

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
МБДОУ «ЦРР-Д/С №73»
Протокол № 1 от 29.08.2019г.

УТВЕРЖДАЮ:



Заведующий
МБДОУ ЦРР – Д/С №73»
/ О.И. Шмарина/
Приказ № 04-Од от 30 августа 2019г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
ВОСПИТАННИКАМ СРЕДНЕГО И СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА «ГАРМОНИЯ»
(СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ)

Составитель:
Яковенко Я.А., педагог-психолог
МБДОУ «ЦРР-Д/С №73»

Ставрополь, 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка 3
- 1.2. Цель, задачи программы 4
- 1.3. Ожидаемые результаты 4

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

- 2.1. Планирование и содержание занятий «Гармония» в средней группе 4
- 2.2. Планирование и содержание занятий «Гармония» в старшей, подготовительной группах 15

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

- 3.1. Используемые методы и приемы 23
- 3.2. Материально-техническое обеспечение. Обеспеченность материалами и средствами обучения 24
- 3.3. Методическое обеспечение 24

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Важная роль в современном образовательном обществе отводится здоровьесберегающим технологиям, психологическому сопровождению детей в образовательных учреждениях, сохранению и укреплению психологического здоровья. Проблеме психологического здоровья детей посвящены труды отечественных исследователей О.С. Васильевой, Ф.Р.Филатова, В.Ю.Завьялова, И.В.Дубровиной, В.В.Давыдова, О.В.Хухлаевой, Г.С.Никифорова, и др.

Быстро меняется социальная ситуация, увеличивается информационный поток, в котором находятся дети, семьи в основном однопотные, распались дворовые сообщества, снизилась ценность ролевой игры. Всё чаще можно встретить ребёнка с признаками взрослости (интеллектуализм, излишний рационализм) при внутренней социальной незрелости и инфантилизме. Внедрение раннего обучения тоже играет свою роль. Это приводит к ухудшению здоровья детей: физическому, психическому, социальному. Не вызывает сомнений, что практически всем им требуется та или иная психологическая поддержка.

Психологическое здоровье является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, обеспечивает возможность непрерывного развития в течение всей его жизни. Психологически здоровый человек – это, прежде всего человек творческий, жизнерадостный, весёлый, открытый, познающий себя и окружающий мир, адекватно приспосабливающийся как к благоприятным, так и неблагоприятным условиям, воздействиям.

ФГОС ДО "направлен на решение следующих задач: охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия." Актуальность данной программы заключается в том, что она позволяет решать проблему психопрофилактики психологического состояния здоровых детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных учреждениях, снизить риск отрицательно влияющих факторов (социально-психологических, социально-культурных и социально-экономических) на психологическое здоровье ребенка.

Дошкольное детство (примерно от 3 до 6 лет) самый интересный и замечательный период в развитии ребёнка, когда фактически складывается личность, самосознание и мироощущение ребёнка. Эти процессы в первую очередь обусловлены общим психическим развитием, формированием новой системы психических функций, где важное место начинают занимать мышление, речь и память ребенка.

К трем годам у детей формируется чувство «Я», т.е. восприятие себя как отдельного индивида, уменьшается чувство зависимости от родителей, появляется желание «расстаться» с матерью и стать более независимым. Мышление ребенка отрывается от чисто наглядной основы, т.е. переходит от наглядно-действенного к наглядно-образному. Это позволяет перейти

к новым типам деятельности - игровой, изобразительной, конструктивной. Кроме того, в этом возрасте уже возникает стойкая потребность в общении со сверстниками, в совместных играх с другими детьми. Поэтому следует, как можно раньше формировать у ребенка установку на позитивное мировосприятие, учить находить разные источники положительных эмоций. К шести годам у дошкольников помимо основных возрастных личностных новообразований должно быть сформировано и психологическое здоровье: саморегулируемость, принятие себя и окружающих, потребность в саморазвитии, рефлексия. Эти качества помогут ребёнку быстро адаптироваться к условиям школьного обучения.

Исходя из вышесказанного, педагогическая целесообразность программы заключается в том, что позволяет через групповую работу, учитывающую специфику дошкольного возраста, обучить детей социально приемлемым способам самоутверждения и самовыражения, полноценному общению, положительному восприятию себя, адекватному поведению в соответствии с окружающими условиями и событиями, поддержанию положительного эмоционального фона, оптимистического настроения, воспитать доброжелательное отношение к окружающим, развить способность к эмоциональному сопереживанию.

Программа дополнительных платных занятий «Гармония» составлена для воспитанников среднего дошкольного возраста (4-5 лет) и старшего дошкольного возраста (5-7 лет).

Периодичность занятий: 1 раз в неделю, во второй половине дня.

Продолжительность занятия: в средней группе – 20 минут, в старшей и подготовительной группах – 25 минут. Форма организации занятий: групповая (от 4 до 10 человек).

Количество занятий в год: 34.

1.2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: создание условий для сохранения и поддержания психологического здоровья дошкольников.

Задачи в среднем дошкольном возрасте: развивать навыки общения и взаимодействия со сверстниками, способность выражать эмоции и чувства, а также понимать эмоции и чувства других людей, правильно их выражать и полноценно переживать; развивать произвольность психических процессов (внимание, мышление, воображение, память, восприятие), мелкую моторику; снижать психоэмоциональное и мышечное напряжение; воспитывать толерантность по отношению друг к другу.

Задачи в старшем дошкольном возрасте: развивать память, внимание, мышление, воображение, социально-коммуникативные навыки, уверенность в себе, групповую сплоченность, навыки саморегуляции; тренировать невербальные способы взаимодействия; воспитывать взаимопонимание, дружелюбие, уважение друг к другу; профилактика тревожного, агрессивного, конфликтного поведения.

1.3. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Средний дошкольный возраст:

В соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями: ребенок осознает свои эмоции, чувства, обсуждает их; способен избавляться от обид, находит выход из конфликтных ситуаций; ребенок передает образы через мимику, пантомимику, художественно изобразительные средства; умеет расслабляться; у ребенка формируется уважительное отношение к сверстникам, взрослым; навыки конструктивного, ненасильственного взаимодействия со сверстниками, саморегуляции; свободно и естественно проявляет свои чувства, эмоции, осознанно регулирует эмоциональные состояния.

Старший дошкольный возраст:

В соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями: ребенок осознает свои эмоции, чувства, умеет обсуждать их; избавляться от обид, находит выход из конфликтных ситуаций; контролирует свое поведение адекватно обстановке, проявляет выдержку, самостоятельность, инициативность; сформировано уважительное отношение к сверстникам, взрослым; использует навыки конструктивного, ненасильственного взаимодействия со сверстниками, саморегуляции; сформирован устойчивый познавательный интерес, познавательная активность, потребность в самоизменении; свободно и естественно проявляет свои чувства, эмоции, осознанно регулирует и контролирует эмоциональные состояния; оказывает помощь и поддержку сверстнику, если тот огорчен, опечален, расстроен, рассержен; принимает на себя роли, даже отрицательные.

2.1. ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ «ГАРМОНИЯ» В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ

№ занятия	Тема	Задачи	Содержание (формы работы)
1	<i>I блок «Детский сад, встречай ребят!»</i> Игровой сеанс «Как ежонок Пыф в детский сад собирался»	- познакомить детей между собой; - установить контакт, доверительные отношения; - создать благоприятный психологический микроклимат в группе	1. Игра «Мячик» (знакомство) 2. Работа со сказкой 3. Пальчиковая игра «Апельсин» 4. Игра «Кошечки и собачки» 5. Психогимнастика «Ежики» 6. Прощание, выход из сказки

2	Игровой сеанс «Первый день в детском саду»	- развивать у детей уверенность в себе, чувство сплоченности, умение сочувствовать, помогать друзьям	1. Игра «Запоминаем имена» 2. Работа со сказкой 3. Пальчиковая игра «На лужок» 4. Игра «Зайка серенький» 5. Игра «Угадай по голосу» 6. Музыкальная релаксация, выход из сказки
3	Игровой сеанс «Упрямый Лисенок»	- развивать чувство сплоченности в детском коллективе; - развивать пальцевую моторику; - выявлять вкусовые предпочтения детей	1. Игра «Настроение» 2. Работа со сказкой 3. Пальчиковая гимнастика «Лисичка» 4. Музыкальная игра «Туфелька» 5. Игра «Непослушный шарик» 6. Релаксация, выход из сказки
4	Игровой сеанс «Волчонок, который хотел кусаться»	- снижать/уменьшать уровень тревожности и агрессивность по отношению к сверстникам; - развивать произвольность в поведении, умение следовать правилам игры	1. Пальчиковая игра «Серенький волчонок» 2. Работа со сказкой 3. Музыкальная игра «Четыре шага» 4. Подвижная игра «Волчок, угадай» 5. Игра «Ласковый дождик» 6. Релаксация, выход из сказки
5	Игровой сеанс «Неуклюжий медвежонок»	- формировать толерантное отношение к сверстникам; - развивать умение сочувствовать, помогать другим в преодолении трудностей	1. Игра «Приветствие» 2. Работа со сказкой 3. Пальчиковая гимнастика «Мишка косолапый» 4. Игра «Угадай, кто жужжит» 5. Музыкальная игра «Медвежата» 6. Релаксация, выход из сказки
6	Игровой сеанс «Шустрый Бельчонок»	- развивать умение действовать в соответствии с правилами игры, зрительное восприятие, произвольность	1. Игра «Магнит» 2. Работа со сказкой 3. Пальчиковая гимнастика «Белка» 4. Игра «Тихий колокольчик»

			5. Упражнение «Перо на ветру» 6. Прощание, выход из сказки
7	«Девочка Осень» (А. Коротун)	- актуализировать сенсорные каналы восприятия, - снизить психоэмоциональное и мышечное напряжение, - развивать творческое воображение, мелкую моторику рук	1. Игра «Да и Нет» 2. Работа со сказкой: - какого Осень цвета, - как/чем Осень пахнет, - какой у Осени вкус, - какая Осень на ощупь, - на что похожа Осень. 3. Физминутка «Осень пришла» 4. Пальчиковая гимнастика «Дождик» 5. Завершение
8	Игровой сеанс «Незнакомый зверь»	- воспитывать толерантное отношение к людям других национальностей, - формировать чувство принадлежности к группе, - развивать уверенность в себе	1. Игра «Аплодисменты» 2. Работа со сказкой 3. Пальчиковая игра «Две мартышки» 4. Игра «Подхвати ритм» 5. Игра «Волна» 6. Музыкальная релаксация, выход из сказки
9	Игровой сеанс «Не такой, как все»	- развивать слуховое внимание, произвольность, умение замечать и ценить индивидуальные особенности каждого, - воспитывать толерантность по отношению друг к другу	1. Игра «Снежный ком» 2. Работа со сказкой 3. Музыкальная игра «Зверобика» 4. Игра «Я змея, змея, змея» 5. Упражнение «Пройди сквозь кольцо» 6. Прощание, выход из сказки
10	Игровой сеанс «Непослушный мышонок»	- формировать чувство принадлежности к группе, - развивать зрительное внимание, произвольность	1. Игра «Знакомство с Мышонком» 2. Работа со сказкой 3. Игра «Кто спрятался?» 4. Пальчиковая игра «Мышка»

			<p>5. Игра «Хитрый филин и мыши»</p> <p>6. Прощание, выход из сказки</p>
11	Игровой сеанс «Праздник осени»	<p>- формировать чувство принадлежности к группе, навыки социального поведения</p> <p>- снижать психоэмоциональное напряжение</p>	<p>1. Игра «Яблоко дружбы»</p> <p>2. Работа со сказкой</p> <p>3. Пальчиковая игра «Детский сад»</p> <p>4. Игра «Паутинка дружбы»</p> <p>5. Упражнение «Ручеек нежности»</p> <p>6. Игра «Пожелание», выход из сказки</p>
12	«Пуговица и рукавичка»	<p>- развивать произвольность психических процессов, зрительно-моторную координацию, творческое воображение и мышление, внимание, мелкую моторику рук</p> <p>- закреплять сенсорные навыки и представления,</p> <p>- воспитывать усидчивость и трудолюбие</p>	<p>1. Игра «Волшебный мешочек»</p> <p>2. Работа со сказкой</p> <p>3. Пуговичный бассейн (массаж)</p> <p>4. Упражнение «Передай пуговицу»</p> <p>5. Завершение</p>
13	«Почему снег белый»	<p>- актуализировать сенсорные каналы восприятия,</p> <p>- снизить психоэмоциональное и мышечное напряжение,</p> <p>- развивать творческое воображение, мелкую моторику рук</p>	<p>1. Игра</p> <p>2. Работа со сказкой:</p> <ul style="list-style-type: none"> - какого Зима цвета, - как/чем Зима пахнет, - какой у Зимы вкус, - какая Зима на ощупь, - на что похожа Зима. <p>3. Физминутка «Зимой»</p> <p>4. Пальчиковая гимнастика «Снежинки»</p> <p>5. Завершение</p>

14	<p>II блок «Психогимнастика для дошкольников» «Котята отправляются в путешествие»</p>	<p>- тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции - развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, - снимать/снижать психоэмоциональное напряжение</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Превращение в котят» 2. Гимнастика (чередование: прыжки, напряжение, расслабление, замирание) 3. Общение: эмоции горя/печали, счастья/радости 4. Поведение: упрямство/сочувствие 5. Завершение: показ действий по тексту песни «Котенок и щенок»
15	«Цирк»	<p>- тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции - развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, - снимать/снижать психоэмоциональное напряжение</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Автобус» 2. Гимнастика (Силач и клоун с гирями, Змея, Воздушные акробаты на канате/батуте, Тигры) 3. Общение: хвастовство и стыд 4. Поведение: упражнения «Клоун дразнит», «Слон обиделся», «Пожалеть слона», «Клоун просит прощения» 5. Завершение: танец «Кукарача»
16	«Колобки»	<p>- тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Колобки» 2. Гимнастика (чередование: ходьба быстро/медленно, напряжение/расслабление, пошевеливание) 3. Общение: наглость/удовольствие, застенчивость 4. Поведение: дружелюбие 5. Завершение: танец с носорогом

		<p>взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, - снимать/снижать психозэмоциональное напряжение 	
17	«Зоопарк»	<ul style="list-style-type: none"> - тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции - развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, -снимать/снижать психозэмоциональное напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Самый внимательный» 2. Гимнастика (Попугай, Леопард, Лебеди, Тюлень, Мартышка) 3.Общение:злость/насмешки/обида/жалость/сочувствие 4. Поведение: упражнение «Бездомный котенок» 5. Завершение
18	«Игры гномиков»	<ul style="list-style-type: none"> - тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции - развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, -снимать/снижать психозэмоциональное напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Маленькие гномики» 2. Гимнастика (Головки-бубенчики, Поединок в кругу, Кулачки-молоточки, Брызгалки, Прыжки сидя, Ходьба против ветра, В густом лесу) 3. Общение: эмоция удовлетворения, страха 4. Поведение: когда всем весело, а одному грустно 5. Завершение

19	«Волшебные цветы»	<p>- тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции</p> <p>- развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, -снимать/снижать психозэмоциональное напряжение</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Превращение в цветы» 2. Гимнастика (Бабочки, Стрекозы) 3. Общение: эмоция гнева, удовольствия 4. Поведение: Красная книга 5. Завершение: вальс цветов
20	«Встреча с Бабой Ягой»	<p>- тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции</p> <p>- развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, - снимать/снижать психозэмоциональное напряжение</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Платочек» 2. Гимнастика (Гуси-лебеди, Грозилки, Воробышек, Баба-Яга, Цветок, Охота) 3. Общение: эмоция злости 4. Поведение: отражение внутреннего негативного эмоционального напряжения 5. Завершение
21	«В кукольном театре»	<p>- тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Театр Буратино» 2. Гимнастика (чередование: напряжение/расслабление, резко/плавно, ритмично) 3. Общение: эмоция злости 4. Поведение: проявление доброты, хитрости, мудрости 5. Завершение

		<p>взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, - снимать/снижать психоэмоциональное напряжение 	
22	«Звездочеты»	<ul style="list-style-type: none"> - тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции - развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, - снимать/снижать психоэмоциональное напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Звездочеты» 2. Гимнастика (чередование: напряжение/расслабление рук, резко/плавно, ритмично, прыжки) 3. Общение: эмоции боли, страдания 4. Поведение: проявление сочувствия, сострадания 5. Завершение: «Кукла с мишкой»
23	«Птичий двор»	<ul style="list-style-type: none"> - тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции - развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, - снимать/снижать психоэмоциональное напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Гадкий утенок» 2. Гимнастика (Гуси, Индюк, Петух, Кошка, Утки) 3. Общение: эмоции страха, обиды, восхищения 4. Поведение: тренинг со сменой ролей 5. Завершение

24	«Прогулка в весеннем лесу»	<ul style="list-style-type: none"> - тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике/пантомимике (выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний), общие способности невербального взаимодействия, умение регулировать свои поведенческие реакции - развивать навык задерживать внимание на внутренних ощущениях, - снимать/снижать психоэмоциональное напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Лес» 2. Гимнастика (чередование: прыжки быстро/медленно, напряжение/расслабление, замирание) 3. Общение: хвостовство 4. Поведение: некрасивое поведение 5. Завершение: песенка мышонка «Чудесный день»
25	Сказка про весну (Д. Хохлова)	<ul style="list-style-type: none"> - развитие мелкой моторики и координации движений, воображения - актуализировать сенсорные каналы восприятия, - снизить психоэмоциональное и мышечное напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Имитационная игра «Солнышко» 2. Работа со сказкой: <ul style="list-style-type: none"> - какого Весна цвета, - как/чем Весна пахнет, - какой у Весны вкус, - какая Весна на ощупь, - на что похожа Весна. 3. Физминутка «Ветер» 4. Пальчиковая игра «Весна» 5. Завершение
26	III блок «Потрогаю, понюхаю, посмотрю, послушаю...» «Знакомство с Радужкой»	<ul style="list-style-type: none"> - снимать психоэмоциональное напряжение, - знакомить с понятиями «внутренний контур» и «внешний контур», - повышать групповую сплоченность 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упражнение «Знакомство с органами чувств» 3. Упражнение «Путешествие в Волшебную страну» 4. Упражнение Знакомство с Радужкой» 5. Рисование «Радужные портреты» 6. Прощание

27	«Знакомство с Ушастиком»	<ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать восприятие, - тренировать слуховые ощущения, - закреплять навыки исследования предметов с помощью соответствующих органов чувств 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упражнение «Путешествие в Волшебную страну» 3. Упражнение « В гости с Радужкой к Ушастику» 4. Массаж ушек 5. Игра «Угадай инструмент» 6. Прощание
28	«Знакомство с Ушастиком»	<ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать восприятие, - тренировать слуховые ощущения, - закреплять навыки исследования предметов с помощью соответствующих органов чувств 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упражнение «Путешествие в Волшебную страну» 3. Упражнение « В гости с Радужкой к Ушастику» 4. Массаж ушек 5. Игра «Угадай инструмент» 6. Прощание
29	« В гости к Нюх-Нюху»	<ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать восприятие, - тренировать обаяние, - закреплять навыки исследования предметов с помощью соответствующих органов чувств 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упражнение « В гостях у Нюх – Нюха» 3. Упражнение « Узнай по запаху» 4. Рисование «Цветок» 5. Прощание
30	«В гостях у Вкусика»	<ul style="list-style-type: none"> -совершенствовать восприятие, - тренировать вкусовые ощущения, - закреплять навыки обследования предметов с помощью соответствующих органов чувств 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Рисование «Лакомство для веселого человечка» 3. Упр. « В гости к Вкусику» 4. Игра « Определи на вкус» 5. Прощание
31	«Волшебная страна органов чувств»	<ul style="list-style-type: none"> - создать положительный эмоциональный фон, - закрепить представления об органах чувств, полученных на прошедших занятиях 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Беседа об органах чувств 3. Рисование « Свой портрет» 4. Прощание

32	« В гостях у Чувствительного»	<ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать восприятие, - тренировать тактильные ощущения, - закрепить навыки обследования предметов с помощью органов осязания 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упр. «В гости к Чувствительному» 3. Игра «Бирюльки» 4. Игра «Волшебный мешочек» 5. Прощание
33	«Потрогаю, понюхаю, посмотрю, послушаю....»	<ul style="list-style-type: none"> - закреплять навыки ассоциативно-образного восприятия, - формировать навыки осознания чувств, ощущений своего тела, - помогать осознавать эмоции и проживать их на телесном уровне 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Игра «Угадай, что спрятано?» 3. Игра «Угадай по вкусу» 4. Упр. «В гости к Восприятию» 5. Игра «Лимонная мозаика» 6. Прощание
34	«Веселые пуговицы»	<ul style="list-style-type: none"> - развивать координацию движений, мелкую моторику, тактильное восприятие, воображение - продолжать формировать чувство принадлежности к группе - снижать психоэмоциональное напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Девочки и мальчики» 2. Игра «Да – нет» 3. Игра «Гирлянда – бусы – браслет» (с использованием фетровых лент с пуговицей и прорезью) 4. Упражнение «Рисование пуговицами» 5. Прощание

2.2. ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ «ГАРМОНИЯ» В СТАРШЕЙ, ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППАХ

№ занятия	Тема	Задачи	Содержание (формы работы)
1	I блок «Моя первая ступень в телесный мир» «Карта телесного мира»	- развивать творческое и ассоциативное мышление, мелкую моторику, зрительно-моторную координацию, - расширять представления детей о телесном мире человека, - укреплять доверие в группе	1. Приветствие 2. Пальчиковая игра «Девочки и мальчики» 3. Игра «Что в мешочке лежит» 4. Ростовая кукла 5. Упражнение «Пуговка-рисовалочка» 6. Завершение
2	«Радость-1»	- расширять представления детей о радости, - развивать творческое мышление, координацию движений, произвольное улавливание ощущений тепла в теле	1. Приветствие 2. Физминутка «Дорожный танец» 3. Игра «Что в мешочке лежит» 4. Упражнение «Найди на теле» 5. Ассоциативная игра «На что похожа Радость?» 6. Завершение
3	«Радость-2»	- развивать гибкость поведения, осознание собственных чувств через окружающих, ассоциативное мышление, умение слушать других людей, - улучшить психоэмоциональное состояние	1. Приветствие 2. Работа со сказкой 3. Упражнение «Паутинка радости» 4. Осознавание радости через сенсорные каналы 5. Кинезиологическое упражнение «Лезгинка» 6. Завершение
4	«Радость-3»	- продолжать расширять представления детей о радости, - продолжать наблюдать за ощущениями в теле, - продолжать формировать положительный эмоциональный настрой	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика «Листья» 3. Игра «Что в мешочке лежит» 4. Изготовление человечков 5. Город радостных людей (оформление) 6. Завершение

5	«Осенние листочки» (оригами)	- развивать произвольность, усидчивость, внимание, мелкую моторику	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика «Листья» 3. Работа с бумагой 4. Беседа «Настроение листочка» 5. Завершение
6	«Страх-1»	- расширять представления детей о страхе, - развивать произвольное улавливание неприятных ощущений холода в теле, фантазию и творческую инициативу - продолжать улучшать координацию и мелкую моторику рук	1. Приветствие 2. Упражнение «Дорожный танец» 3. Работа со сказкой («Страшный Страх») 4. Физминутка «Дождь» 5. Упражнение «Найди на теле» 6. Завершение
7	«Страх-2»	- продолжать расширять представления детей о страхе, - воспитывать взаимопонимание, дружелюбие, уважение друг к другу	1. Приветствие 2. Физминутка «Дорожный танец» 3. Игра «Что в мешочке лежит» 4. Ростовая кукла 5. Ассоциативная игра «На что похож Страх?» 6. Завершение
8	«Страх-3»	- наблюдать за ощущениями в теле, - снимать усталость и напряжение глаз, профилактика глазных заболеваний, - продолжать расширять представления детей о страхе	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика "Дождик" 3. Глазодвигательное упражнение «Ежик» 4. Просмотр мультфильма «Ежик в тумане» 5. Волшебный стишок «Страх, страшок, страшилка» 6. Завершение

9	«Страх-4»	<ul style="list-style-type: none"> - продолжать наблюдать за ощущениями в теле, - формировать положительный настрой, - снимать мышечные зажимы 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Игра «Что в мешочке лежит?» 3. Изготовление человечков 4. Просмотр мультфильма «Волшебные фонарики» 5. Фотография страха 6. Завершение
10	«Злость-1»	<ul style="list-style-type: none"> - расширять представления детей о злости, - развивать произвольность, - создавать благоприятные условия для проявления чувств 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Дорожный танец 3. Игра «Что в мешочке лежит?» 4. Упражнение «Встреча с эмоцией» 5. Ростовая кукла 6. Завершение
11	«Злость-2»	<ul style="list-style-type: none"> - расширять представления детей о злости, - развивать творческое мышление, координацию движений, способность произвольно чувствовать напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Работа со сказкой 3. Игра «Шкала злости» 4. Упражнение «Пружина злости» 5. Упражнение «Найди на теле» 6. Завершение (мешочек злости)
12	«Злость-3»	<ul style="list-style-type: none"> - расширять представления детей о злости, - развивать творческое мышление, координацию движений, способность произвольно чувствовать напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Игра «Что в мешочке лежит?» 3. Осознавание злости через сенсорные каналы 4. «Сердитый дог Буль» (короткая сказка) 5. Изготовление пружины злости 6. Завершение
13	«Злость-4»	<ul style="list-style-type: none"> - обобщать представления детей о злости и причинах агрессивного поведения, - формировать положительный эмоциональный настрой, моральные представления, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Игра «Что в мешочке лежит?» 3. Изготовление человечков 4. Короткий мультфильм про злость 5. Завершение

		- закреплять навыки снятия психоэмоционального напряжения	
14	«Пингвин» (оригами)	- развивать произвольность, усидчивость, внимание, мелкую моторику	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика «Снежинки» 3. Работа с бумагой 4. Физминутка «Пингвины» 5. Завершение
15	«Грусть-1»	- расширять представления детей о грусти, - развивать произвольность, навыки управления своей эмоциональной сферой, - создавать благоприятные условия для проявления чувств	1. Приветствие 2. Дорожный танец 3. Игра «Что в мешочке лежит?» 4. Упражнение «Встреча с эмоцией» 5. Ростовая кукла 6. Завершение
16	«Грусть-2»	- расширять представления детей о грусти, - развивать произвольность, - создавать благоприятные условия для проявления чувств, - тренировать узнавание эмоций по внешним сигналам	1. Приветствие 2. Игра «Что в мешочке лежит?» 3. Осознавание грусти через сенсорные каналы 4. Упражнение «Платочек» 5. Найди на теле 6. Завершение
17	«Грусть-3»	- закреплять представления детей о грусти. - развивать произвольность, навыки управления своей эмоциональной сферой, воображение, - формировать умение вызвать улыбку у человека с плохим настроением	1. Приветствие 2. Игра «Что в мешочке лежит?» 3. Изготовление человечков 4. Работа со сказкой 5. Фотография грусти 6. Завершение

18	«Спокойствие-1»	<ul style="list-style-type: none"> - расширять представления детей о спокойствии, - развивать способность к саморегуляции, умение произвольно напрягать и расслаблять отдельные группы мышц, - создавать благоприятные условия для проявления своих чувств 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие (релаксация) 2. Дорожный танец 3. Игра «Что в мешочке лежит?» 4. Упражнение «Встреча с эмоцией» 5. Ростовая кукла 6. Завершение
19	«Спокойствие-2»	<ul style="list-style-type: none"> - расширять представления детей о спокойствии, - развивать творческое мышление, координацию движений, - снимать мышечные зажимы 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Осознавание грусти через сенсорные каналы 3. Найди на теле 4. Короткий релаксационный мультфильм «Аквариум» 5. Изготовление человечков 6. Завершение
20	«Спокойствие-3»	<ul style="list-style-type: none"> - развитие творческого мышления, координации движений, - наблюдать за ощущениями в теле, - снизить психоэмоциональное напряжение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Игра «Что в мешочке лежит?» 3. «Картина спокойствия» 4. Завершение
21	«Удивление»	<ul style="list-style-type: none"> - расширять представления детей об удивлении, - знакомить детей с чувством удивления, - закреплять мимические навыки, - способствовать открытому проявлению эмоций социально - приемлемыми способами (словесными, творческими, физическими) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Дорожный танец 3. Упражнение «Встреча с эмоцией» 4. Упражнение «Удивительные запахи» 5. Фокус со стаканом 6. Завершение, рефлексия

22	«Зависть»	<ul style="list-style-type: none"> - расширять представления детей о зависти, - формировать умение изображать зависть с помощью мимики, жестов, поз, - воспитывать у детей умение радоваться успехам окружающих людей, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Короткий мультфильм «Зависть – плохая привычка» 3. Беседа «Когда я завидую...» 4. Осознавание зависти через сенсорные каналы 5. Упражнение «Встреча с эмоцией» 6. Завершение (стих «Про малышей и Злюку-зависть»)
23	«Рыжая лисичка» (оригами)	<ul style="list-style-type: none"> - развивать произвольность, усидчивость, внимание, мелкую моторику 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика «Звери» 3. Работа с бумагой 4. Игра «Море волнуется» 5. Завершение
24	«Вина (стыд)»	<ul style="list-style-type: none"> - расширять представление детей о чувстве стыда/вины, - учить детей воспринимать друг друга, открывать для себя новое в окружающих людях, - формировать у детей представление о том, что любые поступки имеют последствия, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Работа со сказкой («Енот Тёма», О. Хухлаева) 3. Осознавание вины/стыда через сенсорные каналы 4. Беседа «Мне было стыдно, когда...» 5. Упражнение «Стыдно – это когда...» 6. Завершение (игра «Коробка спичек»)
25	«Дружба крепкая»	<ul style="list-style-type: none"> - развивать социально-коммуникативные навыки, умение оценивать ситуацию и поведение окружающих, - закреплять и обобщать представления детей о доброжелательном отношении к сверстникам, - воспитывать доброе отношение друг к другу 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Ассоциативная игра «Дружба похожа на...» 3. Пальчиковое упражнение «Дружат в нашей группе» 4. Короткий мультфильм о дружбе 5. Законы (секреты) дружбы 6. Завершение (игра «Паутинка дружбы»)

26	Творческая мастерская «Вздохмаченные человечки»	- закреплять полученные представления, - развивать умение передавать эмоции художественными средствами. - продолжать формировать положительный эмоциональный настрой	1.Приветствие 2.Изготовление портретов 3. Завершение
27	II блок «Играя – развиваюсь» «Самые внимательные-1»	- развивать внимание и память, координацию движений	1. Приветствие 2. упражнение «Три мудреца» 3. «Найди одинаковые предметы» 4. «Найди 10 отличий» 5. «Запомни рисунок» (ответить на вопросы) 6. Завершение
28	«Самые внимательные-2»	- развивать внимание и усидчивость, координацию движений, мелкую моторику	1. Приветствие 2. Лабиринт 3. Найди тень 4. Физминутка «Здравствуй, вольный ветерок» 5. Раскрась по цифрам 6. Завершение
29	«Мир пуговиц-1»	- развивать мелкую моторику, тактильное восприятие, точность движений и внимание, воображение -	1.Приветствие 2.Дидактическое упражнение «Яблонька» 3.Пуговичный массаж 4. Игры-соревнование: «Подними пуговицу», «Пирамида» 5. Бабушкина пуговица 6.Завершение
30	«Мир пуговиц-2»	- развивать мелкую моторику, тактильное восприятие, точность движений и внимание, воображение	1. Приветствие 2. Игра «С пальца на палец» 3. Шнуровка 4. Физминутка «Пуговка» 5. Дидактическая игра «Найди по адресу»

		- воспитывать трудолюбие, аккуратность в работе, бережное отношение к общественному и личному имуществу,	6. Завершение
31	«Дружные пальчики -1»	- развивать внимание, память, воображение, пальцевую моторику	1. Приветствие 2. Упражнение «Моя семья» 3. Работа со сказкой «Репка» (по мотивам русской народной сказки) 4. Упражнения: «Пароход», «Очки», «Стул», «Цепочка» 5. Завершение (массаж)
32	«Дружные пальчики-2»	- развивать внимание, память, воображение, пальцевую моторику	1. Приветствие 2. Упражнения: «Скворечник», «Собака», «Кошка», «Мышка» 3. Работа со сказкой-притчей «Пять пальцев-братьев» 4. Пуговичная мозаика 5. Завершение (массаж)
33	«Буквы разные писать...» (профилактика дисграфии)	- развивать слоговую структуру слова, - формировать моторные функции	1. Приветствие 2. Игра «Бабочки и цветы» 3. Игра «Делай как я» 4. Игра «Передай привет» 5. Упражнения: «Подбери картинку», «Угадай начало/конец слова», «Есть или нет?» 6. Завершение
34	«Встречаем лето»		1. Приветствие 2. Малоподвижная игра «Можно – нельзя» 3. Ассоциативная игра «На что похоже лето?» 4. Работа со сказкой 5. Игра «Чудесный лес» (воображение) 6. Прощание

Все виды деятельности и формы работы на занятиях взаимосвязаны и взаимодействуют. Для поддержания интереса у детей используются сказочные персонажи. А сказочные путешествия помогают ребенку справиться с различными психологическими проблемами, выразить свои мысли и чувства.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ

В качестве основных методов и приемов используются: беседы, решение проблемных ситуаций; арт-терапевтические приемы и техники (игротерапия, сказкотерапия, изотерапия, фильмотерапия, работа с песком и пуговицами, коллажирование), оригами, психогимнастика.

3.2. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ МАТЕРИАЛАМИ И СРЕДСТВАМИ ОБУЧЕНИЯ

1. Предметные, сюжетные ситуационные, разрезные картинки, иллюстрации.
2. Игротека с необходимыми атрибутами.
3. Подборка произведений художественной литературы, видеоматериала.
4. Карточки-схемы с изображением эмоций.
5. Музыкальная фонотека.
6. Материалы для изобразительной деятельности.
7. Игрушки.
8. Коврик для релаксации.

3.3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Алябьева Е.А. «Занятия по психогимнастике с дошкольниками. – Москва: ТЦ Сфера, 2008г.

2. Донскова Н.И. «Детский сад, встречай ребят!», Москва, Генезис, 2015г.
3. Крюкова С.В. « Давайте жить дружно», Москва, Генезис, 2015г.
4. Крюкова С.В. «Здравствуй, я сам», Москва, Генезис, 2015г.
5. Крюкова С.В. «Удивляюсь, Злюсь, Боюсь...», Москва, Генезис, 2015г.
6. Стародубцева И.В. « Игровые занятия по развитию памяти, внимания, мышления и воображения у дошкольников». - Москва, «Аркти», 2009г.
7. Сиротюк А.Л. «Коррекция развития интеллекта дошкольников». – Москва: ТЦ Сфера, 2003г.
8. Тихомирова Л.Ф. « Познавательные способности детей 5-7 лет», Ярославль, «Академия развития», 2006г.
9. Хазиева Р.К. «25 историй для преодоления детских комплексов», Санкт-Петербург, «Литера», 2011г.
10. Шапиро Е.И. «Дерется, кусается, ёще и обзывается!», Санкт-Петербург, «Литера», 2013г.
11. Интернет-источники (подборка развивающих игр и упражнений с пуговицами)