**Программа развития эмоционально волевого уровня у детей дошкольного уровня**

 **Актуальность**

Дошкольный возраст, по определению А.Н.Леонтьева - это «период первоначального фактического склада личности». Именно в этот период происходит становление основных личностных механизмов и образований, определяется дальнейшее развитие.

Развитие эмоционально-волевой сферы - важнейший аспект развития личности в целом. Данная тема также значима социально - развитие эмоционально-волевой сферы является не только предпосылкой успешного усвоения знаний, но и определяет успех обучения в целом, способствует саморазвитию личности. С точки зрения формирования ребенка как личности весь дошкольный возраст можно разделить на три части. Первая из них относится к возрасту 3-4 года и преимущественно связана с укреплением эмоциональной саморегуляции. Вторая охватывает возраст от 4 до 5 лет и касается нравственной саморегуляции, а третья относится к возрасту около 6 лет и включает формирование деловых личностных качеств ребенка.

В процессенте развития ребёнка меняются его взляды на мир и взаимоотношения с окружающими. Сверхспособность ребенка осознавать и контролировать свои эмоциональности возрастает. Никакое знакомство, взаимодействие не будет действенным, если его участники не неспособны, во-первых, «читать» психоэмоциональное состояние иного, а во-вторых, управляться своими эмоциями. Осознание своих эмоций и чуств является значимым моментом в формировании личности вырастающего человека. Прогрессируют тесно связанные дружка с другом психоэмоциональная и мотивационная области, формируется самоосознание.

В последние годы одной из cамых серьёзных социокультурных проблем является нарушение чувственно - волевой области детей и неудовлетворительное развитие речевых навыков.

 Ребёнок дошкольного возраста мало осознает свои переживания и далеко не всегда способен понять причины их вызывающие, на трудности, невроз он чаще отвечает эмоциональными реакциями – гневом, страхом,  злостью.

 Эмоциональные проблемы, трудности волевого самоконтроля, различные соматические заболевания, психоневрологические проблемы являются ощутимой проблемой среди детей и взрослых. Успешность физического, умственного и эстетического воспитания и развития в значительной степени зависит от уровня сенсорного развития детей, т.е. от того, во-первых, насколько хорошо ребенок слышит, видит, осязает окружающее; во-вторых, насколько качественно он может оперировать этой информацией; в-третьих, насколько точно эти знания может выразить в речи. Таким образом, сенсорное воспитание предполагает развитие всех видов восприятия ребенка (зрительного, слухового, тактильно-двигательного, на основе которого формируются полноценные представления о внешних свойствах предметов, их форме, величине, положении в пространстве, запахе и вкусе).

Занятия для развития эмоционально-волевой сферы посредством арт-терапии в сенсорной комнате дают возможность смягчить, либо устранить эти проблемы. С помощью различных элементов в сенсорной комнате создается ощущение комфорта и безопасности. Это способствует быстрому установлению теплого контакта между специалистом и ребенком. Отсутствие опасных предметов, «мягкий пол» и стены дают ребенку ощущение безопасности при передвижении, а значит, развивают самостоятельность, навыки общения и самообслуживания, способствуют развитию двигательных и психологических навыков. В условиях сенсорной комнаты посредствам арт - терапии можно снимать страхи, невротические состояния, проводить коррекцию поведения. Она позволяет расширить жизненный опыт детей, обогатить их чувственный мир обрести уверенность в себе. Продуманное применение различных стимулов повышает эффективность коррекционных занятий, создавая дополнительный потенциал для развития ребенка. Также занятия в сенсорной комнате помогают совершенствованию активных, самостоятельных двигательных навыков, манипуляторной деятельности, овладению схемой тела, зрительно-моторной координацией.
Именно поэтому одним из приоритетных направлений своей работы я выбрала «Коррекцию и развитие эмоционально-волевой сферы посредством арт – терапии детей дошкольного возраста».

**Целью программы**: коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы посредством арт-терапии дошкольников, социализация к новым условиям жизни, снятие мышечного и психоэмоционального напряжения.

 **Задачи:**

* обучать детей понимать собственное эмоциональное состоянье посредством арт-терапии, высказывать свои чувства и различать чувства других людей через жестикуляцию, жесты, экспрессивные движения, тональность;
* развивать навыки саморегуляции и релаксации, для формирования способности управлять своим эмоциональным состоянием, снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, создание необходимых условий для восстановления душевного равновесия;
* развивать познавательные психические процессы и личностные качества, уверенность в себе;
* формировать и развивать тонкую моторику рук, повышать уровень тактильного восприятия, умение обсуждение и «проживание» ситуаций, вызывающих разнообразные чувства, повышающие эмоциональную устойчивость ребенка;
* повышать сплоченность детского коллектива.

**Объектом программы** выступают дети 5–7 лет.

**Предмет программы:** эмоциональная-волевая и когнитивная сфера ребенка по средствам арт – терапии старшего дошкольного возраста.

**Форма работы:**индивидуальная, групповая.

**Методические средства работы:**

* игры на развитие навыков общения;
* подвижные и малоподвижные игры,
* физические игры и упражнения;
* музыкальное сопровождение;
* танцевальные игры;
* рисование, кляксография;
* словесные игры;
* пальчиковая гимнастика;
* релаксационные упражнения.

**Методы и техники:**

* игротеропия;
* сказкатеропия;
* светотерапия;
* Аутотренинг (с использованием стихов, записи звуков природы, релаксационной музыки);
* музыкотерапия;
* комплекс упражнений на развитие эмоционально-волевой и когнитивной сферы;
* комплекс игр и упражнений на развитие мелкой моторики рук;
* малоподвижные и подвижные игры на снятие мышечного напряжения, эмоциональная разрядка.

**Объем программы**рассчитан на 20 занятий с детьми от 5 до 7 лет. Занятия проводятся один раза в неделю, продолжительность занятий составляет 20 минут. Форма проведения занятий групповая и индивидуальная: проводятся с детьми.

**Структура занятий:** все занятия имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Структура была разработана с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Занятия построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Это позволяет сделать работу детей динамичной, насыщенной и менее утомительной благодаря частым переключениям с одного вида деятельности на другой. Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

**Материальное оснащение:**  игрушки, карточки с изображением эмоций, игры на развитие эмоций.

**Ход занятия подразделяются на 4 этапа**

**Этап 1. Вводная часть**

Цель вводной части занятия — настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедуры работы — приветствия, игры с именами.

**Этап 2. Рабочий**

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка по средством арт-терапии. Основные процедуры:

* элементы сказкотерапии с импровизацией;
* элементы психодрамы;
* игры на развитие навыков общения;
* игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;
* рисование, кляксография.

**Этап 3. Релаксация**

Целью этой части является:

* упражнения на мышечную релаксацию, которые снижают уровень возбуждения, снимают напряжение;
* дыхательную гимнастику, которая действует успокаивающе на нервную систему;
* мимическую гимнастику, которая направлена на снятие общего напряжения.

**Этап 4. Завершающий**

Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка.

**Предполагаемый результат:**

* снятие негативных реакций;
* эмоциональное благополучие, которое обеспечивает эффективное развитие способностей каждого ребенка;
* развитие разговорной речи, пополнения словарного запаса слов детей;
* развитие познавательных процессов: память, воображение, слуховое и зрительное внимание, восприятие, наглядно-образное мышление.

**Программа состоит из следующих блоков.**

 **l. Мотивационный.** На занятиях дети познают себя, свою индивидуальность, неповторимость.

**ll. Когнитивный**. На этих занятиях дети учатся понимать состояние другого, его особенности, потребности, замечать изменения настроения, эмоционального состояния.

 **lll. Поведенческий.**На занятиях дети учатся выбирать социально приемлемые формы поведения в различных ситуациях, учатся бесконфликтному общению.

**lV. Психолого-педагогическое сопровождение ребенка:**проведение коррекционно-развивающих занятий с детьми.

**Границы применения.**Данная коррекционно-развивающая программа «В мире эмоций» предназначена для детей старшего дошкольного возраста в ДОУ.

**Тематический план коррекционно-развивающих занятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Названия****занятий** | **Кол-во****занятий** |
| 1. | «Знакомство с волшебной комнатой» | 1 |
| 2 - 3. | «Разные эмоции и разное настроение» | 2 |
| 4. | «Секреты дружбы» | 1 |
| 5. | «Следопыты» | 1 |
| 6 - 7. | «Комплименты» | 2 |
| 8. | «Давайте представим» | 1 |
| 9-10 | «Моя любимая игрушка» | 2 |
| 11 |  «Теплота сердец». | 1 |
| 12 | «Передача чувств» | 1 |
| 13 | «Волшебники» |  |
| 14 - 15. | «У страха глаза велики» | 2 |
| 16 - 17 |  «Послушай и угадай» | 2 |
| 18. | «Волшебный клубочек» | 1 |
| 19. |  «Путешествие к Радужке» | 1 |
| 20. |  «Отгадай, что в мешочке» | 1 |
| **ВСЕГО** |   | 20 |

**СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.**

1. **Занятие «Знакомство волшебной комнатой»**

**Цель:** создание доверительной атмосферы, развитие эмоциональной, когнитивной сферы ребенка, активизация внимания, преодоление страхов**.**

**Материалы и оборудование:** напольные тактильные дорож­ки; сухой бассейн; балансировочная доска; мячики-веселки; аквалампа; растение-фонтан; куб «Твизлер»; запутанные спи­ральки; центр тактильности; центр спокойных игр; центр, развивающий активность; проектор направленного света; зеркаль­ный шар; легкие квадраты; мягкое напольное покрытие; аудио­кассета.

**Ход занятия:**

1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие»:

- Ребята, наши «веселки» улыбаются нам. Они очень рады, что мы пришли к ним в гости. Улыбнитесь им и весело их попри­ветствуйте, помашите рукой и скажите: «3дравствуйте!»

- А теперь мы с вами отправимся в путешествие… Начнется оно вот с этого большого водопада. (Рассматриваем nейзаж на фотообоях.) Посмотрите, как падает вода с вершины горы, как сверкает она и рассыпается на разноцветные брызги. А рядом еще один водопад – маленький (растение-фонтан). Подойдите к нему поближе и послушайте, как журчит вода, сбегая по уступам горы. (Слушают шум воды.)

- А какие маленькие яркие птички живут в нашем лесу,- как звонко они щебечут! (Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

- Пригревает солнышко, стало жарко. Давайте снимем обувь и пойдем в лес по тропинке босиком. (Ходьба no сенсорным наnоль­ным дорожкам.) Идти будем друг за другом, чтобы не сбиться с пути. Наш путь начинается с этой большой зеленой полянки, затем – по дну лесного озерка, по камешкам… – и дальше в лес по тропинке, по мостику. (По ходу воспитатель сnрашивает детей об их ощущениях.)

- Что чувствуют ваши ножки?

- А теперь мы пойдем по волшебному лесу, где времена года сменяют друг друга каждые несколько шагов. Идти надо след в след, чтобы не оступиться и не упасть в воду. Руки расставьте в стороны. Смотрите внимательно, по какому времени года вы про­ходите, и называйте его.

- Теперь надевайте обувь и переходите на эту разноцветную полянку. (Звучит спокойная фоновая музыка.)

- Двое ребят будут играть с игрушками на этой панели (центр, развивающий активность), а двое – скатывать шарики по этой спиральке: один кидает шарик, а другой ловит его на выходе. Слушайте внимательно, где находится шарик, чтобы не упустить его. Делайте это поочередно.

- Подойдите к этой спиральке. Кидайте шар, внимательно за ним наблюдайте и ловите на выходе (запутанная спиралька). (Через несколько минут дети меняются местами.)

- Ребята, тот из вас, кто поиграл на этой полянке, может пере­ходить на следующую.

Кто хочет поиграть с игрушками на этой панели? Пожалуйста! А кто будет рассматривать драгоценные материалы в нашем сун­дучке?

- А по лабиринтам попутешествовать кто хочет?

(По ходу игры воспитатель спрашивает об ощущениях, пред­лагает меняться местами.)

- Ребята, вот еще один сундучок! Давайте посмотрим, что в нем находятся. (Открывает.)

- Что это?

- Правильно, это квадратики из разной ткани. Выбирайте, кому какой нравится. Подбросьте свои платочки как можно выше; по­наблюдайте, как они падают вниз.

- А сейчас надо не просто подбросить платочки, но и поста­раться, чтобы они подольше не опускались на пол. Для этого надо дуть на них – вот так! (Показ.)

(Далее педагог предлагает подбросить платочкинесколько раз. Включает аквалампу.)

- Подойдите поближе, посмотрите: какая интересная лампа! Называется она аквалампа – значит, водяная лампа. А что же там плавает?

- Какого цвета шарики?

(Предлагает каждому понаблюдать за шариком определенного цвета.)

- Обратите внимание**,** как изменяется цвет воды. Какой цвет воды вам нравится больше?

- Приложите ладошки правой руки к стеклу: Что чувствуют ваши ладошки? (Дети говорят о своих ощущениях.)

- Целый день мы путешествовали с вами по волшебному лесу! Наступает ночь, пора отдохнуть. Отдыхать мы будем на этой боль­шой поляне. Располагайтесь на ней (мягкое наnольное покрытие). А кто-то может и на этом островке (мягкий островок).

(3вучит релаксационная музыка.)

- Ложитесь поудобнее, расслабьтесь. (Включает nроектор, наnравляет его на зеркальный шар.)

- Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажига­ются яркие звездочки. Вы чувствуете себя абсолютно спокой­ными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: лоб, лицо, шею, живот, спину, руки, ноги… Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым, по­слушным.

Дышится легко и свободно. Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно, глубоко.

Дышится легко, ровно, глубоко.

- Ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно. Гаснут звезды, наступает утро. Настроение становится бодрым и жизнерадостным.

Потянуться, улыбнуться, всем открыть глаза и встать!

Мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить это ощу­щение на весь день.

Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками».

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и попрощаемся с ними: «До свидания!»

Вспоминайте наших «веселок» и улыбайтесь, как они, - и тогда у вас всегда будет хорошее настроение.

**2– 3. Занятие «Разные эмоции, разное настроение»**

**Цель:** снимать эмоциональное напряжение; развивать воображение, речь, мелкую моторику, общую моторику; способность выражать различные эмоции и различать их. Формировать умение действовать в коллективе сверстников.

**Материал:** набор карточек с изображением лиц, выражающих эмоции; панно «ежик».

**Ход занятия.**

1. Ритуал начала занятия.

2.Игра «Отгадай эмоцию»

Зеркальное панно. Педагог раздает карточки с изображением лиц, передающих разные эмоции. Дети поочередно, с помощью мимики показывают эмоцию изображенную на карточке. Остальные отгадывают, что это за эмоция.

3. Беседа «Способы улучшить настроение».

Педагог предлагает обсудить, как можно улучшить настроение: сдержать свои негативные эмоции или выразить их с помощью действий ( битье подушки и др.), подумать о чем-нибудь приятном, послушать любимую сказку, музыку и т. д.

4. Этюд «Холодный лед - горячий пирожок».

Педагог предлагает детям представить, что они передают друг другу предметы, имеющие разную температуру. Дети изображают, какие эмоции испытывают, когда берут тот или иной предмет.

5. Работа с панно «Ежик». Дети вспоминают, что к ним в гости приходил колючий еж. Педагог привлекает внимание к панно и просит определить, чей это силуэт. Затем рассказывает, что ежик хочет пойти в гости и хочет нарядиться так, как советовала ему мама-ежиха. Дети достают из коробки детали, раскладывают, обследуют каждую деталь тактильно, затем называют. Педагог помогает уточнить какая деталь твердая, какая мягкая, какого она цвета, где ее можно расположить.

Игра- упражнение «Составь картинку». Дети оформляют панно «Ежик» по плану-схеме. Особое внимание педагог обращает на расположение деталей на панно (справа, слева, снизу, сверху). Дети «наряжают» ежика поочередно прикрепляя детали. Педагог спрашивает каждого ребенка, как он расположил деталь относительно основных частей ( Где находится бант? и т. д.-Справа от мордочки).

Педагог хвалит детей, говорит, что они добрые и умелые, т. к. помогли ежику нарядиться. Предлагает поиграть в пальчиковую игру, чтобы отдохнули руки.

6. Пальчиковая игра «Ежик топал по дорожке».

7. Обсуждение настроения. «Как вы думаете, какое настроение будет у ежика? А какое у вас? Сегодня мы узнали, как улучшить настроение. Поэтому наше настроение будет всегда отличным!»

8. Ритуал окончания -занятия.

1. **Занятие «Секреты дружбы»**

**Цель:** развитие психических процессов: внимания, памяти, мышления, активизация тактильной чувствительности, развитие общей моторики. Создание положительного эмоционального настроя.

**Материалы и оборудование:** подвеска «веселки»; растение-­фонтан; центр спокойных игр; двойная спиралька; центр тактиль­ности; сухой бассейн; игра «Легкие квадраты».

**Ход занятия:**

1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие».

2. – Ребята, представьте себе, что у вас грустное настроение. Какое у вас при этом выражение лица? Покажите!

- Посмотрите в зеркало: какие у вас грустные лица! Давайте попробуем поднять друг другу настроение. Давайте скажем каж­дому что в нем нам нравится. Говорить будем по очереди, и каждый услышит о себе что-нибудь хорошее. (Игра «Комплименты».)

- Ну что, улучшилось ваше настроение? Давайте поприветствуем наших «веселок» и улыбнемся им так же, как они улыбаются нам.

3. – Подойдите к волшебному замку (растение-фонтан). Вни­мательно посмотрите на замок и природу вокруг него. Как вы думаете, кто живет в замке?

- Твой герой злой или добрый?

- А что дружно сделать, чтобы он стал добрее?

- Посмотрите па водопад, который сбегает с гор. Давайте по­слушаем шум воды. (Слушают шум воды.)

4. – Переходим на зеленую полянку Тут вы можете поиграть с этими спиральками. (Двойная и одинарная спиральки.) Внима­тельно наблюдайте и слушайте, где находится шарик, и ловите его на выходе.

5. – Давайте внимательно посмотрим вот на эту панель (центр спокойных игр). По очереди ощупайте игрушки и скажите, какая игрушка на ощупь вам нравится больше остальных, а какая – не нравится и почему.

6. Упражнение «Море из шариков» (сухой бассейн):

- А сейчас мы будем плавать в море из шариков. Давайте все перевернемся на животик и поплывем.

- А теперь перевернемся на спинку. Продолжаем плыть.

- А теперь спокойно полежим на волнах. Закройте глаза и представьте себе, что вы спокойно покачиваетесь на волнах моря… (4-5 минут.)

7.Упражнение «Как меня зовут».

Ребята, вы знаете, что у каждого из нас есть имя. Этим именем вас называют мама, папа, бабушка, дедушка и другие люди. Но человека можно назвать не только именем, а любым ласковым словом (солнышко, зайчик, рыбка, цыпленок, лапушка…). Может быть, кого-то из вас тоже называют не вашим именем, а таким вот ласковым словом? Какими словами? А как можно назвать себя? Послушайте, как я буду называть Лену: Лена, Аленушка, Алена, Аленка, Леночка…(Спросить детей их варианты.) Вы знаете, что имена дают, рождается человек. Когда он маленький, его зовут очень ласково и нежно Оленька, Олюшка (спросить детей, как еще), а когда человек подрастает, его зовут по-другому – Ольга.

- Вот и закончилась наша игра.

7. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками»:

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и скажем им: «До сви­дания!»

**5. Занятие. «Следопыты»**

**Цель:** снижать уровень тревожности; продолжать учить ходить по ограниченной поверхности; развивать внимание, воображение, тактильное восприятие; учить передавать ощущения словами.

**Материал:** следы, вырезанные из цветной бумаги.

**Ход.**

1. Ритуал начала занятия.

2.Упражнение «По следам».

«. Кто из вас знает кто такие следопыты? Следопыт- это охотник , выслеживающий зверя по следам. Так же следопытом называют человека опытного в распознавании следов. А вы хотели бы стать следопытами?»

Дети идут по следам с разведенными в сторону руками.

3. Игра «Быстро- медленно».

Сенсорная тропа.

Дети проходят по тропе в медленном темпе и на каждом участке говорят, что ощущают их ноги. По команде педагога идут в быстром темпе.

4. Упражнение «Ребята и зверята»

Дети, взявшись за руки встают в круг и хором говорят: - Мы ребята!

Педагог произносит:

-А теперь вы зверята! Превратитесь в котят (щенков, тигрят и д.р.)

С помощью звукоподражания и выразительных движений дети изображают мяукающих котят, лающих щенков и т. п.

5. Релаксация «Летняя ночь».

Ложитесь удобнее, расслабьтесь, наступает чудесная, летняя ночь. На темном небе зажглись яркие звездочки. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла охватывает ваше тело. Дышится легко, ровно, глубоко. Ласковый ветерок обдувает ваше тело. Воздух чист и прозрачен. Звезды гаснут. Наступает утро. Вы бодры, полны сил и энергии.»

6. Ритуал окончания занятия.

**6– 7. Занятие «Комплименты»**

**Цель:** снижение психоэмоционального и скелетно-мышечного напряжения.
Активизация внимания. Развитие мелкой моторики и двигательной координации.

**Материалы и оборудование:** сухой бассейн, игровое тактильное панно «Лес», сенсорная тропа для ног, массажные мячи и валики, фонтан водный.

**Ход занятия:**

**Организационный момент занятия. «Комплименты».**

 Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий комплимент кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он произносит комплимент своему соседу. При затруднении взрослый может сделать комплимент или предложить сказать что-то «вкусное», «сладкое», «цветочное».

Во время ритуала взрослый находится в кругу вместе с детьми, подсказывает, подбадривает, настраивает детей.

**1.Знакомство с тактильной средой.**

*Цель:* развитие зрительно-моторной координации; развитие тактильной чувствительности.

1. **Игра «Я – кленовый листочек».**

*Ход игры.*

Ребята, закройте глазки и представьте, что каждый из вас – кленовый листочек (открывают глаза). Он висел на дереве, но вдруг подул сильный осенний ветер, листочек оторвался с ветки, и ветер его понес далеко-далеко.

Мы листочки осенние

На деревьях висели. Имитация движений листочка - по Дунул ветер – полетели желанию детей.

И на землю тихо сели.

Снова ветер пробежал

И листочки все поднял.

Закружились, полетели

И на землю тихо сели.

Листочки плавно и бесшумно падали на землю (приседание).

Я вижу, как красиво движется Наташин листочек, Колин, Машин…

Листочки разноцветные, золотистые, парят в воздухе, освещены лучами осеннего солнца (произвольные движения).

Но вот ветер стих. Листочек опустился на землю и остался лежать с другими листьями и ждать другого случая, когда вновь подует ветер и перенесет его в другое место.

Во время игры звучит плавная музыка.

**Завершение занятия. *«Солнечные лучики».***

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать, себя теплым солнечным лучиком.

1. **Занятие «Давайте представим».**

**Цель:** формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях. Продолжение обучения умению определять свое настроение Саморегуляция психического состояния. Развитие смелости и уверенности в себе. мелкой моторики и двигательной координации. Снижение скелетно-мышечного и психоэмоционального напряжения.

**Материалы и оборудование:** зеркало; колпаки клоунов; мягкое напольное покрытие; аквалампа.

**Ход занятия:**

1. Ритуал начала занятия. Приветствие «веселок».

2. – Давайте представим, что мы с вами – обезьянки. Подойдите к зеркалу и покажите мне без слов: веселую обезьянку, груст­ную, удивленную, плачущую, смеющуюся, испуганную, поющую, радостную.

- Ну, как? Улучшилось у вас настроение? Покажите свое настроение.

3. Далее психолог читает стихотворение:

Бывают чувства у зверей,

У рыбок, птичек и людей.

Влияет, без сомнения,

На всех нас настроение.

Кто веселится?

Кто грустит?

Кто испугался?

Кто сердит?

Рассеет все сомнения

Хорошее настроение.

4. – А сейчас мы с вами окажемся в цирке. Выйдем на эту зеле­ную поляну и станем клоунами. Становимся парами, лицом друг к другу Клоуны справа будут веселыми. Изобразите это настрое­ние на своем лице. А теперь веселые будут стараться развеселить грустных так, чтобы они заулыбались и всем стало весело.

5. – Теперь клоуны поиграют в игру «Веселая зарядка».

(Звучит бодрая, веселая музыка. Психолог моделирует ситуа­цию, а дети изображают соответствующие действия.) – Для того чтобы машина заработала, надо завести мотор.

- Спящий человечек похож на выключенную машину.

**-** Тело устает за день, и ему нужен отдых.

- Но впереди новый день и много интересны к дел и приключений. Надо подготовить себя к ним: включить, «завести» свое тело. Давайте все дружно попрыгаем!

- Каждый из вас – хозяин своего тела. Вы – проснувшиеся кошечки, вытягиваете то передние, то задние лапки.

- А теперь вы – упавшие на спину божьи коровки. Удастся ли вам перевернуться на живот без посторонней помощи?

- А сейчас вдохнем поглубже и превратимся в воздушные шарики. Еще чуть-чуть – И полетит!

- Тянемся вверх, как жирафы.

- Попрыгаем, как кенгуру, чтобы стать такими же ловкими и сильными.

- А теперь мы – матрешки. Покачаемся из стороны в сторону.

- А ну-ка запустим самолет! Крутим пропеллер изо всех сил. – Ребята, вы получили большой заряд бодрости и уверен­ности в себе на весь день. До скорой встречи!

6. Ритуал окончания занятия.

* 1. **Занятие «Моя любимая игрушка»**

**Цель: р**азвитие умения слушать друг друга; описывать любимую игрушку, отмечая ее настроение, поведение, образ жизни. Развитие эмоциональной сферы ребенка, формирование доверительных отношений, активизация внимания. Создание условий для релаксации и спокойного состояния. Релаксация и развитие воображения.

**Материалы и оборудование:** Пуфик-кресло с гранулами, сухой бассейн, мат напольный, трапеция с гранулами.

**Ход занятия:**

**Организационный момент занятия. «Моя любимая игрушка».**

Дети выбирают, какую игрушку будут описывать, не называя ее, и рассказывают о ней. Остальные отгадывают.

**1.Знакомство с мягкой средой.**

**2.Игра «Порхание бабочки»** (использование прибора динамической заливки светом)

 Описание упражнения.

Дети ложатся на ковер на спину, руки вытянуты вдоль туловища, ноги выпрямлены, слегка раздвинуты.

Психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: « слушайте мой голос. Дышите легко и спокойно. Представьте себе, что вы находитесь на лугу в прекрасный летний день. Прямо перед собой вы видите великолепную бабочку, порхающую с цветка на цветок. Проследите за движениями ее крыльев. Движения ее крыльев легки и грациозны. Теперь пусть каждый вообразит, что он – бабочка, что у него большие и красивые крылья. Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущением медленного и плавного парения в воздухе. А теперь взгляните на пестрый луг, над котором вы летите.

Посмотрите, сколько на нем ярких цветов. Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему. Теперь вы чувствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно вы садитесь на мягкую пахучую серединку цветка. Вдохните еще раз его аромат… Расскажите о своих ощущениях».

Дети поочередно рассказывают о своих ощущениях.

**«Водопад»**

Условия для занятия: ребенок стоит у стены, взрослый водит нитями по телу ребенка.

Обращение психолога к ребенку:

«Ты стоишь возле водопада. Чудесный день, голубое небо, теплое солнце. Горный воздух свеж и

приятен. Тебе дышится легко и свободно. Но водопад наш необычен. Вместо воды в нем падает мягкий белый свет. Ты стоишь над этим водопадом и чувствуешь, как этот белый прекрасный свет струится по твоей голове. Ты чувствуешь, как он льется по лбу, затем по лицу, по шее.

Белый свет течет по твоим плечам, помогает им стать мягкими и расслабленными…

(пауза – поглаживание ребенка).

А нежный свет течет дальше по груди…по животу, пусть свет гладит твои ручки, твои пальчики.

Свет течет и по ногам, и ты чувствуешь, как тело становится мягче.

Этот удивительный водопад из белого света обтекает все твое тело.

Ты чувствуешь себя совершенно спокойно и с каждым вздохом ты все сильнее

расслабляешься. Волшебный водопад наполнил тебя свежими силами и энергией.

 **Завершение занятия. «Круг друзей».**

Стоя или сидя в круге, всем взяться за руки, пожать их, посмотреть по очереди на всех.

 Ритуал окончания занятия.

 **11. Занятие «Теплота сердец»**

**Цель:** развитие эмоциональной сферы ребенка, развитие общей и мелкой моторики, ориентировки в собственном теле, тактильного восприятия, активизация внимания, речи и воображения, формирование доверительных отношений. Воспитывать дружелюбное отношение детей друг к другу, развивать атмосферу тепла, любви и ласки.

**Материалы** и **оборудование**: бантики, пуговицы, молния, липучки, кнопки, шнуровка.

Ход занятия:

Организационный момент занятия. «Солнечный зайчик».

Детям предлагается с помощью зеркала «поймать» «солнечного зайчика». Затем я говорю, что я тоже поймала «зайчика», и предлагаю передать его по кругу, чтобы каждый мог приласкать его, согреться его теплом. Когда «зайчик» возвращается к педагогу, он обращает внимание на то, что за это время «зайчик», обласканный детьми, вырос и уже не умещается в ладонях. «Зайчика» выпускают, но каждый ловит частички его тепла, нежные лучики своим сердцем.

1.»Знаешь ли ты себя».

А) Начало: волшебные зеркала.

Все люди разные, чем они отличаются, почему не путают людей.

Б) Вопросы к детям:

- Кто ты, мальчик или девочка?

- Сколько тебе лет?

- Какого цвета у тебя волосы? (Светло-русые, темно-русые, каштановые, черные, белые, рыжие, пепельные).

- Прямые или вьющиеся?

- Какая прическа? (Стрижка, коса, до плеч, до середины спины).

- Какого цвета у тебя глаза? (Серые, черные, карие, голубые, зеленые…)

- Какой формы у тебя носик? (Вздернутый, прямой, курносый, с веснушками).

- Какие у тебя губы? (Пухлые, полненькие, узкие, как ниточка, бантиком).

- Если сравнить тебя с другими детьми, как ты думаешь какого ты роста?

- Ты худенький или полненький?

- Какого цвета у тебя кожа? (Смуглая, белая, розовая, бледная).

- Какую одежду ты больше всего любишь носить?

- Какой цвет одежды тебе нравиться больше всего?

- Любишь ли ты носить украшения? Какие?

2. Мягкий куб

 Завершение занятия. «Солнечные лучики».

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать, себя теплым солнечным лучиком.

 12. **Занятие «Передача чувств»**

**Цель:** развитие эмоциональной сферы ребенка, умения подражать движениям взрослого, координация движений, развитие общей и мелкой моторики, снижение излишней двигательной активности, импульсивности. Передавание различных эмоциональных состояний невербальным способом.

**Материал и оборудование:** сухой бассейн, тактильное панно, застегивание и расстегивание пуговиц, «Вьетнамская игра» (составление предмета из частей круга), - мягкие модули.

**Ход занятия:**

Ребенку дается задание передать «по цепочке» определенное чувство с помощью мимики, жестов, прикосновений. Затем дети обсуждают, что они чувствовали при этом.

1. **Игра «Если нравится тебе, то делай так!»**

Дети стоят в кругу, кто-нибудь из них показывает любое движение, произнося при этом первые слова песенки «Если нравится тебе, то делай так…», остальные дети повторяют движения, продолжая песенку: «Если нравится тебе, то и другим ты покажи, если нравится тебе, то делай так…». Затем свое движение показывает следующий ребенок, и так до тех пор, пока не завершится круг.

**2. Распределение по центрам сенсорной комнаты:**

**3. Упражнение «Заряд бодрости».**

Сядьте поудобнее, вытяните руки и приготовьте два пальчика: большой и указательный.

- Возьмите им самые кончики ушей – один сверху, другой снизу ушка. Помассируйте свои ушки, приговаривая: «Ушки, ушки слышат все!» – 10 раз в одну сторону и 10 – раз в другую. Прижимайте слегка. А теперь опустите руки. Стряхните ладошки. Приготовьте указательный палец, вытяните руку и поставьте его между бровей над носом. Помассируйте эту точку 10 раз со словами: «Просыпайся третий глаз!». Сильно нажимать не надо. Стряхните ладошки. Соберите пальцы рук в горсточку, найдите внизу шеи ямку, положите туда руку и со словами: «Я дышу, дышу, дышу!» – помассируйте ямку 10 раз в одну сторону. Нажимайте не очень сильно. Молодцы! Вы видите, слышите, чувствуете!

 **Завершение занятия. «Эстафета дружбы».**

Взяться за руки и передать, как эстафету, рукопожатие. Начинает взрослый: «Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Маши к Саше и т.д., наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из нас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет. До свидания!»

 **12. Занятие «Волшебники»**

**Цель:** развитие слухового внимания, фразовой речи при ответах на вопросы. Развитие наблюдательности и зрительной памяти, восприятия (по цвету). Развитие внимания, умения концентрироваться, умения передавать эмоции художественными средствами Совершенствование координации движений.

**Материал и оборудование:** матрешки, сухой бассейн, массажные стопы для ног, - прибор динамической заливки светом, «Разрезные картинки»; - мягкие модули, большой лист бумаги, гуашь, клей, кисточки, листочки бумаги, ножницы, карандаши и фло­мастеры, предметы с круглым дном: чашка, стакан.

**Ход занятия:**

**Организационный момент занятия. «Волшебники».**

Детям предлагают вообразить, что они волшебники и могут исполнять свои желания и желания других. Например, Володе мы прибавим смелости, Алеше – ловкости и т.п.

1. **Игра «На что похоже настроение?»**

Дети по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение. Начину я: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе, а твое?» В конце обобщение, – какое же настроение сегодня у всей группы: грустное, веселое, смешное, злое и т.д.

Надо учитывать, что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

**2. Распределение по центрам сенсорной комнаты:**

**3. Творческая мастерская «Взлохмаченные человечки»**

Сегодня мы с вами будем создавать портреты. На листочках бумаги обведите предметы с круглым дном ка­рандашом, вырежьте получившиеся круги. На них нарисуйте лица с разными эмоциями.

На большом листе бумаги обведите предметы с круглым дном карандашом, оставляя между ними достаточно места.

Толстую кисть обмакните в краску. Делайте легкие мазки ки­стью от центра к краю. Используйте краски разного цвета. Дайте краске подсохнуть.

Приклейте кружочки с веселыми и грустными лицами на боль­шой лист бумаги. У вас получатся человечки со смешными взлохмачен­ными волосами.



**Завершение занятия. «Самый – самый».**

Каждый выбирает того, кто, по его мнению, был на занятии «самым-самым». Когда я спрошу: «Кто сегодня был самый-самый… например, активный?» – каждый из вас должен выбрать одного ребенка, подойти к нему и положить ладошку на плечо. Свой выбор нужно сделать быстро. Понятно, как играть? Приготовились! Итак, на сегодняшнем занятии был самым-самым сообразительным? А самым умным (послушным, дисциплинированным, задумчивым, активным, внимательным, помогающим другим)?»

 **14 – 15. Занятие « У страха глаза велики»**

**Цель**:

 - развитие у детей смелость и уверенности в себе;
- развивать вербальные и невербальные формы проявления эмоций, мимику и пантомимику, мелкую моторику.

**Материалы** и **оборудование**: картинки с изображениями Бабы¬ Яги, собаки, волка, паука, змеи; фломастеры; бумага; пуховые варежки; аудиозапись «Голоса природы»; корзинка.

Ход занятия:

33. Рассказ С.А. Фонькина «Как побороть страх»:

На свете много страшных вещей: темные длинные коридоры и подо¬зрительные собаки с большими клыками; волки, прячущиеся в густом лесу; пауки с длинными мохнатыми лапами; ядовитые и кусачие змеи; грохочущий над головой гром и сверкающая молния.

А Баба-Яга из сказок? Того и гляди переберется в дом или влетит в открытое окно, когда никого из взрослых нету дома.

Но на самом деле – это только кажется. В темных углах нет ничего интересного – там только пыль.. Подумай: откуда там чему-нибудь взяться, если дом закрыт на плотные замки?

Собаки никогда не нападают на маленьких детей. А если собака сидит и сторожит что-нибудь, не подходи к ней – она на работе.

Волки давно сал-си прячутся от людей в дальних лесах. Их даже берут под охрану Подумай: откуда волк появится в городе?

Пауки, кроме мук, никого не обижают. Змеи при виде человека ста¬раются удрать восвояси. Подумай, если тип не будешь хватать змею за хвост или грозить ей палкой, зачем ей вступать в борьбу с великаном –человеком?

Гром – просто громкий звук. Разве звук может причинить вред? Баба-Яга живет только в сказках. Ей никуда не выбраться из книжки. Подумай! Если ты не будешь бояться, то победишь все страхи – все до одного?

(Детям предлагается встать и заглянуть в темные углы, чтобы удостовериться, что там никого нет.)

2. – Ребята, вспомните, как ведут себя собаки по отношению к человеку, если ик не дразнят?

- Правильно, собака – друг и помощник человека.

- А как вы думаете, сможет ли волк жить в городе? А по¬чему – нет?

- Кого пытался обидеть паук в «Мухе-Цокотухе»? А человека паук может обидеть?

(Дети сравнивают вместе с психологом величину паука и человека.)

- Ребята, но есть и ядовитые пауки. Их надо опасаться, и не надо ходить в лесу босиком.

- А в каких сказках живет Баба-Яга? Назовите их. Кто ее все время побеждает?

- Вот видите, ребята, человек – самый умный, и он может победить любое существо, пусть не всегда силой, но умом – обя¬зательно.

(3вучит аудиозаnись «Голоса леса».)

- Ребята, подойдите ко мне, закройте глаза. Давайте представим себе, что мы находимся в лесу: ветерок шумит в листве деревьев, журчит ручеек, щебечут птицы. Мы присели на полянке.

Как хорошо, радостно и спокойно отдыхать: Но что это? Вот хру¬стнула ветка, вот еще одна… Кто это? Как страшно нам стало!

Мы сжались в комочек и застыли.

Брови подняли вверх, глаза широко раскрыли.

Рот приоткрыли.

Боимся пошевелиться и вздохнуть.

Голову втянули в плечи, глаза закрыли.

Ой, страшно!!! Что же это за огромный зверь?..

И вдруг у своих ног мы услышали: «Мяу!». Один глаз от¬крыли, - а это котенок! Второй глаз открыли.

Возьмите своих «котят» в руки. (Дети берут пуховые варежки.) – Ребята, расскажите о своих «котятах». Какие они? – Вот видите, ребята, какие «котята» ласковые. А мы-то думали, что это?.. Кого вы себе представляли?

- А на самом деле это были маленькие котята. Вот поэтому в народе и говорят. «У страха глаза велики». Послушайте, как об этом говорится в стихотворении В. Кудрявцева «Страх».

У страха глаза велики,

У страха не зубы – клыки,

У страха, как бочка, живот.

У страха желание есть –

Схватить, укусить, даже съесть!

Трусишка придумает страх

И жалобно ахает «Ах!»

А я ничего не боюсь:

Придумаю страх – и смеюсь!

- Вы сейчас, наверное, вспомнили свои страхи. Давайте поса¬дим котят в корзину и нарисуем свой самый большой страх. (Дети рисуют фломастерами.)

(Во время работы звучит музыка, ведётся тихая беседа индивидуально с каждым ребенком о том, что он рисует, какого цвета у него страх.)

- А теперь возьмите в руки свой страх и разорвите его на самые маленькие кусочки. (Дети разрывают рисунки приемом ощипывания).

- Соберите свой страх в ладошки и подойдите ко мне. Посмотрите на свои ладошки: видите, что осталось от вашего страха? Он сам испугался!

- Раскройте свои ладошки, сдуйте свой страх – пусть разлетится!

- Еще подумайте. Посмотрите, во что превратился ваш страх. Сможете ли вы его найти?

- Нет, не стало вашего страха.

- Послушайте, что случилось с Димой в стихотворении «Счастливая ошибка»:

Меня напугал так сильно страх

В потемках у ворот,

Что я в испуге крикнул «Ах!»

Совсем наоборот:

Я крикнул «Ха!»,

И мигом страх

Забился под забор.

Он струсил сам!

И слово «Ах!»

Я позабыл с тех пор!

- Ребята, слово «Ха!» надо запомнить и всегда говорить его страху, чтобы он сам вас боялся.

А теперь мы все вместе скажем громко своему страху «Ха!». Поднимите вверх руки, вдохните глубоко, наклонитесь вперед, опустите руки и выдохните: «Ха!».

- Не забывайте слово «Ха!». И всем своим страхам, неуда¬чам, печалям говорите его. Давайте еще раз скажем «Ха!» своему страху – пусть он уйдет навсегда.

 **16-17 Занятие «Послушай и угадай»**

**Цель**: развитие эмоциональной сферы ребенка, развитие мелкой моторики и двигательной координации. Развитие пространственных представлений, воображения, внимания. Активизация самоконтроля, навыков целенаправленной деятельности.

**Ход занятия:**

**Организационный момент занятия.**

Давайте начнем наше занятие вот с чего. Пусть каждый из вас назовет себя по имени и при этом выполнит какие-нибудь движения или действия. Например, я назову свое имя и прохлопаю его в ладоши. Можно протопать ногами или делать что-то еще, но так, чтобы все сидящие в кругу смогли повторить ваше действия.

Сегодня мы с нами отправляемся путешествовать по осеннему лесу.

1. **Игра-имитация «Послушай и угадай» (**использование сенсорной тропы)

Но тропинке в лес пойдем, *Шагают друг за другом.*

Лужу мимо обойдем, *Обходят воображаемую лужу.*

Перепрыгнем ручеек, *Прыгают.*

Посмотрели мы налево, *Стоят, смотрят налево.*

Посмотрели мы направо, *Смотрят направо.*

Посмотрели вверх на солнышко, *Смотрят вверх, встали на носочки.*

Посмотрели вниз натравку. *Смотрят вниз, наклонились.*

Ах, как красиво! *Удивились.*

Психолог. И вот мы с вами пришли в лес. Садитесь поудобнее. Давайте послушаем звуки леса.

Прослушивание кассеты с записью звуков леса. Дети слушают пение птиц, жужжание жука, кваканье лягушки, журчание ручейка. Чьи голоса вы слышали? Ответы детей.

В лесу поднялся сильный ветер, оторвались листочки от дерева, за­кружились листочки.

**Подвижная игра «Листики осенние».**

Покажите, как они это сделали.

Мы - листики осенние *Бегают на носочках.*

На веточках сидели.

Дунул ветер — полетели.

Мы летели, мы летели *Бегают на носочках.*

И на землю тихо сели. *Приседают.*

Ветер снова набежал *Встают.*

И листочки все поднял.

Повертел их, покружил. *Кружатся на месте.*

И на землю опустил. *Приседают.*

1. **«Грибочки»** (использование «Зеркального шара» с мотором).

Ребята, закройте глаза, представьте, что вы грибочки. Вот грибочки в траву спрятались, вставать им не хочется, тесно прижались друг к другу. Но вот первый луч солнца упал на землю. И грибочки потянулись к нему, вылезли из травы, подняли голову, посмотрели на солнышко, показали друг другу свои красивые шляпки, порадовались солнышку!

Показали друг другу свои ручки, подняли их вверх, погрели на солнышке.

Но вот туча набежала, дождик закапал: кап-кап-кап. Убрали свои ручки грибочки, спрятались под шляпку и стоят прямо, чтобы их дождик не намочил.

Но вот кончился дождик, выглянуло солнышко.

Радуются грибочки, прячется в траве, чтобы их никто не нашел.

Вот и день прошел. Пора спать. Закрыли глазки, прижались друг к друг другу и заснули.

**4. « Через ручеек» -** психолог предлагает детям пройти «через речку по мостику».

**«Прогулка по четырем временам года» -** ребенок идет по стопам, нарисованным на доске, и называет времена года, по которому «проходит».

**Завершение занятия.**

До свидания, старый лес,

Полный сказочных чудес!

По тропинкам мы гуляли,

На полянке поскакали.

Подружились мы с тобой,

Нам теперь пора домой.

 **18 Занятие «Волшебный клубочек»**

**Цель**: формирование эмоционально-волевой сферы ребенка, создание доверительных отношений, активизация внимания.

**Материал и оборудование:** разрезные картинки, аудиозаписи, сухой бассейн, тактильное панно, пирамидка, дидактическая игра.

**Ход занятия:**

**Организационный момент занятия. «Волшебный клубочек».**

Дети сидят на стульях или на ковре по кругу. Взрослый передает клубок ниток ребенку, тот наматывает нить на палец и при этом говорит ласковое слово, или доброе пожелание,или ласково называет рядом сидящего ребенка по имени, или произносит «волшебное вежливое слово» и т.п.

Затем передает клубок следующему ребенку, пока не дойдет очередь до взрослого.

**1.Игра «Клубочек».**

Дети садятся в круг, психолог, держа в руках клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, задает любой интересующий его вопрос участнику игры (например, «Какие праздники мы отмечали, в какое время года, кто является главными героями праздника?» и т.д.), тот берет клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, отвечает на вопрос, а затем задает свой следующему. Таким образом, в конце клубочек возвращается психологу. Все видят нити, связывающие участников игры в одно целое, определяют, на что фигура похожа, многое узнают, сплачиваются.

Если психолог вынужден помогать затрудняющемуся ребенку, то он берет при этом клубок, подсказывает и опять отдает ребенку. В результате можно увидеть детей, испытывающих затруднения в общении, - у психолога с ним будут двойные, тройные связи.

**2. Распределение по центрам сенсорной комнаты:**

- «Разрезные картинки»;

- тактильное панно ;

- застегивание и расстегивание кнопок;

- подбери заплатку;

- пирамидка;

- сухой бассейн.

**3. Упражнение «Летняя ночь».**

Описание упражнения.

Ложитесь поудобнее, расслабьтесь. Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажигаются яркие звездочки. Они медленно плывут по темному небу. Вы чув­ствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: лицо, спину, руки и ноги… Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым, послушным…

Дышим легко… ровно… глубоко… *(2 раза)* Ласковый ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышим легко… ровно… глубоко… Гаснут звезды. Наступает утро. Настроение становится бодрым и жизнерадостным. Мы полны сил и энергии…

Постарайтесь сохранить ощущение бодрости и радости на весь день.

**Завершение занятия. «*Эстафета дружбы».***

Взяться за руки и передать, как эстафету, рукопожатие. Начинает взрослый: «Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Маши к Саше и т.д., наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из нас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет. До свидания!»

* 1. **Занятие «Путешествие к Радужке»**

**Цель:** развитие эмоциональной сферы ребенка, активизация внимания, развитие восприятия цвета, общей моторики, умение передавать эмоции художественными средствами.

**Материал и оборудование:** лист бумаги, разноцветные карандаши, человечки.

**Ход занятия:**

**Организационный момент занятия.**

**1.Упражнение «Давайте поздороваемся»**

Звучит спокойная музыка, дети ходят по комнате. Если психолог хлопает в ладоши один раз, дети здороваются за руку, если два – плечиками, если три раза – спинками.

1. **«Путешествие к Радужке».**

Итак, мы отправляемся в путешествие. Закройте глаза и пред­ставьте, что мы идем по лесу. (Звучит музыка из серии «Волшеб­ство природы — «Лес».)Как красиво вокруг! Вдруг откуда ни возьмись набежала туча, и пошел сильный дождь. (Звучит му­зыка из серии «Волшебство природы» — «Дождь. Гроза».)Все спрятались под большим раскидистым дубом, а дождик так же быстро прошел, как и начался. После дождя на небе появилась красивая радуга, и тропинка, по которой мы шли, стала разно­цветной и зовущей вперед. Птицы запели еще звонче, и скоро мы все оказались на большой поляне перед входом в Волшебную страну, где живут добрые и смешные человечки. Давайте откро­ем глаза. Перед нами ворота. Чтобы попасть в страну, нуж­но каждому пройти через них. А ворота не простые — все разноцветные: красные, желтые, голубые, оранжевые, зеленые, серые, черные, коричневые. И удивительны они тем, что ленту которую ребенок выберет проходя через ворота, такого цвета на сегодня сам и станет.

● желтый – радость;

● красный – раздражение;

● оранжевый – возбуждение;

● голубой – грусть;

● зеленый – зависть

Встречает нас маленький смешной человечек по имени Радужка приветствием:

«Здравствуйте, гости дорогие!

В разноцветные врата заходите все сюда!

 Заходите, мальчики,

 Заходите, девочки».

 Итак, мы прошли через ворота. Радужка будет нашим верным другом, помощником и экскурсоводом в Волшебной стране.

Как я рад, что вы ко мне пришли. Устали с дороги?» — спрашивает он. «Чтоб отдохнуть да сил набраться, надо, дети, искупаться.

Вот перед вами озера. Выбирайте любое (располагаются на пуфах с шариками). Закройте, пожалуйста, глаза и представьте, что вы плаваете в одном из озер. Вы плещетесь в теплой воде. (Звучит музыка из серии «Волшебство природы» — «Озеро».)Посмотрите, какого она цвета? А сейчас откройте глаза. Теперь вы сильные, здоровые и отдохнувшие.

**Творческая мастерская** **«Радуга»**

Возьмите карандаши, и попробуйте нарисовать каждый свою радугу, не забудьте те цвета которые вы выбирали в нашем путешествии.

А теперь мы возвращаемся в детский сад по сенсорной тропинке. Ваши рисунки я забираю себе. На следующем занятии нас ждут новые приключения. До свидания!

**20** **Занятие «Отгадай, что в мешочке»**

**Цель: р**азвитие эмоциональной сферы ребенка, активизация внимания, преодоление страхов, негативизма. Развитие умения пользоваться художественными средствами.

**Материал и оборудование:** игрушки, лист бумаги, разноцветные карандаши, фломастеры, краски.

**Ход занятия:**

 **Организационный момент занятия.**

**Упражнение «Посмотрим друг на друга»**

Встаньте в круг. К нам в гости сегодня пришел Мишка. Вы будете выходить по очереди, а я буду Мишке рассказывать о каждом из вас что-то особенное.

Далее психолог составляет рассказ, включающий в себя индивидуальные характеристики ребенка. Например, это девочка. Зовут ее Полина. У нее длинные светлые волосы, синие веселые глазки. Одета она в красивое светлое платье. Любит играть с куклами. К составлению рассказа можно привлечь хорошо говорящего ребенка.

Итак, ребята, познакомились мы с Мишкой, он вас хорошо узнал, а теперь он хочет поиграть с вами.

**Игра-упражнение «Отгадай, что в мешочке»**

Прятки будут особенные, потому что прятаться будут не дети, а игрушки. Вот они эти игрушки (показывает набор игрушек Анд­рюшки).Прятаться игрушки будут в мешочек. Все мы выберем какую-ни­будь игрушку и положим ее в мешочек. А искать будет тот, кого я назову.

Педагог показывает детям, как искать: нужно просунуть руку в мешо­чек через узенькое отверстие, потрогать рукой спрятанную там игрушку и по форме, материалу отгадать, что это такое. Затем педагог выставля­ет перед детьми игрушки и задает им вопросы, направляющие их на зри­тельное обследование формы предметов: что это такое? Что у него есть? (Назови части предмета. Какие на ощупь: мягкие или твердые и др.) Педа­гог подзывает к себе одного из наиболее смелых и смышленых детей и пред­лагает ему отойти подальше, повернуться к стенке, закрыть глаза. Пред­упредив остальных участников игры о необходимости сохранять тишину и о том, что нельзя называть игрушку, которая прячется, педагог вызывает еще одного ребенка и предлагает ему выбрать одну игрушку и положить ее в мешочек. Затем ребенок начинает «искать» игрушку, ощупывая ее рукой, называет спрятанный предмет, вынимает из мешочка и показывает ос­тальным детям. Если он отгадал загадку, то будет награжден аплодисмен­тами. Выбирается новый ребенок, игра продолжается до тех пор, пока не будут найдены все игрушки.

**Упражнение «Найди друга»**

Упражнение выполняется среди детей. Одной половине участников завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают найти и угадать друга. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден, игроки меняются ролями.

 **Творческая мастерская** **«Человечки в подарок Мишке»**

Закончите рисунок. Нарисуйте мальчика и девочку, учитывая отличительные особенности длину волос (у мальчика — короткие, у девочки — длинные), одежду мальчика — брюки, рубашка, у девочки — платье, юбка).

****

**Завершение занятия.**

Давайте встанем в круг и поблагодарим Мишку за отличную работу. Я возьму в руки свечку, и мы будем передавать ее друг другу и говорить при этом добрые слова.

Спасибо, Мишка мне было очень приятно с тобой работать! (Дети передает свечку со словами благодарности, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

**Библиография**

1. Сенсорная комната. Аннотация и методические рекомендации по использованию. Санкт – Петербург.
2. Кряжева Н. Л. Мир детских эмоций. Дети 5–7 лет. – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2001. – 160 с.
3. Алябьева Е. А. Коррекционно-развивающие занятия для детей 4–5 лет: Методическое пособие в помощь воспитателям и психологам дошкольных учреждений. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 96 с.
4. Панфилова М. А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов. М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2005. – 160с.
5. Крюкова С.В. Здравствуй, Я сам! Тренинговая программа работы с детьми 3–6 лет. – М.: Генезис, 2007.- 111с.
6. 7. Ермолаева М.В. Особенности и средства развития эмоциональной сферы дошкольников: Учебное пособие/ М.В. Ермолаева, И.Г. Ерофеева. – М.: Издательство московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НГО «МОДЭК», 2008. – 336 с. – (серия «Библиотека педагога-практика»)
7. Домилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ/ Т.А. Домилина, В.Я. Зендгенидзе, Н.М. Степина. – 4-е изд. – М.: Айрис – пресс, 2008. – 160 с. – (Библиотека психолога образования)
8. Крюкова С.В., Слободняк Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис, 2005. – 208 с., илл.
9. Арцишевская И.Л. Работа психолога с гиперактивными детьми в детском саду. Изд. 2-е, доп. – М.: Книголюб, 2005. – 64 с. (Психологическая служба)