

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Когалыма «Колокольчик»

**Перспективное планирование
коррекционно-развивающих занятий
по преодолению страхов
и понижению уровня тревожности**

на 2018 – 2019 учебный год

Педагог – психолог:
Воробьева Г.Ф.

Г.Когалым, 2018г.

Цель – создание условий для преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Совершенствовать умения у детей передачи своего эмоционального состояния.
2. Нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания.
3. Формировать навыки общения, контроля своего поведения.
4. Содействовать развитию творческих задатков.

Занятие проводится 1 раз в неделю.

Курс: коррекционных занятий.

Дата	Игры и упражнения	Цель
Январь 2 неделя Занятие №1	Тема. <u>Здравствуйте, это я.</u> 1. Упр. «Росточек под солнцем» 2. Упр. «Доброе утро» 3. Упр. «Что я люблю» 4. Упр. «Качели» 5. Упр. «Угадай по голосу» 6. Упр. «Лягушки на болоте» 7. Упр. «Художники» 8. Упр. «Горячие ладошки»	Повышение позитивного настроения и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.
3 неделя Занятие №2	Тема. <u>Мое имя.</u> 1. Упр. «Росточек под солнцем» 2. Упр. «Узнай по голосу» 3. Упр. «Мое имя» 4. Упр. «Разведчики» 5. Рисование самого себя 6. Упр. «Доверяющее падение» 7. Упр. «Горячие ладошки»	Раскрытие своего "Я", формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.
4 неделя Занятие №3	Тема. <u>Не страшно, а смешно!</u> 1. Упр. «Росточек под солнцем» 2. Упр. «Возьми и передай» 3. Упр. «Неваляшка» 4. Упр. «Превращения» 5. Рисование «Мое настроение» 6. Упр. «Закончи предложение» 7. Упр. «Пружинки» 8. Упр. «Горячие ладошки»	Обеспечить пути поиска преодоления страха; способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим.

<p>Февраль 1 неделя Занятие №4</p>	<p>Тема. <u>Не боимся паука.</u> 1. Упр. «Росточек под солнцем» 2. Упр. «Петушинные бои» 3. Упр. «Расскажи свой страх» 4. Рисование «чего я боялся, когда был маленьким» 5. Упр. «Чужие рисунки» 6. Упр. «Дом ужасов» 7. Упр. «Горячие ладошки»</p>	<p>Содействовать развитию навыков оценки своего поведения и поведения окружающих, учить справляться со страхами через рисунки.</p>
<p>2 неделя Занятие №5</p>	<p>Тема. <u>Почему грустил трусишка.</u> 1. Упр. «Росточек под солнцем» 2. Упр. «Злые и добрые кошки» 3. Упр. «На что похоже мое настроение» 4. Упр. «Ласковый мелок» 5. Упр. «Угадай, что спрятано в песке» 6. Рисование «Автопортрет» 7. Упр. «Горячие ладошки»</p>	<p>Формировать навыки выражения эмоционального настроения</p>
<p>3 неделя Занятие №6</p>	<p>Тема. <u>Смелость города берет.</u> 1. Упр. «Росточек под солнцем» 2. Упр. «Смелые ребята» 3. Упр. «Азбука страхов» 4. Упр. «Страшная сказка по кругу» 5. Упр. «На лесной полянке» 6. Упр. «Прогони Бабу - Ягу» 7. Упр. «Я тебя не боюсь» 8. Упр. «Горячие ладошки»</p>	<p>Способствовать развитию смелости, преодолению страхов.</p>
<p>4 неделя Занятие №7</p>	<p><u>Тема: У страха глаза велики.</u> 1. Приветствие 2. Этюд «У страха глаза велики» 3. Ролевая игра «У страха глаза велики» 4. Игра – инсценировка «Зайчики и волк» 5. Релаксация «Разговор с лесом»</p>	<p>Создать благоприятные условия для активизации детей, способствовать снятию страха.</p>

<p>Март 1 неделя Занятие №8</p>	<p>Тема. <u>Страх мой – враг мой.</u> 1. Упр «Росточек под солнцем» 2. Игра «Сказочная шкатулка» 3. Упр. «Конкурс боюсек» 4. Игра «Принц и принцесса» 5. Упр. «Придумай веселый конец» 6. Рисование «Волшебные зеркала» 7. Упр. «Горячие ладошки»</p>	<p>Создавать условия для преодоления у детей чувства страха.</p>
<p>2 неделя Занятие №9</p>	<p>Тема: <u>Смелый трусишка.</u> 1. Упр. «Росточек под солнцем» 2. Упр. «За что меня любит мама..папа...сестра..» 3. Упр. «Лягушки на болоте» 4. Упр. «Неопределенные фигуры» 5. Игра «Тропинка» 6. Коллективный рисунок «Волшебный лес» 7. Упр. «Доверяющее падение» 8. Упр. «Горячие ладошки»</p>	<p>Совершенствовать пути преодоления страха.</p>
<p>3 неделя Занятие №10</p>	<p><u>Тема. А вкусная была капуста.</u> 1. Упр. «Росточек под солнцем» 2. Этюд «Разное настроение» 3. Сказка «А вкусная была капуста» 4. Игра «Пятнашки» 5. Игра-инсценировка «Зайчики и волк» 6. Релаксация «Порхание бабочки»</p>	<p>Способствовать развитию поиска путей для преодоления чувства страха.</p>
<p>4 неделя Занятие №11</p>	<p>Тема. <u>Поединок двух страхов.</u> 1. Упр. «Мяч в кругу» 2. Упр. «Темнота» 3. Упр. «Веселый цирк» 4. Рисование страхов 5. Релаксация «Порхание бабочки»</p>	<p>Способствовать развитию смелости, преодолению страхов.</p>

<p>Апрель 1 неделя Занятие №12</p>	<p>Тема. <u>Спать пора.</u> 1. Упр «Росточек под солнцем» 2. Игра «Путаница» 3. Игра «Кораблик» 4. Игра «Мне приснилось, Я справился» 5. Упр. «Волшебный сон» 6. Рисование «что увидели во сне» 7. Упр. «Волшебники» 7. Упр. «Горячие ладошки»</p>	<p>Формировать навыки поведения, сравнивать с поведением других.</p>
<p>2 неделя Занятие №13</p>	<p>Тема. <u>Моя кровать – моя крепость.</u> 1. Страх перед засыпанием и во время сна. 2. Рисуем веселый страх.</p>	<p>Содействовать развитию умения справляться с чувством страха, способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим.</p>
<p>3 неделя Занятие №14</p>	<p>Тема. <u>Как побороть страх.</u> 1. Упр «Росточек под солнцем» 2. Упр. «Неоконченные предложения» 3. Игра «Баба - Яга» 4. Игра «Комплименты» 5. Упр. «В лучах солнышка» 6. Упр. «Солнце в ладошке» 7. Упр. «Горячие ладошки»</p>	<p>Способствовать развитию смелости, преодолению страхов.</p>
<p>4 неделя Занятие №15</p>	<p>Контрольная диагностика</p>	<p>Сравнение показателей первичной и завершающей диагностики.</p>