

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «ЛЕСНАЯ ПОЛЯНА»
ПГТ.НОВЫЙ УОЯН, БУРЯТИЯ**

Воспитатель Титова Марина Викторовна

**Программа по формированию психологического здоровья
дошкольников с помощью сказкотерапии
«Здравствуй, сказка»**

ВВЕДЕНИЕ

Сказка - древнее знание, зашифрованное в привлекательных образах и интригующих ситуациях. Изначально сказка была жанром, предназначенным для взрослых людей, она поучала, объясняла, давала ответы на самые сложные вопросы бытия. Каждый открывал в ней тот смысл, который был наиболее созвучен мироощущению, который мог дать ответ на внутренний вопрос. В этом секрет «вечной молодости» сказок.

Сказка – это сфера чудес, нежный мир грез и фантазий. Но самое главное в ней не то, что чудеса происходят в самой сказке, а то, что она может творить чудеса с любым, кто с ней соприкоснется. Нужно только внимательно прислушаться к ней, ведь не зря сказки существуют уже не одну тысячу лет.

Сказка это не просто развлечение, увлекающее ребенка в волшебную страну грез и фантазий. Развлекающая функция сказки лишь одна из многих. Сказка – это еще и верный друг, и мудрый воспитатель. Сказка воспитывает характер и помогает ребенку разобраться в том, что такое хорошо и что такое плохо.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На рубеже XX и XXI веков в России произошли перемены социально - экономического и политического характера, повлекшие за собой изменения и в сфере морально - нравственных ценностей и норм поведения в обществе. Специалисты стали говорить о проблемах в воспитании духовно-нравственных качеств подрастающего поколения. В нравственном воспитании современных детей наметились негативные тенденции: книги ушли на второй план, их место занял экран телевизора, с которого в жизнь ребенка теперь постоянно входят персонажи сказок, герои мультфильмов, не всегда отличающиеся душевностью или нравственной чистотой. В образовании детей дошкольного возраста взрослые больше внимания стали уделять познавательному развитию, подготовке воспитанников к школе. Родители покупают своим детям красочные энциклопедии, водят на дополнительные занятия к педагогам-репетиторам, не жалея на обучение ни времени, ни денег. А вот на совместное с детьми чтение книг, на изготовление подарков близким, на прогулки, совместные игры и содержательное общение в диалоге «родители-ребенок» времени не хватает. А кто же даст ребенку уроки нравственности? Кто научит его в первую очередь быть добрым, чутким, честным, справедливым? Наблюдения и анализ детской деятельности выявили, что есть необходимость создания и внедрения в образовательный процесс программы по формированию психологического здоровья дошкольников с помощью сказкотерапии.

Проведенные исследования в дошкольных учреждениях свидетельствует о неблагополучии душевного здоровья дошкольников. У большинства детей

зарегистрирован низкий уровень самооценки, у 40% детей отмечается высокий уровень тревожности, 25% детей высокий уровень агрессивности. В связи с этим возникает потребность в коррекции эмоционально-поведенческих проблем, развитии духовно-нравственных качеств детей. С этой целью была разработана и внедрена в образовательный процесс программа по формированию психологического здоровья дошкольников «Здравствуй, сказка». В программе использован потенциал психотерапевтических, психокоррекционных и художественных сказок.

Для непосредственного сказкотерапевтического воздействия используется три вида сказок:

- Художественные (народные и литературные), т.е. традиционные;
- Психокоррекционные;
- Психотерапевтические;

Психотерапевтические сказки – особый вид сказок, которые раскрывают глубинный смысл происходящих событий. Они не всегда однозначны, не всегда имеют традиционно счастливый конец, но всегда глубоки и проникновенны. Эти сказки посвящены проблемам жизни и смерти, отношению к потерям и приобретениям, любви и выбору правильного пути в жизни. Вовремя рассказанная сказка для ребенка значит столько же, сколько психологическая консультация для взрослого. Отличие только в том, что от ребенка не требуют вслух делать выводы и анализировать, что с ним происходит: работа идет на внутреннем, подсознательном уровне.

Психокоррекционные сказки – используются для мягкого влияния на поведение и мировоззрение ребенка, для преодоления его психологических проблем. Сказки этого типа используются для корректировки тех или иных черт характера ребенка, которые затрудняют его жизнь. Это может быть излишняя стеснительность, неопрятность, капризность, хвастовство, склонность решать свои проблемы при помощи агрессии... Психокоррекционные сказки могут научить детей вежливости, доброжелательному отношению к окружающим, бережному отношению к природе... При этом, они еще и усиливают природный созидательный потенциал и творческие способности ребенка.

Влияние психокоррекционных сказок можно назвать «мягким намеком» - ребенку просто рассказывается сказка, в которой на примере главного героя показывается, как нужно поступать в той или иной ситуации или как нужно правильно себя вести.

Сказки несут в себе большой потенциал положительных нравственных поучений. При помощи сказок можно развивать духовно-нравственные качества (мудрость, мужество, справедливость, дружбу, добро, милосердие, долг, отзывчивость, смелость, щедрость и др.). Сила воздействия образа и сюжета сказки такова, что уже в процессе первого чтения малыши ярко проявляют свои симпатии и антипатии в отношении персонажей сказок, всецело встают на сторону угнетаемых, обездоленных, готовы прийти им на помощь. Сильной стороной сказок является их активная, действенная направленность на победу добра. Дети искренне радуются, что побеждает справедливость: добрые люди выходят из беды, а злые погибают, т. е. зло наказано, добро восторжествовало. Дети хотят, чтобы и в жизни всегда так было.

Сказка учит детей слушать и слышать других людей. Но еще сказка помогает родителям найти общий язык с ребенком, подружиться с ним, помочь ему решить первые трудности. Часто получается так, что напрямую выяснить, что конкретно тревожит ребенка, у родителей никак не выходит, так как многие дети стесняются тех страхов, которые их мучают. В этом случае на помощь приходит сказкотерапия – ребенку гораздо легче рассказать о том, что беспокоит и тревожит не его самого, а далекого сказочного героя. Следовательно, одной из важнейших задач сказкотерапии является выявление

актуальных проблем ребенка и психологическая помощь. Сказкотерапия позволяет взглянуть на любую жизненную ситуацию с разных сторон и увидеть различные пути решения проблемы. Это дает возможность выработать эффективный план действий.

Самое главное, в результате сказкотерапии ребенок чувствует поддержку и равнодушие взрослых.

Сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги, и каждый специалист находит в сказке тот ресурс, который помогает ему решать его профессиональные задачи.

ЦЕЛЬ: Воспитание ценностных ориентаций посредством сказки, формирование психологического здоровья дошкольников.

ЗАДАЧИ:

1. Обучать положительному самоотношению и принятию других людей; развивать интерес к своей личности, раскрывать свое «Я», повышать самооценку;
2. Формировать у детей представление о внутреннем мире человека, о его месте в окружающем мире;
3. Развивать у детей умение чувствовать и понимать другого;
4. Обучать рефлексивным умениям.

Программа «Здравствуй сказка» предусматривает фронтальное (подгрупповое) занятие – 1 раз в неделю.

Перед началом занятий изучаются особенности каждого ребенка, используя не только психологическое тестирование и анкетирование, но и результаты наблюдения.

На диагностическом и контрольном этапе используются следующие методики:

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).

Сказкотерапия широко использует ресурсы сказок для решения целого ряда задач: воспитания, образования, развития личности и коррекции поведения дошкольников. Сказки помогают детям разобраться, что хорошо, а что плохо, отличить добро и зло. Из сказки дети получают информацию о моральных устоях и культурных ценностях общества; расширяют кругозор: развивают речь, фантазию, воображение; развивают нравственные качества: доброту, щедрость, трудолюбие, правдивость. Сказкотерапию следует рассматривать и как метод, который позволяет детям развивать творческие способности и совершенствовать их взаимодействия с окружающим миром. Сказка осуждает такие свойства человеческого характера как лень, жадность, упрямство, трусость, и, одобряет трудолюбие, смелость, верность.

Структура занятий

Структура занятий по формированию психологического здоровья дошкольников состоит из следующих этапов:

1. Приветствие

2. Мысленная картинка
3. Игровые приемы
4. Чтение сказки
5. Беседа, обсуждение сказки
6. Прощание.

Занятие делится на несколько этапов: 1) создание «мысленной картинки» – дети мысленно рисуют картинку на определенную тему, а затем рассказывают о том, что у них получилось; 2) в ходе обсуждения рассказов психолог 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, психолог вместе с детьми, обсуждает сказку.

В зависимости от содержания, 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, по-настоящему? Случались ли у тебя похожие ситуации? Чему мы можем научиться у этой сказки? Как можно применить полученные знания в жизни?

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 ролевую 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 (льва и зайца, волка и цыпленка), сказочных персонажей (Кощей Бессмертного, Змея Горыныча и т.п.), социальных семейных ролей (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: 1) игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому вербальное или невербальное «поглаживание»; 2) игры и задания, способствующие углублению осознания сферы общения; 3) 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, невербальные и «мысленные картинки».

Вербальные игры представляют собой либо придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации (например: «Что произойдет, если...»), либо коллективное сочинение сказок.

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.

Также часто используются «мысленные картинки». Дети закрывают глаза и под музыку (звук 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.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа по формированию психологического здоровья дошкольников «Здравствуй сказка» включает в себя 4 раздела (по возрастам):

Раздел 1. Этот странный взрослый мир (формирование потребности в общении, введение в мир чувств и осознания чувств).

Раздел 2. Тайна моего «Я» (формирование образа собственного «Я»).

Раздел 3. Умение владеть собой (формировать умение согласовывать свои желания со своими возможностями).

Раздел 4. Я учусь дружить. Дорога к школе (формирование потребности в общении со сверстниками, формирование мотивации учения).

Этот странный взрослый мир

В младшем возрасте дети эгоцентричны: они еще не понимают, что у других людей могут быть свои представления о чем-либо, отличные от их представлений. Как правило, в этом возрасте дети не умеют взглянуть на объект с позиции другого человека. В 3-4 года ребенку важно, чтобы его старания были оценены. Он радуется вниманию со стороны окружающих, однако часто порицает других, жалуется на сверстников. Доброжелательность необходимо воспитывать.

На занятиях с детьми проигрываются игры и рассказываются короткие истории и сказки о животных, о взаимодействии людей и животных. В этом возрасте дети часто

идентифицируют себя с животными, легко перевоплощаются в них, копируя их манеру поведения.

Неумение правильно выразить свои чувства, скованность, неловкость или неадекватность мимико-жестовой речи затрудняют общение детей между собой и со взрослыми. Непонимание другого часто становится причиной страха, отчужденности, враждебности.

Именно с этого раздела мы начинаем постепенно вводить детей в мир сказки, понимать и осознавать смысл рассказанной истории, переносить поведение животных на себя.

В игре дети часто подражают взрослым, повторяют их слова и выражения, движения и действия. Эта способность к подражанию помогает им развивать символическое мышление, а также способствует закреплению образов поведения, свойственных взрослым.

Тайна моего «Я»

С 4-5 лет ребенок достигает значительных успехов в осмыслении собственного «Я», самооценке, общении, обучении, освоении навыков, самостоятельности.

Поэтому именно в этом разделе детям читаются сказки о добре и зле, о чувствах, о честности, отзывчивости, о капризах и как с ними справляться

В сказке в символической форме содержится информация о том: как устроен этот мир, кто его создал; что происходит с человеком в разные периоды его жизни, какие трудности и препятствия можно встретить в жизни и как с ними справляться; как приобретать и ценить дружбу и любовь; какими ценностями руководствоваться в жизни; как строить отношения с родителями и детьми; как прощать.

В играх, которые мы играем с детьми, они учатся помогать друг другу, учатся достойно проигрывать. В игре формируется самооценка.

Умение владеть собой

Важную роль в процессе общения играет умение управлять своим поведением, контролировать свою речь и поступки, развивать внимание к окружающим людям. В процессе формирования личности ребенка складывается определенная система отношений: к себе, к другим, к жизни.

К себе – с чувством собственного достоинства, но без зазнайства, без переоценки своих возможностей, без эгоизма. К другим – с чувством собственного достоинства, но уважая при этом чувство достоинства других, на равноправной основе. К жизни – с чувством собственного достоинства, со знанием своих прав, обязанностей, оптимистично.

С 5 лет ребенок может идентифицировать себя с человеческими персонажами. Примерно с 5-6 лет ребенок предпочитает волшебные сказки. Читая или слушая их, ребенок «вживается» в повествование. Он может идентифицировать себя с главным героем и с другими одушевленными персонажами. При этом развивается способность децентрироваться, вставать на место другого.

Сказка служит одним из доступных путей переноса своих собственных переживаний на другого и, наоборот, осознания своих собственных чувств через окружающих. Поэтому, воспринимая сказку, дети на занятиях, во-первых, сравнивают себя со сказочным героем, и это позволяет чувствовать и понимать, что не у них одних

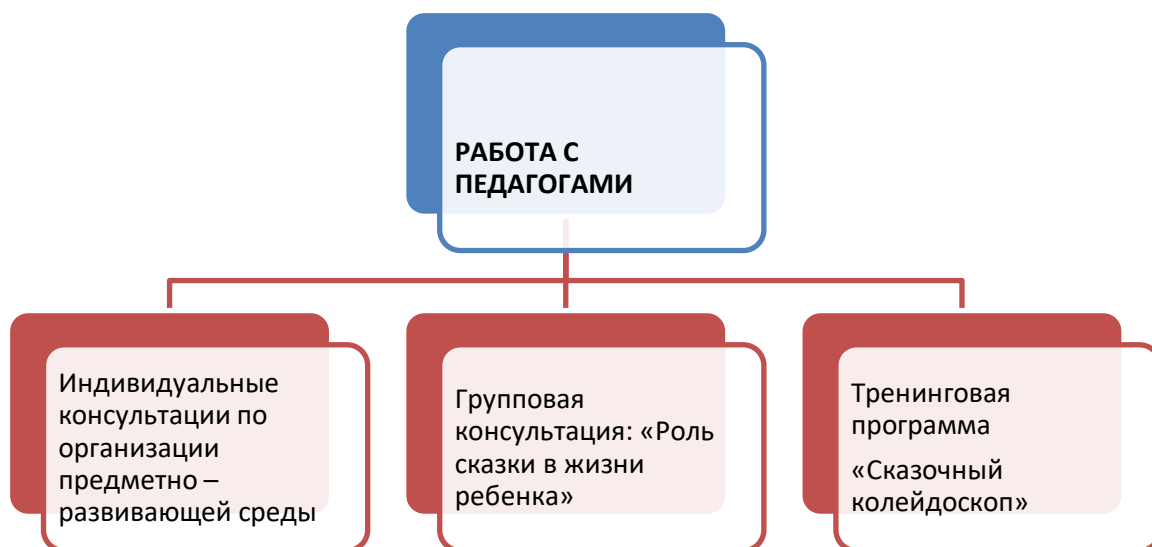
есть проблемы и переживания. Во-вторых, посредством ненавязчивых сказочных образов детям предлагаются выходы из различных сложных ситуаций, пути решения возникших конфликтов, позитивная поддержка их возможностей и веры в себя.

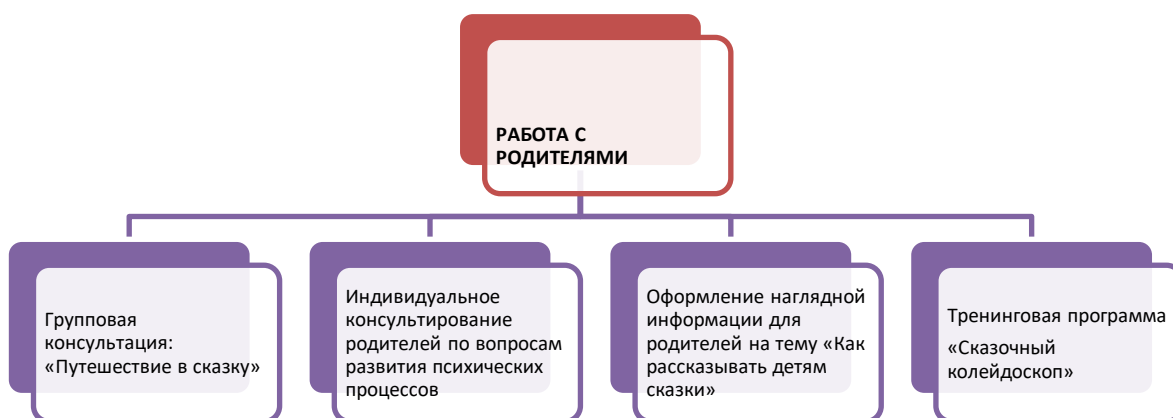
Я учусь дружить. Дорога к школе

Форма общения между дошкольниками отличаются от тех, которые свойственны младенцам. Тесные контакты с родителями, которые являются характерными для детей до трех лет, теперь постепенно ослабевают, все большее значение приобретают их отношения со сверстниками. Старшие дошкольники лучше контролируют свое поведение и поэтому с большим успехом налаживают сотрудничество с другими детьми при достижении какой-то общей цели. К шести годам коммуникабельность значительно возрастает. Общаясь с детьми, ребенок научится не только считаться с другими, но и постоять за себя. В этом возрасте появляются первые привязанности, которые представляют зародыши дружбы. Поэтому в этом разделе подбирались сказки и игровые ситуации о дружбе, чувствах, которые мешают дружить, о том, как помочь изменить чувства другого человека, о силе воле.

К старшему дошкольному возрасту дети приобретают определенный кругозор, запас конкретных умений. В процессе приобретения этих знаний формируется необходимая будущему первокласснику интеллектуальная активность, рождается радость познания. Сказки и специально подобранные игровые ситуации помогают детям принять роль ученика, формировать положительное отношение к школе.

Реализовывая программу, рекомендуется активно привлекать ближайшее социальное окружение. Окружение ребенка – родители, воспитатели, предметно-развивающая среда – играет решающую роль в его психическом развитии.





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, даются 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.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Программа «Здравствуй, сказка» разработана с учетом возрастных особенностей. Занятия проводятся психологом, но могут проводиться и воспитателем в течение всего года. Продолжительность занятия зависит от возраста детей: для детей 3-4 лет – 15 минут, для детей 4-5 лет – 20 минут, для старших дошкольников – 25 минут.

Большое значение имеет размещение детей в комнате. Дошкольников лучше всего рассаживать «парашютиком», то есть полукругом-куполом, ведущий при этом находится на некотором расстоянии от купола.

Программа рассчитана на 4 года обучения.

№ п/п	Разделы программы	Количество часов		
		Неделю	Месяц	Год
1.	Этот странный взрослый мир.	1	4	24
2.	Кто я? Мои чувства.	1	4	24
3.	Умение владеть собой	1	4	24
4.	Я учусь дружить. Дорога к школе	1	4	24

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Для детей 3-4 лет (младший возраст)

Задачи:

1. Формировать умения принимать самого себя и других людей;
2. Формировать умения осознавать свои чувства;
3. Обучать детей положительному самоотношению и принятию других людей;
4. Формировать потребность в саморазвитии;
5. Обучать рефлексивным умениям.

ОКТЯБРЬ

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»

	<p>Игра «Стрелочка»</p> <p>Игра «То, что я люблю делать»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
8	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Карандашик - кисточка»</p> <p>Игра «Стрелочка»</p> <p>Рассказ «Вот так» - театр</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>

ДЕКАБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
9	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Дружба начинается с...»</p> <p>Упражнение «Сочиним историю»</p> <p>Игра «Поехали, поехали»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
10	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Пальцы - дождик»</p> <p>Игра «Зеркало»</p> <p>Игра «Я бросаю тебе мяч: кто как грустит»</p> <p>Игра «У кого больше любимок»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
11	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Пальцы - зайцы»</p> <p>Игра «Мы солдаты»</p> <p>Рассказ «Кто как обижается»</p> <p>Беседа, обсуждение рассказа</p> <p>Игра «Черепашка»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
12	<p>Приветствие</p>

	<p>Игра «Добрые - злые»</p> <p>Игра «Зеркало»</p> <p>Игра «Пальцы – звери добрые, пальцы – звери злые»</p> <p>Упражнение «Кто больше знает мирилок»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
--	---

ЯНВАРЬ

№ занятия	Содержание занятия
13	<p>Приветствие</p> <p>Упражнение «Превратились»</p> <p>Сказка «Корова Буренка»</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Пантомимический этюд «Горе»</p> <p>Игра «Природные явления»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
14	<p>Приветствие</p> <p>Сказка «Кот Васька»</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Пантомимический этюд «Удивление»</p> <p>Игра «Если «да» - похлопай, если «нет» - потопай»</p> <p>Пальчиковая игра «Поссорились, помирились»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
15	<p>Приветствие</p> <p>Упражнение «Моем стекла»</p> <p>Сказка «Добрая темнота»</p> <p>Беседа и обсуждение сказки</p> <p>Игра «Ну – ка игрушки, поменяйтесь местами»</p> <p>Игра «Танец мира»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
16	Приветствие

	<p>Сказка «Цыпленок - хвастунишка»</p> <p>Беседа и обсуждение сказки</p> <p>Этюд «Поучение»</p> <p>Упражнение «Угадай по музыке»</p> <p>Игра «Ветер, ветерок, ураган»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
--	---

ФЕВРАЛЬ

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

	<p>Сказка «Теремок»</p> <p>Обсуждение сказки, беседа</p> <p>Игра «Мышь и мышеловка</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
--	--

МАРТ

№ занятия	Содержание занятия
21	<p>Приветствие</p> <p>Упражнение «Собачка хочет ласки»</p> <p>Упражнение «Танцы для пальцев»</p> <p>Театр по стихотворению С.Я. Маршака</p> <p>Игра «Простучи обиду на барабане»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
22	<p>Приветствие</p> <p>Игра «Нет! Да!»</p> <p>Сказка «Жадный великан»</p> <p>Беседа и обсуждение сказки</p> <p>Упражнение «Движения героев сказки»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
23	<p>Приветствие</p> <p>Игра «ракета»</p> <p>Сказка «Волшебные слова»</p> <p>Игра «Доброе животное»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>
24	<p>Приветствие</p> <p>Упражнение «Рассмотри, кто перед тобой»</p> <p>Игра «Мишка ночью и днем»</p> <p>Упражнение «Любимая сказка»</p> <p>Прощание «Тихий час для мышат»</p>

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Для детей 4-5 лет (средний возраст)

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.

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» Игра «Два барана» Чтение сказки «Сказка о лисенке, который обиделся» Игра «Листочек падает» Беседа, обсуждение сказки Прощание

НОЯБРЬ

№ занятия	Содержание занятия
5	Приветствие Игра «Большой круг – маленький круг» Сказка «Просто старушка» (Осеева В.А.) Беседа и обсуждение сказки Словесная игра «Добрые слова» «Похвали соседа справа» Прощание
6	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
7	Приветствие Мысленная картинка на тему «Страх» Игра «Руки-звери» Чтение сказки «Упрямый козленок» С.В. Михалков.

	<p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Игра «Превратись в игрушку»</p> <p>Прощание</p>
8	<p>Приветствие</p> <p>Мысленная картинка «Что-то очень злое»</p> <p>Конкурс «боюсек»</p> <p>Игра «Я не упаду»</p> <p>Сказка «Серое ухо» (приложение 2)</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Игра «Превратись в игрушку»</p> <p>Прощание</p>

ДЕКАБРЬ

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

	Прощание
15	Приветствие Мысленная картинка на тему «Хорошо» Чтение стихотворения Ю. Тувима «Про пана Трулялинского» (приложение 2) Беседа «Радость – это...» Игра «Море волнуется» Игра – ассоциация «На что похожа ваша радость» Прощание.
16	Приветствие Мысленная картинка «Счастье – это...» Чтение сказки «Хочу быть счастливым» (приложение 2) Беседа и обсуждение сказки Игра «Крылья» Релаксация «Счастливый сон» Прощание

ФЕВРАЛЬ

№ занятия	Содержание занятия
17	Приветствие Игра «Назови свои сильные стороны» Чтение терапевтической сказки «Белочка припевочка» (приложение 2) Беседа и обсуждение сказки Игра «Мой зверь» Игра «Кто это» Прощание
18	Приветствие Игра «Кто может поднять тебе настроение» (дети кидают друг другу мяч и говорят кто или что может поднять им настроение)

	<p>Чтение сказки «Заяц и Еж» (Братья Гримм)</p> <p>Беседа и обсуждение сказки</p> <p>Карточки «Азбука настроения» (рассматривание карточек и угадывание настроения)</p> <p>Прощание</p>
19	<p>Приветствие</p> <p>Упражнение «Слушаем музыку» (прослушивание музыки и угадывание настроения)</p> <p>Чтение сказки «Случай в лесу» (приложение 2)</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Игра «Море волнуется»</p> <p>Игра «Крылья»</p> <p>Прощание</p>
20	<p>Приветствие</p> <p>Мысленная картинка «Обман»</p> <p>Игра «Глаза вы глаза»</p> <p>Чтение сказки «Про енота» (приложение 2)</p> <p>Беседа, обсуждение сказки.</p> <p>Игра «Гусеница»</p> <p>Игра «Жмурки»</p> <p>Прощание</p>

МАРТ

№ занятия	Содержание занятия
21	<p>Приветствие</p> <p>Мысленная картинка «Родина»</p> <p>Игра «Пусть всегда будет...» (придумать свое самое заветное «Пусть»)</p> <p>Чтение сказки «Как зайчик свой дом искал» (приложение 2)</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Словесная игра «Кто где живет»</p> <p>Игра «Кидаемся словами»</p>

	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).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Для детей 5-6 лет (старший возраст)

Задачи:

1. Развивать идентификацию со своим именем, формировать позитивное отношение ребенка 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 ребенка управлять своими желаниями;
7. Воспитывать сдержанность, доброжелательность и великодушие.

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»

	<p>Пересказывание сказки</p> <p>Показ плоскостного театра по сказке</p> <p>Игра «Два барана»</p> <p>Прощание</p>
14	<p>Приветствие</p> <p>Речь с движениями «Веселые зверюшки»</p> <p>Чтение басни Л.Н. Толстого «Собака и ее тень»</p> <p>Беседа и обсуждение басни.</p> <p>«Кого укусил комарик»</p> <p>Прощание</p>
15	<p>Приветствие</p> <p>Сказка наизнанку</p> <p>Игра «Делаем выводы»</p> <p>Игра «Тайный смысл»</p> <p>Прощание</p>
16	<p>Приветствие</p> <p>Массаж чувствами</p> <p>Чтение сказки Жираф и Ежик (приложение 2)</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Игра «Волшебник»</p> <p>Прощание</p>

ФЕВРАЛЬ

№ занятия	Содержание занятия
17	<p>Приветствие.</p> <p>Мысленная картинка «Кто-то очень страшный»</p> <p>Игра «Руки-звери»</p> <p>Работа со сказкой «Верь в себя» (О. Хухлаева) (приложение 2)</p> <p>Беседа, обсуждение сказки</p> <p>Игра «Прорви круг»</p>

	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

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 попутай: 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.