маршака Игра «Простучи обиду на барабане» Прощание «Тихий час для мышат»

22	Приветствие Игра «Нет! Да!» Сказка «Жадный великан» Беседа и обсуждение сказки Упражнение «Движения героев сказки» Прощание «Тихий час для мышат»
23	Приветствие Игра «ракета» Сказка «Волшебные слова» Игра «Доброе животное» Прощание «Тихий час для мышат»
24	Приветствие Упражнение «Рассмотри, кто перед тобой» Игра «Мишка ночью и днем» Упражнение «Любимая сказка» Прощание «Тихий час для мышат»

2-й год обучения средняя группа (4-5 лет)

Дидактический материал

Мяч, музыкальное сопровождение, текст сказки, повязка на глаза.

ОКТЯБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
1	Приветствие Упражнение «Самое интересное летом» Упражнение «С кем я дружил летом» Игра «Я люблю...» Чтение сказки «Маленький медвежонок» Беседа, обсуждение сказки Прощание
2	Приветствие Упражнение «Какие мальчики, какие девочки» Игра «Что любят мальчики, что любят девочки» Сказка «Как Андрюша гостей встречал» Беседа и обсуждение сказки Прощание
3	Приветствие Мысленная картинка на тему «Обида» Игра «Обида, стоп!» Чтение сказки «Как зайчик обиделся на свою маму» Беседа, обсуждение сказки Прощание
4	Приветствие Мысленная картинка на тему «Мальчик (девочка) обиделся»

	<p>Игра «Два барана» Чтение сказки «Сказка о лисенке, который обиделся» Игра «Листочек падает» Беседа, обсуждение сказки Прощание</p>
--	---

НОЯБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
5	<p>Приветствие Игра «Большой круг – маленький круг» Сказка «Просто старушка» (Осеева В.А.) Беседа и обсуждение сказки Словесная игра «Добрые слова» «Похвали соседа справа» Прощание</p>
6	<p>Приветствие Прохлопай свое имя (прохлопать имя по слогам – всей группой) Русская народная сказка «Заюшкина избушка» Беседа, обсуждение сказки Словесная игра «Кто где живет» Научи улыбаться Прощание</p>
7	<p>Приветствие Мысленная картинка на тему «Страх» Игра «Руки-звери» Чтение сказки «Упрямый козленок» С.В. Михалков. Беседа, обсуждение сказки Игра «Превратись в игрушку» Прощание</p>
8	<p>Приветствие Мысленная картинка «Что-то очень злое» Конкурс «боюсек» Игра «Я не упаду» Сказка «Серое ухо» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Игра «Превратись в игрушку» Прощание</p>

ДЕКАБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
9	<p>Приветствие Мысленная картинка на тему «Лень и труд» Игра «Вулкан» Чтение украинской народной сказки «Колосок»</p>

	<p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Игра «Помоги друг другу, или самая дружная пара»</p> <p>Прощание</p>
10	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Кого укусил комарик»</p> <p>Чтение сказки «Мороз Иванович» В.Ф. Одоевский</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Игра «Окажи внимание другому»</p> <p>Прощание</p>
11	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Погодный массаж»</p> <p>Игра «Ехал Грека...»</p> <p>Чтение русской народной сказки «Гуси лебеди»</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Прощание</p>
12	<p>Приветствие</p> <p>Мысленная картинка «Доброта»</p> <p>Игра «Прогони Бабу Ягу»</p> <p>Чтение сказки «Сказка о храбрых зайчатах, которые думали, что они трусливые» (приложение 2)</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Игра «Закончи предложения»</p> <p>Прощание</p>

ЯНВАРЬ

№ занятия	Содержание занятия
13	<p>Приветствие</p> <p>«Погодный массаж»</p> <p>Песенка про сказку (приложение 2)</p> <p>Игра «Колобок»</p> <p>Беседа «Какие вы знаете сказки»</p> <p>Игра «Хоровод сказочных героев»</p> <p>Прощание</p>
14	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Кидаемся словами»</p> <p>Игра «Покажи руками»</p> <p>Чтение стихотворения А.Барто «Две сестры глядят на братца» (приложение 2)</p> <p>Упражнение «Зеркало»</p> <p>Игра «Воздушный шарик»</p> <p>Прощание</p>
15	<p>Приветствие</p> <p>Мысленная картинка на тему «Хорошо»</p> <p>Чтение стихотворения Ю. Тувима «Про пана Трулялинского» (приложение 2)</p> <p>Беседа «Радость – это...»</p>

	<p>Игра «Море волнуется» Игра – ассоциация «На что похожа ваша радость» Прощание.</p>
16	<p>Приветствие Мысленная картинка «Счастье – это...» Чтение сказки «Хочу быть счастливым» (приложение 2) Беседа и обсуждение сказки Игра «Крылья» Релаксация «Счастливый сон» Прощание</p>

ФЕВРАЛЬ

№ занятия	Содержание занятия
17	<p>Приветствие Игра «Назови свои сильные стороны» Чтение терапевтической сказки «Белочка припевочка» (приложение 2) Беседа и обсуждение сказки Игра «Мой зверь» Игра «Кто это» Прощание</p>
18	<p>Приветствие Игра «Кто может поднять тебе настроение» (дети кидают друг другу мяч и говорят кто или что может поднять им настроение) Чтение сказки «Заяц и Еж» (Братья Гримм) Беседа и обсуждение сказки Карточки «Азбука настроения» (рассматривание карточек и угадывание настроения) Прощание</p>
19	<p>Приветствие Упражнение «Слушаем музыку» (прослушивание музыки и угадывание настроения) Чтение сказки «Случай в лесу» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Игра «Море волнуется» Игра «Крылья» Прощание</p>
20	<p>Приветствие Мысленная картинка «Обман» Игра «Глаза вы глаза» Чтение сказки «Про енота» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки. Игра «Гусеница» Игра «Жмурки» Прощание</p>

МАРТ

№ занятия	Содержание занятия
21	Приветствие Мысленная картинка «Родина» Игра «Пусть всегда будет...» (придумать свое самое заветное «Пусть») Чтение сказки «Как зайчик свой дом искал» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Словесная игра «Кто где живет» Игра «Кидаемся словами» Прощание
22	Приветствие Мысленная картинка «Помощь» Чтение русской народной сказки «Петушок золотой гребешок» Беседа и обсуждение сказки Кукольный театр (дети показывают кукольный театр, а педагог вместе с детьми озвучивает сказку) Игра «Живые слова» Прощание
23	Приветствие Мысленная картинка «Стыд, вина» Рассказ «Косточка» Л.Н. Толстого Беседа и обсуждение рассказа Игра «Подарки» (дети дарят друг другу необычные подарки: «Я дарю тебе голубое небо», «Яркое солнце» и т.д.)
24	Приветствие «Любимые игры» (дети вспоминают игры, которые им больше всего понравились и проигрывают) Игра «Ракета» «Нарисуй себя с другом» (дети рисуют себя и друга) «Ручеек радости» (дети берутся за руки, закрывают глаза и мысленно передают друг другу радость).

3-й год обучения старшая группа (5-6 лет)**Дидактический материал**

Клубок ниток, спокойная музыка, волшебный мешочек с мелкими предметами, текст сказки

ОКТАБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
1	Приветствие Стихотворение «Дарья» (В. Боков) (приложение 2) Паутинка имени (придумать как можно больше ласковых имен).

	Игра «Имя растет» «Час – нельзя и час - можно» Релаксация
2	Приветствие Игра «Найди друга» Игра «Встаньте по порядку» Интересная история о имени (приложение 2) Игра «Мы - разные» Чтение сказки «Заяц хвоста» (А. Толстой) Прощание
3	Приветствие Игра «Радио» Наши имена – назвать любимые и нелюбимые имена Чтение русской народной сказки «По щучьему велению» Беседа и обсуждение сказки Игра «Услышь свое имя» Прощание
4	Приветствие Игра «Березки» Чтение сказки Н. Абрамцева «Тише, пожалуйста». Беседа и обсуждение сказки «Пересядьте все те, кто...» Игра «Сбор рукопожатий» Прощание

НОЯБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
5	Приветствие Игра «Замри-отомри» Чтение русской народной сказки «Гуси-лебеди» Беседа и обсуждение сказки Игра «Гуси-лебеди» Игра - ассоциация «Страх» Прощание
6	Приветствие Игра «Ветер дует на...» Загадки о сказках (приложение 4) Игра «Мы похоже» Беседа о чувствах (дети рассказывают, какие они знают чувства, какие чувства часто сами испытывают) Прощание
7	Приветствие Игра «Доброе животное» Игра «Испорченный телефон» Игра «Через стекло» Игра «Артисты пантомимы»

	Упражнение «Расскажи стихи руками» Прощание
8	Приветствие Беседа «Копилка добрых дел» (дети рассказывают о своих добрых делах) Чтение сказки «Сказка о букашке Сашке» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Игра «Доброе животное» Прощание

ДЕКАБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
9	Приветствие Случаи их жизни и Копилка добрых дел (беседа). Чтение сказки «Два облачка» М. Адрианов (приложение 2) Беседа и обсуждение сказки Игра «Море волнуется» (см. приложение 4) Прощание
10	Приветствие Чтение русской народной сказки «Морозко» Беседа и обсуждение сказки Игра «Поводырь» Прощание
11	Приветствие Чтение 2го отрывка русской народной сказки «Морозко» Обсуждение сказки Игра «Работа с чувствами» (Дети говорят о чувствах, которые испытывали герои сказки и что испытывают они сами) Прощание
12	Приветствие Дети вспоминают сказку «Морозко» Упражнение «Что вам больше всего понравилось в этой сказке и что не понравилось» Обсуждение проблемной ситуации по сказке Работа с пословицами Загадки по сказке «Морозко» Прощание

ЯНВАРЬ

№ занятия	Содержание занятия
13	Приветствие Чтение мордовской сказки «Как собака друга искала» Пересказывание сказки Показ плоскостного театра по сказке Игра «Два барана» Прощание
14	Приветствие

	Речь с движениями «Веселые зверюшки» Чтение басни Л.Н. Толстого «Собака и ее тень» Беседа и обсуждение басни. «Кого укусил комарик» Прощание
15	Приветствие Сказка наизнанку Игра «Делаем выводы» Игра «Тайный смысл» Прощание
16	Приветствие Массаж чувствами Чтение сказки Жираф и Ежик (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Игра «Волшебник» Прощание

ФЕВРАЛЬ

№ занятия	Содержание занятия
17	Приветствие. Мысленная картинка «Кто-то очень страшный» Игра «Руки-звери» Работа со сказкой «Верь в себя» (О. Хухлаева) (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Игр «Прорви круг» Прощание
18	Приветствие Необычное приветствие (педагог просит детей по-разному поздороваться: рукопожатие, спинками, носиками и т.д.) Чтение сказки «Роза и ромашка» (О. Хухлаева) (приложение 2) Беседа и обсуждение сказки Игра «Стрелочка» Прощание
19	Приветствие Игра «Мы веселые мартышки» Упражнение «Сочиним историю» Игра «Замри» Игра «Стрелочка» Прощание
20	Приветствие Упражнение «Ласковое имя» (Дети называют свое ласковое имя, как их зовут дома) Чтение русской народной сказки «Лиса и козел» Разыгрывание сказки «Лиса и козел» Игра «Волшебник» Прощание

МАРТ

№ занятия	Содержание занятия
21	Приветствие Игра «Потерялся ребенок» Беседа «Какие бывают привычки» Игра «Пересядьте все те, кто...» (Педагог называет какой-то элемент в одежде и те дети у кого есть этот элемент должны поменяться местами) Игра «Обзывалки овощами» (Дети обзывают друг друга овощами) Прощание
22	Приветствие Игра «Кого укусил комарик» Сказка «Умей обождать» (приложение 2) Беседа и обсуждение сказки Игра «Запрещенное движение» Упражнение «Солнечный зайчик» Прощание
23	Приветствие Упражнение «Похвали соседа справа» (Дети хвалят своего соседа) Сказка о Вороненке (приложение 2) Игра «Испорченный телефон» Игра «Передай мячик» Прощание
24	Приветствие Чтение сказки «Друзья» (приложение 2) Беседа и обсуждение сказки Игра «Скажи Мишке добрые слова» «Раз, два, три фигура чувства замри» Прощание

4-й год обучения подготовительная группа (6-7 лет)**ОКТАБРЬ**

№ занятия	Содержание занятия
1	Приветствие С кем я дружил летом Чтение сказки «Незабудка не смогла подружиться» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Игра «Волшебник» Прощание
2	Приветствие Мысленная картинка на тему «Дружба» Игра «Пересядьте все те, кто...» Игра «Паровозик» Чтение сказки «Смелый Бобердулик» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки

	Игра «Кого укусил комарик» Прощание
3	Приветствие Мысленная картинка на тему «Настоящий друг» Упражнение «Маша – настоящий друг, потому что...» (Дети по очереди говорят, кто их настоящий друг и почему) Чтение сказки «Полезное колдовство» (М.Андрианов) (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Прощание
4	Приветствие Мысленная картинка на тему «Дружба» Нарисовать рисунок на тему дружба Беседа «Какие чувства мешают дружить» Прощание

НОЯБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
5	Приветствие Чтение стихотворения М. Пляцковского «Настоящий друг» (приложение 2) Игра «Пчелка и цветок» Игра «Зеваки» Упражнение «Ласковое имя» (Дети называют своего соседа справа ласковым именем)
6	Приветствие Рассматривание фотографий грустных детей Беседа «Как помочь грустному человеку» Чтение стихотворения А. Плещеева «Скучная картина!» (приложение 2) Игра «Царевна Несмеяна» Игра «Веселые обезьянки» Прощание
7	Приветствие Пальчиковая игра «Смешные человечки» (в парах) Чтение сказки «Стрекоза и Дождевой Червь» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Игра «Найди себе пару» Прощание
8	Приветствие Игра «Подари подарок другу» Чтение сказки «Особенное растение» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Прощание

ДЕКАБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
9	Приветствие Мысленная картинка на тему «Сильный человек» (Дети представляют себе сильного человека, обсуждение)

	<p>Чтение сказки «Сказка о двух братьях и сильной воле» (приложение 2)</p> <p>Игра «Щекоталки»</p> <p>Игра «Хочукалки»</p> <p>Прощание</p>
10	<p>Приветствие</p> <p>Вспомнить предыдущее занятие о сильной воле</p> <p>Игра «Кто последний встанет»</p> <p>Игра «Смехунчик»</p> <p>Беседа «Когда мне удалось быть сильным»</p> <p>Рисунок «Сильный человек»</p> <p>Прощание</p>
11	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Ласковое имя»</p> <p>Упражнение «Сбор приветствий»</p> <p>Игра «Секрет»</p> <p>Игра «Якалки»</p> <p>Игра «Раз, два, три, фигура чувства замри»</p> <p>Прощание</p>
12	<p>Приветствие</p> <p>Беседа «Что такое радость»</p> <p>Чтение стихотворения Г. Остера «Вредные советы» (приложение 2)</p> <p>Этюд «Тихая – громкая радость»</p> <p>Нарисовать рисунок «Ромашка радости» (в сердцевине изобразить улыбающуюся рожицу, а лепестки раскрасить цветами радости)</p> <p>Прощание</p>

ЯНВАРЬ

№ занятия	Содержание занятия
13	<p>Приветствие</p> <p>Беседа «О добрых и злых»</p> <p>Игра «Ехал Грека»</p> <p>Игра «Запрещенное движение»</p> <p>Игра «Атомы»</p> <p>Прощание</p>
14	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Помоги другу»</p> <p>Сказка «О котенке Маше» (приложение 2)</p> <p>Беседа и обсуждение сказки</p> <p>Игра «Тропинка»</p> <p>Прощание</p>
15	<p>Приветствие</p> <p>Беседа о Знании</p> <p>Игра «Слушай счет»</p> <p>Игра «Скажи наоборот»</p> <p>Беседа «Я умею» (дети называют, что они умеют делать; чужие высказывания поддерживаются аплодисментами)</p>

	Игра «Поиграем в сказку» Прощание
16	Приветствие Мысленная картинка «Трудности в школе» (дети представляют какие у них могут быть трудности в школе) Игра «Помоги другу» Игра «Слушаем хлопки» Рисование сказки (Дети рисуют путь котенка через три сказочные горы) Прощание

ФЕВРАЛЬ

№ занятия	Содержание занятия
17	Приветствие Упражнение «Школьные чувства» Сказка «Про Большого Воробья Иришку» (приложение 2) Беседа и обсуждение сказки Игра «Пожалуйста» Прощание
18	Приветствие Игра «Пожалуйста» Игра «Береги предмет» Упражнение «Рисуем всей группой» Прощание
19	Приветствие Упражнение «Сложи картинку» Игра «Какое слово лишнее» Сказка «О маленьком Приведении Филе» (приложение 2) Беседа, обсуждение сказки Игра «Береги предмет» Прощание
20	Приветствие Игра «Школьные принадлежности» Упражнение «Сложи картинку» Игра «Есть или нет» Сказка «Как Яшок поступал в Дом Учености» Беседа и обсуждение сказки Прощание

МАРТ

№ занятия	Содержание занятия
21	Приветствие Игра «Гномики» Игра «Слушаем хлопки» Игра «Урок - перемена» «Рисование себя в школе» (дети выполняют рисунки на эту тему) Прощание

22	Приветствие Мысленная картинка «Учитель делает» (дети представляют, что делает учитель) Сказка «Яшок и буква А» Беседа, обсуждение сказки Игра «Урок - перемена» Игра «Двигательный диктант» Прощание
23	Приветствие Игра «Двигательный диктант» Упражнение «Ученик делает» Чтение сказки «Шустрик и Обжорик» (О. Хухлаева) Беседа, обсуждение сказки Игра «Гномики» Прощание
24	Приветствие Упражнение «Любимая игра» (дети выбирают игру, которая им больше всего нравится) Игра «Двигательный диктант» Игра «Урок - перемена» Упражнение «Ваню в школу провожать – надо нам поколдовать» Прощание

Курс занятий рассчитан на 9 месяцев (с сентября по май, 36 недель) (Приложение 3)

2.3 Условия реализации программы

Возраст и сроки реализации.

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

1 год обучения: 3-4 года

2 год обучения: 4-5 лет

3 год обучения: 5-6 лет

4 год обучения: 6-7 лет

Сроки реализации программы

Программа предназначена для обучения детей 3 – 7 лет и рассчитана на четыре учебных года. Этот период можно определить как первый этап в освоении знаний о эмоциях.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребенка;

- большим объемом материала, многопредметностью;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Занятия проводятся 2 раза в неделю. Длительность занятий 30 минут.

Форма и режим занятий

- 1 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю по 30 минут;
- 2 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю по 30 минут каждое;
- 3 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю по 30 минут каждое;
- 4 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю по 30 минут каждое.

Структура занятия

Занятие для детей младшего, среднего и старшего возраста делится на несколько этапов:

- 1) создание «мысленной картинки» – дети мысленно рисуют картинку на определенную тему, созвучную предстоящей сказке, а затем рассказывают о том, что у них получилось;
- 2) в ходе обсуждения рассказов воспитатель подводит детей к определенному выводу;
- 3) затем проводится игра на эту же тему;
- 4) далее идет работа со сказкой (сказки подбираются по тематике). После прочтения сказки, педагог вместе с детьми, обсуждает сказку.

В зависимости от содержания и возраста, вопросы по сказке могут быть примерно такими: О чем сказка? Что запомнилось больше всего? Какие герои запомнились? Почему? Что случилось с тем или иным персонажем? Какие чувства возникали во время чтения? В какие моменты было радостно, а в какие – грустно? Было ли жалко кого-нибудь? Какие чувства, какое настроение после сказки? Случается ли такое в жизни, настоящему? Случались ли у тебя похожие ситуации? Чему мы можем научиться у этой сказки? Как можно применить полученные знания в жизни?

Для мониторинга используются:

1. Методика исследования внутрисемейных отношений – тест «Рисунок семьи».
2. Методика диагностики форм общения (М.И. Лисина).
3. Анкетирование родителей и педагогов.
4. Методика «Лесенка» (Исследование самооценки).
5. Методика «Тест тревожности» (Исследование тревожности детей по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми).

Показатели эффективности

□ В результате у детей снимается физическое и психическое напряжение, увеличивается работоспособность, увеличивается способность детей к концентрации внимания, к умению максимально сосредоточиться и совершенствовать волевые качества.

□ На данных занятиях дети учатся преодолевать барьеры в общении, тонко чувствовать друг друга, находить адекватное телесное выражение различным эмоциям, чувствам, состояниям.

Постоянно используемые в сказках этюды на выражение и проявление различных эмоций дают детям возможность улучшить и активизировать выразительные средства общения; пластику, мимику и речь.

Путешествуя по сказочным сюжетам, пробуждается фантазия и образное мышление, мышление освобождается от стереотипов и шаблонов, дается простор творчеству.

Эмоционально разряжаясь, сбрасывая зажимы, «отыгрывая» глубоко спрятанные в подсознании страх, беспокойство, агрессию или чувство вины, дети становятся мягче, добрее, увереннее в себе, восприимчивее к людям и окружающему миру. У них формируется положительный образ своего тела и принятие себя таким, какой он есть.

Виды и типы занятий

Занятия проводятся с применением различных структур:

- игры ролевые;
- диалоги и беседы;
- викторины;
- настольные игры;
- прослушивание и просматривание сказок;
- рисование сказочных персонажей.

2.4. Формы аттестации

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

- действие смыслообразования (интерес, мотивация);
- действие нравственно-этического оценивания ("что такое хорошо, что такое плохо");
- формирование личного, эмоционального отношения к себе и окружающему миру;
- формирование желания выполнять учебные действия;
- использование фантазии, воображения при выполнении учебных действий.

АООП определяет два уровня овладения **предметными результатами: минимальный и достаточный.**

Минимальный уровень:

- осознанное и правильное чтение текст вслух по слогам и целыми словами;
- участие в коллективной работе по оценке поступков героев и событий;
- участие в ролевых играх в соответствии с речевыми возможностями;
- восприятие на слух сказок и ответы на вопросы по их содержанию с опорой на иллюстративный материал;
- пересказ содержания прочитанного текста по вопросам.

Достаточный уровень:

- понимание содержания небольших по объему сказок,
- чтение сказки после предварительного анализа вслух целыми словами (сложные по семантике и структуре слова — по слогам) с соблюдением пауз, с соответствующим тоном голоса и темпом речи;
- ответы на вопросы по прочитанному тексту;
- определение основной мысли сказки после предварительного его анализа;
- чтение сказки молча с выполнением заданий учителя;
- определение главных действующих лиц произведения; элементарная оценка их поступков;
- чтение диалогов по ролям с использованием некоторых средств устной выразительности (после предварительного разбора);
- пересказ сказки по частям с опорой на вопросы учителя, картинный план или иллюстрацию;
- выразительное чтение наизусть 7-8 стихотворений.
- выбор правильных средств интонации с опорой на образец речи учителя и анализ речевой ситуации;
- участие в коллективном составлении рассказа или сказки по темам речевых ситуаций.

2.5. Оценочные материалы

«Кактус» графическая методика М.А. Панфиловой

Тест проводится с детьми с 4-х лет.

Цель – выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности.

Инструкция. На листе бумаги (формат А4) нарисуй кактус, такой, какой ты его себе представляешь!

Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. Ребенку дается столько времени, сколько ему необходимо. По завершении рисования с ребенком проводится беседа. Можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Кактус домашний или дикий?
2. Его можно потрогать? Он сильно колется?
3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают: поливают, удобряют?
4. Кактус растет один или с каким - то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение?
6. Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

Обработка результатов и интерпретация

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

- пространственное положение
- размер рисунка
- характеристики линий

□ сила нажима на карандаш

Агрессия - наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.

Импульсивность - отрывистые линии, сильный нажим.

Эгоцентризм, стремление к лидерству - крупный рисунок, в центре листа.

Зависимость, неуверенность - маленький рисунок внизу листа.

Демонстративность, открытость - наличие выступающих отростков, необычность форм.

Скрытность, осторожность - расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса

Оптимизм - использование ярких цветов, изображение «радостных» кактусов.

Тревога - использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии.

Женственность - наличие украшения, цветов, мягких линий, форм.

Экстрвертированность - наличие других кактусов, цветов.

Интровертированность - изображен только один кактус.

Стремление к домашней защите, чувство семейной общности - наличие цветочного горшка, изображение домашнего кактуса.

Стремление к одиночеству - изображен дикорастущий кактус, пустынный кактус.

Тест «Уровень агрессивности ребенка»

Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М.

Чтобы проверить степень агрессии ребёнка, можно провести небольшое тестирование с родителями. Нужно сопоставить каждое определение со своим ребёнком. За каждое, которое подойдёт по описанию – начисляется один балл, в конце подсчитайте сумму баллов и оцените уровень агрессии ребёнка.

1. Временами кажется, что в него вселился злой дух.
2. Он не может промолчать, когда чем-то недоволен.
3. Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.
4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.
5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что-то разбивает, потрошит.
6. Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.
7. Он не прочь подразнить животных.
8. Переспорить его трудно.
9. Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает.
10. Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.
11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все наоборот.
12. Часто не по возрасту ворчлив.
13. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.
14. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.
15. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виноватых.
16. Легко ссорится, вступает в драку.
17. Старается общаться с младшими и физически более слабыми.
18. У него нередко приступы мрачной раздражительности.

19. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.

20. Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.

От 1 до 5 баллов – минимальный уровень агрессии.

На самом деле подавленная агрессия – такой же повод для беспокойств, как и агрессивность. Не проявляющий никаких признаков агрессии ребёнок – не сможет настаивать на своём, высказывать свою точку зрения и постоять за себя. В таком случае предпочтительным будет обращение к психологу.

От 6 до 10 баллов – средняя агрессивность.

Средняя степень агрессии нормальный показатель для всех детей.

От 11 до 15 баллов – повышенный уровень агрессии.

Повышенный уровень агрессии у детей, тоже распространенный случай и зачастую связан с эмоциональным расстройством ребёнка. В таком случае, необходимо уделять больше времени проведению с ребёнком, прислушиваться к его просьбам. В наказаниях быть последовательными и не унижать личность малыша. Научить возможным способам подавления гнева. Развивать способность к сочувствию.

От 16 до 20 баллов – высокий уровень агрессивности.

Определив высокую агрессивность ребёнка, скорее всего это и без теста будет заметно, необходимо обратиться за психологической помощью к специалисту.

Методика выявления детских страхов "Страхи в домиках"

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет. Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены.

Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимают обычно с удовольствием). Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах) : черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: "Скажи, ты боишься или не боишься ...".

Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа "да" - "нет" или "боюсь" - "не боюсь". Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их произвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа "не боюсь темноты", а не "нет" или "да". Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется

как имеющийся в наличии. Из 31 вида страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Инструкция для ребенка: "В черном домике живут страшные страхи, а в красном - не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам".

Страхи

Ты боишься:

1. когда остаешься один;
2. нападения;
3. заболеть, заразиться;
4. умереть;
5. того, что умрут твои родители;
6. каких-то детей;
7. каких-то людей;
8. мамы или папы;
9. того, что они тебя накажут;
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища. (У школьников к этому списку добавляются страхи невидимок, скелетов, Черной руки, Пиковой Дамы - вся группа этих страхов обозначена как страхи сказочных персонажей);
11. перед тем как заснуть;
12. страшных снов (каких именно);
13. темноты;
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
17. когда очень высоко (страх высоты);
18. когда очень глубоко (страх глубины);
19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);
20. воды;
21. огня;
22. пожара;
23. войны;
24. больших улиц, площадей;
25. врачей (кроме зубных);
26. крови (когда идет кровь);
27. уколов;
28. боли (когда больно);
29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);
30. сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);
31. опоздать в сад (школу);

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

- медицинские страхи - боль, уколы, врачи, болезни;
- страхи, связанные с причинением физического ущерба - транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;

- страх смерти (своей);
 - боязнь животных;
 - страхи сказочных персонажей;
 - страх темноты и кошмарных снов;
 - социально-опосредованные страхи - людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;
 - пространственные страхи - высоты, глубины, замкнутых пространств;
- Наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка - это показатель преневротического состояния.

Тест А.И. Захарова на оценку уровня тревожности ребенка

Внимательно прочитайте эти утверждения и оцените, настолько они характерны для ребенка. Если это выражено – ставьте «+», если это проявление встречается периодически, ставьте «0», если отсутствует «-».

Тест для детей 4-10 лет.

1. Легко расстраивается, много переживает, все слишком близко принимает к сердцу.
2. Чуть что – в слезы, плачет навзрыд или ноет, ворчит, не может успокоиться.
3. Капризничает ни с того ни с сего, раздражается по пустякам, не может ждать, терпеть.
4. Более чем часто обижается, дуется, не переносит никаких замечаний.
5. Крайне неустойчив в настроении, вплоть до того, что может смеяться и плакать одновременно.
6. Все больше грустит и печалится без видимой причины.
7. Как и в первые годы, снова сосет палец, соску, все вертит в руках.
8. Долго не засыпает без света и присутствия рядом близких, беспокойно спит, просыпается. Не может сразу прийти в себя утром.
9. Становится повышено возбудимым, когда нужно сдерживать себя, или заторможенным и вялым при выполнении заданий.
10. Появляются выраженные страхи, опасения, боязливость в любых новых, неизвестных или ответственных ситуациях.
11. Нарастает неуверенность в себе, нерешительность в действиях и поступках.
12. Все быстрее устает, отвлекается, не может сконцентрировать внимание продолжительное время.
13. Все труднее найти с ним общий язык, договориться: становится сам не свой, без конца меняет решения или уходит в себя.
14. Начинает жаловаться на головные боли вечером или боли в области живота утром; не редко бледнеет, краснеет, потеет, беспокоит зуд без видимой причины, аллергия, раздражение кожи.
15. Снижается аппетит, часто и подолгу болеет; повышается без причин температура; часто пропускает детский сад или школу.

Возможные варианты ответов:

- данный пункт выражен и возрастает в последнее время – 2 балла;
- данный пункт проявляется периодически – 1 балл;
- данный пункт отсутствует – 0 баллов.

Подсчитывается сумма баллов и делается вывод о наличии невроза или предрасположенности к нему.

- От 20 до 30 баллов – невроз.
- От 15 до 20 баллов – невроз был или будет в ближайшее время.
- От 10 до 15 – нервное расстройство, но не обязательно достигающее стадии заболевания.
- От 5 до 9 баллов – необходимо внимание к этому ребенку.
- Менее 5 баллов – отклонения несущественны и являются выражением проходящих возрастных особенностей ребенка.

Анкета для исследования индивидуальных особенностей ребенка

«Если содержащееся в анкете утверждение правильно, с вашей точки зрения, характеризует ребенка, поставьте плюс, если неправильно – минус».

1. Не может долго работать, не уставая.
2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то.
3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство.
4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован.
5. Смущается чаще других.
6. Часто говорит о напряженных ситуациях.
7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке.
8. Жалуется, что ему снятся страшные сны.
9. Руки у него обычно холодные и влажные.
10. У него нередко бывает расстройство стула.
11. Сильно потеет, когда волнуется.
12. Не обладает хорошим аппетитом.
13. Спит беспокойно, засыпает с трудом.
14. Пуглив, многое вызывает у него страх.
15. Обычно беспокоен, легко расстраивается.
16. Часто не может сдержать слезы.
17. Плохо переносит ожидание.
18. Не любит браться за новое дело.
19. Не уверен в себе, в своих силах.
20. Боится сталкиваться с трудностями.

Суммируйте количество «плюсов», чтобы получить общий балл тревожности.

1. Высокая тревожность – 15-20 баллов.
2. Средняя – 7-14 баллов.
3. Низкая – 1-6 баллов.

3. Методическое обеспечение программы

Программа формирует и развивает Единую систему взаимоотношений посредством сказочной метафоры, обеспечивающую полноценное развитие детской деятельности и личности ребенка. Она предполагает единство социальных, предметных и природных средств обеспечения деятельности ребенка и включает ряд базисных компонентов, необходимых для полноценного физического, эстетического, познавательного,

социального и духовного развития. К ним относятся природные среды и объекты, культурно-природные ландшафты, физкультурно-игровые и оздоровительные сооружения, предметно-игровая среда, детская библиотека игро- и видеотека, дизайн-студия, музыкально-театральная и предметно-развивающая среда занятий, компьютерно-игровой комплекс и др.

Материально-техническое обеспечение программы.

- 1) требования, определяемые в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- 2) требования, определяемые в соответствии с правилами пожарной безопасности;
- 3) требования к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- 4) оснащенность помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- 5) требования к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы)).

Методы и техники, используемые в программе:

- игровая терапия (*игровые упражнения и задания, психогимнастика*);
 - дыхательная гимнастика;
 - арт-терапия (*рисование, коллаж, коллективное творчество*);
 - функциональная музыка.
 - пальчиковые игры. В программу включены упражнения, приемы которые позволяют оказывать на разных детей различное воздействие и усиливают эффект прочитанной сказки.
- Ролевые игры. Построены на понимании необходимости ролевого развития человека. Ролевые методы предполагают принятие ребенком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей, противоположных обычным. В нашей программе мы используем психогимнастику (*ролевые действия и ролевые образы*).

В младшем возрасте дети начинают осваивать ролевою гимнастику с ролевых действий, которые усложняются по мере взросления детей (*походить как кошечки, зайцы, волки и т.д.*). Важным для младших дошкольников является включение в ролевые действия голоса (*помяукать как испуганный котенок, злой котенок, радостный котенок и т.п.*), а также пальчиковых игр (*пальчиками походить как зайцы, лягушки, медведи и т.п.*).

Для старших дошкольников чаще используются ролевые образы животных (*медведя и зайца, волка и цыпленка*), сказочных персонажей (*Бабы Яги, Змея Горыныча и т.п.*); социальные семейные роли (*учителя, директора, мамы, бабушки и т.п.*). Роль изображается при помощи мимики и жестов, иногда озвучивается. Интересно и эффективно проходят пальчиковые драматизации. То есть разыгрывание этюдов или сказок только пальцами.

- В психогимнастических играх у детей формируются:
- принятие своего имени;
- принятие своих качеств характера;
- принятие своего прошлого, настоящего, будущего;
- принятие своих прав и обязанностей.
- Коммуникативные игры, используемые в программе, делятся на три группы:
- игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому вербальное или невербальное «*поглаживание*»;

- игры и задания, способствующие углублению осознания сферы общения;
- игры, обучающие умению сотрудничать.
- Игры и задания, направленные на развитие произвольности. Для дошкольников особенно большое значение имеют игры способствующие произвольности.
- Игры, направленные на развитие воображения, можно разделить на три группы:
- игры вербальные: вербальные игры представляют собой либо придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации (например: «**Что произойдет, если...**»), либо коллективное сочинение сказок;
- невербальные: невербальные игры предполагают изображение детьми «**как можно интереснее**», по своему, того или иного живого существа или неживого предмета, в этом они частично пересекаются с ролевыми методами;
- «**мысленные картинки**»: дети закрывают глаза и под музыку (*звуки дождя, грома, моря и т.п.*) придумывают картинку, а затем рассказывают ее группе, задание может усложняться тем, что детям дается определенная тема для картинки (*например, тема дружба или что-то страшное*).
- Релаксационные методы (*построены как антипод стресса*). В программу включены упражнения, основанные на методе активной нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона и дыхательные техники.
- Метод нервно-мышечной релаксации предполагает достижение состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела. Из дыхательных техник используются глубокое дыхание и ритмичное дыхание с задержкой.
- Пальчиковые игры: развивают точность и координацию движений руки и глаз, гибкость рук, ритмичность. Совершенствуют психические процессы: произвольное внимание, логического мышления, зрительного и слухового восприятия, памяти, речи детей.

4.Список литературы

1. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку / И.В. Вачков. М.: Изд-во «Ось- 89», 2007. 144 с.
2. Гребенщикова Л.Г. Основы куклотерапии. Галерея кукол / Л.Г. Гребенщикова. СПб.: Речь, 2007. 80 с.
3. Ефимкина Р.П. Пробуждение Спящей красавицы. Психологическая инициация женщины в волшебных сказках. Монография / Р.П. Ефимкина, СПб.: Речь, 2006. 263 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Формы и методы работы со сказками / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. СПб.: Речь, 2008. 240 с.
5. Киселева М.Б. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми /М.Б. Киселева. СПб.: Речь, 2006. 160 с.
6. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис, 2003. – 208с.
7. Микляева Н.В., Толстикова С.Н, Целикина Н.П. Сказкотерапия в ДОУ и семье. – М.: ТЦ Сфера, 2010 – 128с.
8. . Пезешкиан Н. Торговец и попугай: восточные истории и психотерапия/ Н. Пезешкиан. М: Институт позитивной психотерапии, 2006. 160 с.
9. Притчи, сказки, метафоры в развитии ребенка /СПб.: Речь, 2007. 296 с
10. Сакович Н.А. Технологии игры в песок. Игры на мосту / Н.А. Сакович. СПб.: Речь, 2008. 176 с.
11. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем / Р.М. Ткач. СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. 118 с.
12. Чех Е.В. Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку/ Е.В. Чех. СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009. 144 с.
13. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010. – 175с.
14. Шипицына Л.М., Защирина О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. Азбука общения: Развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. (Для детей от 3 до 6 лет.) – «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007. – 384с.

Приложение 1.

Игровые занятия на коррекцию страхов и тревожности детей в сенсорной комнате.

**Занятие для детей 3-4 лет «Зайчишка – не трусишка!»
на снятие чувствительности к страху стихий и нападения.**

Этап	Оборудование	Содержание
1. Ритуал «входа» в сказку	«Волшебный фонтан»	Игра «Превращение» Педагог объясняет ребенку, что для того чтобы попасть в сказку нужно превратиться в зайчиков с помощью «Волшебного фонтана». Педагог с ребенком садятся под «струи фонтана» и «выходят» оттуда уже зайчиками.
2. Расширение	Панно с фиброоп. нитями, пучок фиброоптических волокон, сенс. кресло с гранулами	Педагог и ребенок обнаруживают на панно «Книгу сказок». Чтение сказки «Про то как зайчишка страх победил». Педагог предлагает ребенку сесть на пуф и накрыться пучком фиброоптических волокон как волшебным одеялом.
3. Закрепление	«Фиброоптическая занавесь», аудиосистема, диск с шумом дождя, грома	Упражнение «Зверушки в норке» Педагог и ребенком забираются в нишу под фиброоптической занавесью, в которой горит свет. За шатром, в комнате — полумрак. Педагог, обращаясь к ребенку, говорит «Мы с тобой маленькие <i>зайчики</i> . Мы сидим в нашей уютной норке. Там, на улице (<i>показывает на комнату</i>) холодно, идет дождь, воеет ветер, а нам с тобой тепло, тихо и уютно. И никто к нам не придет, никого мы не пустим. В нашей норке толстые стены и волшебная дверь, нам не страшно». Педагог говорит это тихим голосом, чтобы ребенок расслабился.

1. Интеграция	Пучок волокон оптических волокон	Игра «Я не боюсь» Педагог предлагает ребенку перечислить чего не боится зайчик и на каждое слово перекладывать одно оптическое волокно.
6. Резюмирование	По выбору ребенка	Игра в сенсорной комнате. Педагог поощряет ребенка, за то, что он ничего не испугался, и как смелый зайчик он может выбрать с каким оборудованием сенсорной комнаты хотел бы поиграть.
7. Ритуал «выхода из сказки»	«Волшебный фонтан»	Педагог и ребенок садятся под нити фонтана, «превращаются» обратно в людей и выходят из сказки.

Занятие для детей 4-6 лет «Бояться можно» на снятие «боязни страха» через осознание его социальной приемлемости и полезности

Этап	Оборудование	Содержание
1. Ритуал «входа» в сказку	Сенс. кресло с гранулами, аудиосистема, диск с шумом ветра, зеркальный шар	Игра «Парашютисты» Кресла расположены по кругу. Педагог и дети ложатся животами на кресла, изображая парашютистов (руки, ноги раскинуты в стороны)
2. Расширение	Сухой интерактивный бассейн Сенсорные кресла с гранулами	Игра «Найди что спрятано» Педагог предлагает детям отыскать в бассейне спрятанный предмет. Чтение сказки «Как страх помог Мише и Маше»
3. Закрепление	Сенсорные кресла с гранулами, панно «Лестница света», оптическая занавесь, атрибуты к сказке, сухой интер. бассейн, шумовые музыкальные инструменты	Разыгрывание сказки детьми по ролям в форме небольшого спектакля. Роли распределяет ведущий в зависимости от индивидуальных особенностей детей.
Интеграция	Сенсорные кресла с гранулами	Обсуждение сказки. Делается вывод о том, что страх может быть полезным как самому человеку, так и окружающим. Дети самостоятельно придумывают ситуации, когда страх мешает, а когда помогает.

Резюмирование	Прозрачный мольберт, гуашь, кисти	Игра «Маски страха» на отреагирование негативных переживаний. Дети под руководством ведущего рисуют на прозрачном мольберте маски кого-нибудь страшного, «примеряют» их, а потом стирают.
Ритуал «выхода из сказки»	Сенсорное кресло с гранулами, аудиосистема, диск с шумом ветра, зеркальный шар	Игра «Парашютисты» Кресла расположены по кругу. Педагог и дети ложатся спиной на кресла, изображая парашютистов (руки, ноги раскинуты в стороны)

Занятие для детей 5-8 лет «Волшебный дом» на снятие страха тёмных помещений

Этап	Оборудование	Содержание
1. Ритуал «входа» в сказку	Пучок волокон, зеркала, аудиосистема, диск с приятной классической музыкой	Игра «Распутай волосы принцессе» Педагог обращает внимание ребенка на то, «Волшебная комната» сегодня не переливается разными цветами, оттого, что у принцессы спутались волосы и она не может их расчесать, и предлагает ребенку «расчесать» сказочной принцессе «волосы» (разобрать волокна)
2. Расширение	Сенсорные кресла с гранулами, пучок волокон	Чтение сказки «Сказка про девочку Настю, которая боялась тёмных кладовок»
3. Закрепление	Все оборудование сенсорной комнаты Светодиодный фонарик	Игра «Волшебный дом» Педагог выключает свет и предлагает ребенку в темноте поочередно подходить к разным элементам оборудования в сенсорной комнате и дотрагиваться до них, в это время педагог включает данное оборудование и оно начинает работать как «по волшебству». Игра «Волшебный фонарик» При выключенном свете педагог предлагает ребенку вообразить, на что похожи предметы в комнате... затем ребенок светит на них фонариком
Интеграция	Сенсорные кресла с гранулами	Игра «Хвастунишки» Педагог предлагает детям по очереди говорить, кто чего не боится. Выигрывает тот, на ком закончится игра.

Резюмирование	Краски «Эбру», бумага	Рисование по воде на свободную тему для украшения любой комнаты в доме по выбору ребенка.
Ритуал «выхода из сказки»	Пучок фиброоптических волокон	«Заплетаем косу» Педагог предлагает ребенку в завершении занятия заплести «Сказочной принцессе» косу, чтобы вернуться из сказки обратно в детский сад.

Занятие для детей 5-9 лет «Путешествие маленького гнома» на снятие страха мистических существ и страха потеряться

Этап	Оборудование	Содержание
1. Ритуал «входа» в сказку	Проектор «Меркурий» с жидким диском», сенсорные кресла с гранулами	Упражнение «Сны» Педагог предлагает детям удобно расположиться на креслах и попасть в сказку через сон. Дети смотрят на проекцию жидкого диска (как будто спят и видят разноцветный сон) и вслух проговаривают, что они видят (какие образы: страшные, веселые, необычные)
2. Расширение	Сенсорные кресла с гранулами	Чтение и обсуждение сказки «Смелый Гномик»
3. Закрепление	Воздушно-пузырьковые трубки	Игра «Как заставить страх исчезнуть?» Детям задается вопрос: что можно сделать, если они встретят в лесу Бабу-Ягу? Как заколдовать. Чтобы она исчезла? Педагог предлагает детям подобрать к каждому цвету воды в трубках подобрать волшебное свойство. Например, если Баба-Яга выпьет желтую воду, то станет доброй, а если зеленую, то превратится в красивый цветочек.
Интеграция	Прозрачный мольберт. гуашь	Игра «Смешной и страшный» Ребенок рисует на мольберте красками две маски: смешную и страшную. Несколько раз «примеряет» то одну, то другую маску, а педагог вместе с другими детьми то боится (страшную маску), то смеются (над смешной маской). Когда всем надоест бояться, все начинают смеяться над обеими масками.

Резюмирование	Аудиосистема, диск с веселой музыкой, зеркальный шар	Игра «Веселые танцы» Педагог говорит детям, что они стали могущественными волшебниками – умеют из страшного делать веселое, и предлагает детям повеселиться под веселую музыку и всем детям «примерить» веселую маску.
Ритуал «выхода из сказки»	Проектор «Меркурий» с жидким диском», сенсорные кресла с гранулами	Упражнение «Сны» При повторе данного упражнения можно проанализировать какие образы ребенок видел до занятия, а какие после.

**Терапевтические сказки
для коррекции тревожности и страхов у детей.**

Сны (А. Введенский)

1

Села кошка на окошко,
Замурлыкала во сне.
Что тебе приснилось, кошка?
Расскажи скорее мне!
И сказала кошка: - Тише,
Тише, тише говори.
Мне во сне приснились мыши - не одна, а целых три.

2

Тяжела, сыта, здорова,
Спит корова на лугу.
Вот увижу я корову,
К ней с вопросом подбегу:
Что тебе во сне приснилось?
- Эй, корова, отвечай!
А она мне: - Сделай милость,
Отойди и не мешай.
Не тревожь ты нас, коров:
Мы, коровы, спим без снов.

3

Звёзды в небе заблестели,
Тишина стоит везде.
И на мху, как на постели,
Спит малиновка в гнезде.
Я к малиновке склонился,
Тихо с ней заговорил:
- Сон какой тебе приснился? -
Я малиновку спросил.
- Мне леса большие снились,
Снились реки и поля,
Тучи синие носились
И шумели тополя.
О лесах, полях и звёздах
Распевала песни я.
И проснулись птицы в гнёздах
И заслушались меня.

4

Ночь настала. Свет потух.
На дворе уснул петух.
На насест уселся он,
Спит петух и видит сон.
Ночь глубокая тиха.
Разбужу я петуха.

- Что увидел ты во сне?
Отвечай скорее мне!
И сказал петух: - Мне снятся
Сорок тысяч петухов.
И готов я с ними драться
И побить я их готов!

5

Спят корова, кошка, птица,
Спит петух. И на кровать
Стала Люща спать ложиться,
Стала глазки закрывать.
Сон какой приснится Люше?
Может быть - зелёный сад,
Где на каждой ветке груши
Или яблоки висят?
Ветер травы не колышет,
Тишина кругом стоит.
Тише, люди. Тише. Тише.
Не шумите - Люша спит.

Сказка про то, как Зайчишка страх победил

Возраст: 3-4 года

Направленность: страх одиночества (тревога при расставании с близкими), страх перед стихией.

Жил-был в зеленом-зеленом лесу вместе с папой и мамой зайчик, и звали его Пашка. Он был уже не маленький зайчик, и многое ему хотелось делать самому, но пока еще не все получалось. Но Пашке очень хотелось вырасти и стать большим.

Семья зайцев жила в норе такой теплой и уютной, что выходить оттуда не очень-то и хотелось. Вот Пашка и не выходил. Не то чтобы он был трусишкой, нет... но просто лес казался Пашке таким большим и страшным. А еще там, в лесу ночью иногда была гроза, и гром бухал так, что Пашка прижимал ушки и прятался под мамины пушистые лапки. А мама говорила ему: «Когда перестанешь бояться - вырастишь!». Каждый день мама с папой убегали в лес, а когда приходили домой, то приносили Пашке в норку сладкой морковки или хрустящий капустный лист. Пашке нравилось угощение, но оставаться в норе одному без родителей было страшно и он беспокойно выглядывал из норки, пока не увидит вдалеке длинные родительские уши. Так и жил зайчонок Пашка, пока однажды...

Папа с мамой, как всегда, с утра убежали в лес на поиски сладкой заячьей капусты, а Пашка, как всегда, выглядывал из норки и ждал, когда же вернуться родители.

Но вдруг, набежали тучи, затянули небо, раздался жуткий гром и пошел сильный дождь. Пашка забрался глубоко в норку, прижал ушки и даже закрыл лапками глаза, чтобы было не так страшно. Но страшно было все равно, и Пашка задрожал и тихонько заплакал. Вдруг зайчонок почувствовал, как что-то прохладное и мокрое коснулось его лапок. Он открыл глаза и увидел воду, которая текла в норку через открытую дверь. «Если не закрыть дверь, то вода затопит всю норку, и нам негде будет жить», - подумал Пашка. Надо было закрыть дверь, но подходить к выходу из норки зайчонку было страшно.

«Может дожждаться родителей?», - мелькнуло у Пашки в голове – «А вдруг они не успеют? Нет, надо решаться самому!». И зайчонок одним прыжком допрыгнул до двери и закрыл её. Дождь перестал заливать норку. И вскоре она опять стала сухой и уютной.

Может вам показалось, что ничего великого не произошло? Но только не для Пашки! В этот день зайчишка перестал быть трусишкой – он победил свой страх! Вскоре утихла гроза. Кончился дождь, а домой вернулись Пашкины родители. «Молодец, что не испугался грозы и закрыл дверь в норку», - сказала мама – «Я горжусь тобой. Ты у меня совсем большой!». С тех пор зайчонок стал чаще выходить из норки, а когда шел дождь, даже подставлял под струи воды свою мохнатую мордочку.

Сказка про девочку Настю, которая боялась темных кладовок

Направленность: боязнь темных помещений

Жила-была девочка Настя. Жила с мамой и папой в большой и уютной квартире. У Насти была своя маленькая и светлая комната, там вместе с ней жили ее игрушки. И все бы был замечательно, да вот только боялась Настя проходить мимо темной и мрачной кладовки, в которой хранились разные старые вещи и всякие разные баночки с вареньями и соленьями. А уж чтобы заглянуть в эту кладовку, вообще, не могло быть и речи.

Однажды в воскресное утро вся семья собралась на кухне пить чай. «Ой, я же варенье забыла достать, — сказала мама, — Настенька, сходи возьми в кладовке баночку с вареньем». Застучало у Насти сердечко, но она встала и пошла за вареньем. Подошла Настенька к двери кладовки, сердечко еще громче забилося, ну никак не хотелось ей дверь открывать, потопталась она возле двери и пошла обратно на кухню. «Нет, мамочка, — тихонько сказала она, — ты лучше сама варенье принеси, а то я не знаю, какое взять...» «Ну, ладно, принесу сама», — ответила мама.

Весь день Настя думала о том, что произошло утром. Неудобно как-то получилось, ведь мама попросила ее помочь, а она не смогла просьбу выполнить, ну уж очень не хотелось заходить в кладовку.

Вечером легла Настя спать в свою теплую, мягкую, уютную кроватку, положила рядом с собой плюшевого мишку и быстро уснула. И приснился Настеньке удивительный сон, будто вся квартира ожила и все комнаты разговаривают между собой.

«Какие хорошие у нас хозяйева, добрые, заботливые, аккуратные. А маленькая хозяйка — такая милая», — сказал зал. «У меня она часто бывает, она у меня спит, и играет здесь и часто болтает у меня со своими друзьями, — сказала детская комната, — ...а по выходным она сама приводит меня в порядок». «И у меня она часто бывает, — сказала кухня, — часто она втихаря от мамы залезает в буфет и лакомится конфетами, но я не говорю об этом маме». «А знаете, какая смешная она по утрам, такая сонная, — сказала ванная комната, — а когда она купается, то так весело играет с мыльными пузырями, ну просто умиление!» «А по вечерам она часто сидит у меня и смотрит мультфильмы по телевизору», — сказала самая большая комната.

«А ко мне она не заходит и даже не заглядывает», — раздался тихий обиженный голосок. Это сказала маленькая кладовка. «Но почему? — воскликнула ванная. — Ведь у тебя хранится столько всего вкусного!» «А когда наша маленькая хозяйка болела и кашляла у тебя нашлась для нее баночка меда», — подтвердила кухня. «Наверное, она боится меня, потому что на самых нижних полках у меня хранится много старых, пыльных ненужных вещей, и вообще я темная и Невзрачная и у меня нет ничего интересного», — грустно сказала кладовка. «Но вместе со старыми вещами в тебе хранятся их истории таинственные и загадочные, романтические и веселые. Не плачь, кладовочка, я уверена, моя хозяйка к тебе заглянет, обязательно заглянет и увидит, что ты совсем не страшная», — воскликнула детская комната. Тут в окно заглянул первый луч света и комнаты замолчали.

Проснулась Настенька и думает, приснилось ей это или правда она такой разговор слышала. Вспомнила она свой сон и так жалко ей стало кладовку, вскочила она с кровати, побежала к кладовке и остановилась у двери, потихоньку протянула руку и открыла дверь. Солнечные лучи с кухни проникли в темную маленькую комнатку и Настя увидела, что кладовка совсем не страшная, немного темновато, зато как-то все загадочно, а вот и баночки с любимым настиным вареньем.

«Настя, ты что там делаешь? Веги умываться», — раздался голос мамы. «Я еще загляну к тебе», — шепнула Настя и побежала в ванную.

Потом как всегда семья собралась за завтраком. «Сейчас я принесу варенье», — сказала мама. «Сиди, сиди, мамочка, — закричала Настя, — я сама принесу!» Она подбежала к кладовке, распахнула дверцу, и, казалось, все баночки на полках заулыбались ей. «Я теперь часто буду к тебе заглядывать», — прошептала Настя и провела рукой по серой крашеной стене.

Вечером, когда Настя ложилась спать, она оглядела свою комнату, подмигнула ей и тихонько спросила: «Я все правильно сделала?» И ей показалось, что люстра весело качнулась ей в ответ, как бы кивая: «Да».

Маша в волшебном саду

Возраст: 5-7 лет

Направленность: страх общения.

Жила-была девочка Маша. Жила она в городе вместе с папой и мамой в современной квартире. У Маши была своя комната, а в ней новенький компьютер, в который Маше очень нравилось играть. Маша могла выбрать любую игру; стоило только нажать на кнопку и компьютер послушно выполнял то действие, которое было нужно. А вот гуляла Маша редко и с ребятами никогда не играла, потому что никак не могла заставить себя подойти к ним и заговорить. Уж очень Маша стеснялась, а сделать с собой ничего не могла.

Когда наступило лето, Маша поехала в гости к бабушке в деревню. У бабушки был дом с резными ставнями и красивым крылечком. Около дома - широкая поляна, а на ней росла большая яблоня. Увидела Маша на ней красивое яблочко, захотелось ей сорвать его. Но яблоко было очень высоко. Тут девочка увидела белочку, которая прыгала с ветки на ветку, собирала яблоки. Маше очень захотелось попросить белочку, чтобы та сорвала яблоко и для неё, но застеснялась и промолчала. А белочка подскочила к ней и вопросительно посмотрела на девочку. Белочка так внимательно смотрела на Машу и тепло её улыбалась, что Маша забыла про страх и заговорила с ней «Уважаемая белочка, не могли бы Вы угостить меня яблочком?». Белочка весело подмигнула девочке и быстро забралась на верхнюю ветку, сорвала самое красивое яблоко и принесла его Маше – «Угощайся, пожалуйста!».

Маша с удовольствием съела сочное яблоко и от души поблагодарила белочку, ведь ей уже было совсем не страшно разговаривать с ней.

А белочка предложила девочке поиграть со своими друзьями, которые жили в саду: рыбка и букашкой. И они все начали прыгать, бегать. И девочка не заметила, как быстро пролетело время и стало темнеть.

Этим вечером девочка засыпала с улыбкой, потому что она преодолела свой страх и завела новых друзей!

Сказка про петушка, который нашелся

Возраст: 4-5 лет

Направленность: страх потеряться.

Жил-был на птичьем дворе в большой куриной семье петушок. Звали его Петя. Петя очень любил своего папу – петуха и гордился, что похож на него внешне. Но вот было в папе то, чего не было у Пети. Папа представлялся ему таким большим, сильным и смелым, а маленький петушок не отличался смелостью. Был у него страх, про который и говорить то ему было стыдно – Петя боялся потеряться. Когда он гулял с мамой, то не отходил от неё ни на шаг и все время догонял, если мама немного удалялась от него. Сестренки – курочки дразнили Петю и смеялись над ним, петушку было стыдно, но страх все-равно никуда не уходил.

Однажды, маленький петушок вышел с мамой на прогулку. Они достаточно далеко отошли от дома, его любопытные сестренки разбежались кто-куда, а Петя не отходил от мамы ни на шаг. Но вдруг его внимание привлек большой пестрый индюк, который громко кричал на мальчишек, игравших на лугу. Петя долго с любопытством разглядывал его, а когда обернулся, то не увидел своей мамы. В голове у петушка пронеслась страшная мысль: «Я потерялся!». Он побежал по травке, но ему было очень страшно, т.к. он остался совсем один. Петушок смотрел по сторонам, но маму-курицу нигде не видел. Вдруг, рядом что-то грохнуло, он испугался, прижал свои крылья, закрыл от испуга глаза, а когда открыл то увидел, что это было маленькое зеленое яблоко. И на это яблоко прилетела красивая бабочка. Петушок спросил про маму и бабочка сказала, что покажет ему дорогу. Она полетела впереди, а Петя что есть сил побежал за ней. Бабочка проводила петушка к его маме. И с тех пор петушок перестал бояться оставаться один, он знал, что потеряться не так уж и страшно, потому что можно всегда обратиться за помощью. Во время прогулок он стал меньше смотреть на маму, а больше обращать внимание на то что вокруг и быстро освоился не только у себя во дворе, но и во всей деревне. И скоро вовсе перестал бояться потеряться. Он больше не бегал за мамой как хвостик, а гордо вышагивал рядом со своим папой!

Чудесное превращение

Направленность: страх быть некрасивым.

На листочке старого клена жила-была семья бабочек: мама-бабочка, папа-бабочка и их дочка-гусеничка Ньюша. Ньюша смотрела на своих родителей и восхищалась ими.

Однажды девочка Матрена сорвала кленовый листочек и увидела двух бабочек, но вдруг она отбросила листочек, увидев гусеницу. И с тех пор Ньюша считала себя некрасивой. Родители успокаивали её, и говорили, что она станет такой же красивой, как они. Но она не верила в это. И родители решили отвести Ньюшу в цирк, где клоун-волшебник показывал веселые фокусы с самыми невероятными перевоплощениями.

Когда вся семья бабочек пришла в цирк, волшебник сразу заметил гусеничку Ньюшу и спросил её, какое волшебство она хочет увидеть. Ньюша рассказала ему свое желание немедленно стать красивой. Но волшебник сказал, что это волшебство не в его силах. Это волшебство должна сделать сама гусеничка - она должна много трудиться: лазить по деревьям, есть много травки и листочков, должна научиться делать кокон, сама его скрутить и ни в коем случае не грустить, ведь труд и веселое настроение украсят кого угодно.

Ньюша внимательно выслушала волшебника, а когда пришла домой стала делать все как он сказал. Она изучала мир вокруг себя, усердно трудилась, сама сделала кокон. И вскоре из маленького, аккуратного кокона появилась прекрасная бабочка, которой восхищались все вокруг. Но самое интересное, что Ньюше это было совсем не важно, потому что она была очень занята, помогая цветам и растениям, перенося пыльцу с одного цветка на другой. Она поняла для себя одну важную вещь: не страшно быть некрасивой, страшно быть никому не нужной лентяйкой. Ведь ничто так не украшает человека, как его труд!

«Чебурашка»

Возраст: 5-7 лет.

Направленность: страх потеряться, страх незнакомого места, страх общения с незнакомыми людьми.

В одном сказочном городе жил Чебурашка вместе с мамой и папой. Они очень любили его и всегда переживали за него. И Чебурашка тоже переживал по любому поводу и боялся всего, особенно потеряться в лесу.

Однажды Чебурашка с родителями поехали на пикник на светлую лесную полянку. Чебурашка решил погулять по этой чудесной полянке и вдруг увидел красивую бабочку. Он стал её догонять, хотел поймать и рассмотреть её. Но по пути он потерял бабочку из вида и понял, что оказался один посреди леса, который всегда внушал ему просто ужас. Чебурашка сел под большое дерево и задрожал. Но дерево стало ласково гладить его по головке, совсем, как мама и Чебурашка немного успокоился. Он пошел по тропинке и встретил медведя. Очень Чебурашка испугался, но услышал, как мишка плачет. Чебурашке стало жалко мишку, он понял, что не такой он и страшный. Чебурашке захотелось успокоить мишку, он понял, что бояться глупо и подошел к медведю. Оказалось, что он – мишка заблудился, а дом его находится у большого дерева. Чебурашка обрадовался, он проходил это большое дерево и знал, где оно находится. «Я тебе помогу» - сказал он мишке и смело взял его за лапу.

И друзья вместе отправились к большому дереву. Мама-медведица очень обрадовалась, что медвежонок вернулся и нашел себе друга. Медведи подарили Чебурашке корзину и горшочек меда и проводили его до полянки, на которой Чебурашку ждали родители.

Чебурашка был очень горд, что он помог мишке и теперь совсем не боится леса. Оказалось, что лес не темный и не страшный, а добрый, и там живут друзья.

«Добрые друзья»

Направленность: неумение быстро находить общий язык и способы знакомства, общение с новыми друзьями.

Жила-была красивая бабочка, она порхала на цветущем лугу и, вдруг, залетела в темный лес. Она заблудилась и не знала, как попасть домой. Вдруг ей встретились лисенок и ежик, но ей было страшно к ним лететь потому, что лисенок был зубастым, а ежик - колючим. Они шумно играли, а бабочка сидела печально на елочке и думала, как ей к ним подлететь, чтобы спросить, как вернуться на цветущий луг.

Но вдруг она заметила, что им угрожает опасность и, забыв про свой страх, она полетела к ним. Бабочка, порхая своими красивыми, яркими крыльшками, стала их отводить от глубокой ямы, на краю которой они оказались. Лисенок и ежик так были благодарны бабочке за то, что она их спасла, что готовы были отблагодарить её, чем смогут. Но бабочке ничего не нужно было, только бы попасть к своим подружкам на цветущий луг. Для ежика и лисенка это ничего не стоило и они с радостью бросились в сторону луга. Очутившись на своем лугу, бабочка была рада увидеть всех своих подружек-бабочек. Но она еще больше порхала от радости, что приобрела новых друзей - лисенка и ежика и поборола свой страх.