

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Когалыма «Колокольчик»

**Перспективное планирование
коррекционно-развивающих занятий
с застенчивыми детьми**

на 2020 – 2021 учебный год

Педагог – психолог: Воробьева Г.Ф.

г.Когалым, 2020г.

Программа: Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьми.

Задачи:

1. Преодоление застенчивости, замкнутости, скованности, нерешительности.
2. Развивать язык жестов, мимики и пантомимики.
3. Познакомить с эмоциями человека, учить осознавать собственные эмоции, распознавать эмоциональные реакции других людей и развивать умение адекватно выражать свои эмоции.
4. Развивать навыки совместной деятельности, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.
5. Снижение психоэмоционального напряжения.

Занятие проводится 1 раз в неделю.

Продолжительность каждого занятия 25-30 минут.

Цикл занятий рассчитан на 7 месяцев (28 занятий).

Дата	Игры и упражнения	Цели
Октябрь 1 неделя Занятие №1	1. Приветствие. 2. Прослушивание сказки «Три подружки». 3. Инсценировка сказки «Три подружки». 4. Упр. «Глубокое дыхание».	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие эмоционально-выразительных движений; • Развитие коммуникативных способностей; • Снижение психоэмоционального напряжения.
2 неделя Занятие №2	1. Приветствие. 2. Этюд «Робкий Чебурашка». 3. Этюд «Смелый Чебурашка». 4. Разыгрывание этюда с Чебурашкой (2-3 раза). 5. Упр. «Глубокое дыхание».	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие способности понимать эмоциональное состояние партнеров по общению; • Снижение психоэмоционального напряжения.
3 неделя Занятие №3	1. Приветствие. 2. Упр. «Ласковое имя». 3. Игра «Кто это?». 4. Упр. «Лифт» (2-3 мин.)	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие эмоционально-выразительных движений; • Развитие умения входить в контакт, воспитание доброжелательного отношения к окружающим; • Снижение психоэмоционального напряжения.
4 неделя Занятие №4	1. Приветствие. 2. Беседа о речи. 3. Упр. «Слепой и поводырь». 4. Упр. «Порхание бабочки».	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Формирование эффективных способов общения; развитие межличностного доверия; • Снижение психоэмоционального напряжения.

<p>Ноябрь 1 неделя Занятие №5</p>	<p>1. Приветствие. 2. Беседа «Как можно научиться общаться без слов». 3. Упр. «Иностранец». 4. Упр. «Водопад».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие паралингвистических (внеязыковых) средств общения; • Воспитание интереса и внимания к партнерам по общению; • Снижение психоэмоционального напряжения.
<p>2 неделя Занятие №6</p>	<p>1. Приветствие. 2. Упр. «Через стекло». 3. Упр. «Связующая нить». 4. Упр. «Жираф».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие вербальных и невербальных средств общения; • Формирование способности осознавать и выразить свое эмоциональное состояние; • Развитие умения оказывать положительные знаки внимания сверстникам; • Формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себя; • Снижение психоэмоционального напряжения.
<p>3 неделя Занятие №7</p>	<p>1. Приветствие. 2. Упр. «Расскажи стихи без слов». 3. Инсценировка стихотворения «Ждет гостей сегодня кошка...». 4. Упр. «Цветок».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие паралингвистических средств общения; • Сплочение группы, воспитание способности к согласованному взаимодействию; • Снижение психоэмоционального напряжения.
<p>4 неделя Занятие №8</p>	<p>1. Приветствие. 2. Упр. «Рисуем себя». 3. Упр. «Необычная радуга».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие самосознания, формирование адекватной самооценки; • Снижение психоэмоционального напряжения.

<p>Декабрь 1 неделя Занятие №9</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Незнайка». 3. Игра «Змейка». 4. Упр. «Цветок». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие паралингвистических (внеязыковых) средств общения; • Формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе; • Снижение психоэмоционального напряжения.
<p>2 неделя Занятие №10</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Дракон ловит свой хвост». 3. Этюд «Два клоуна». 4. Упр. «Марионетка». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе; • Развитие паралингвистических (внеязыковых) средств общения; • Воспитание способности к согласованному взаимодействию; • Снижение психоэмоционального напряжения
<p>3 неделя Занятие №11</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Упр. «Разыграем сказку». 3. Упр. «Волшебный сон». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие Коммуникативных навыков. • Воспитание способности к согласованному взаимодействию; • Снижение психоэмоционального напряжения.

<p>Январь 3 неделя Занятие №12</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Веселый мячик». 3. Этюд «Встреча с другом». 4. Упр. «Полет высоко в небе». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Сплочение группы, воспитание интереса и внимания к партнерам по общению; • Развитие вербальных и невербальных средств общения; • Снижение психоэмоционального напряжения
<p>4неделя Занятие №13</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Упр. «Угадай эмоцию». 3. Беседа «Способы повышения настроения». 4. Упр. «Рисуем свое настроение». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие способности определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям; • Развитие самосознания и индивидуальности; • Снижение психоэмоционального напряжения.

<p>Февраль 1 неделя Занятие №14</p>	<p>1. Приветствие. 2. Упр. «Незаконченные предложения». 3. Упр. «Воздушный шарик».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие самосознания, формирование адекватной самооценки; • Развитие социальных эмоций, коммуникативных способностей; • Снижение психоэмоционального напряжения
<p>2 неделя Занятие №15</p>	<p>1. Приветствие. 2. Упр. «Расскажи о том, что тебе нравится в себе». 3. Этюд «Встреча с другом». 4. Упр. «Веселая зарядка».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие самосознания, формирование адекватной самооценки; • Развитие социальных эмоций, коммуникативных способностей; • Снижение психоэмоционального напряжения
<p>3 неделя Занятие №16</p>	<p>1. Приветствие. 2. Игра «Заколдованный ребенок». 3. Игра «Жмурки». 4. Упр. «Отдых на море».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие вербальных и невербальных средств общения; • Развитие интереса и внимания к партнерам по общению; • Снижение психоэмоционального напряжения.
<p>4 неделя Занятие №17</p>	<p>1. Приветствие. 2. Игра «Путешествие». 3. Упр. «Тихое озеро»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Сплочение группы, воспитание способности к согласованному взаимодействию; • Снижение психоэмоционального напряжения.

<p>Март 1 неделя Занятие №18</p>	<p>1. Приветствие. 2. Игра «Лети, лети, лепесток». 3. Игра «Ах, какой я молодец!» 4. Упр. «Насос и мяч».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие самосознания, формирование адекватной самооценки; • Развитие социальных эмоций, коммуникативных способностей; • Снижение психоэмоционального напряжения
<p>2 неделя Занятие №19</p>	<p>1. Приветствие. 2. Упр. «Комплименты». 3. Упр. «Закончи предложение». 4. Упр. «Самолет».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие самосознания, формирование адекватной самооценки; • Развитие умения оказывать положительные знаки внимания сверстникам; • Снижение психоэмоционального напряжения
<p>3 неделя Занятие №20</p>	<p>1. Приветствие. 2. Игра «Строители». 3. Упр. «Робот». 4. Упр. «Лифт».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Сплочение группы, воспитание способности к согласованному взаимодействию; • Развитие интереса и внимания к партнерам по общению; • Развитие самосознания и индивидуальности; • Снижение психоэмоционального напряжения.
<p>4 неделя Занятие №21</p>	<p>1. Приветствие. 2. Упр. «Зеркало». 3. Игра «Путешествие». 4. Упр. «Водопад».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Сплочение группы, воспитание способности к согласованному взаимодействию; • Развитие интереса и внимания к партнерам по общению; • Развитие вербальных и невербальных средств общения; • Снижение психоэмоционального напряжения.

<p>Апрель 1 неделя Занятие №22</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Смелые мышки». 3. Упр. «Ласковое имя». 4. Упр. «Путешествие в волшебный лес». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Сплочение группы, воспитание доброжелательного отношения к окружающим; • Развитие коммуникативных способностей; • Снижение психоэмоционального напряжения
<p>2 неделя Занятие №23</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Улиточка». 3. Беседа «Наши имена». 4. Упр. «Расскажи о том, что тебе нравится в себе». 5. Упр. «Глубокое дыхание». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие самосознания, формирование адекватной самооценки; • Развитие интереса и внимания к партнерам по общению; • Снижение психоэмоционального напряжения.
<p>3 неделя Занятие №24</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Беседа «Как мы боремся с трудностями». 3. Упр. «Разыгрывание ситуаций». 4. Упр. «Закончи предложение». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие самосознания, формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе; • Развитие вербальных и невербальных средств общения.
<p>4 неделя Занятие №25</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Паровозик». 3. Игра «Строители». 4. Упр. «Скала». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Сплочение группы, воспитание способности к согласованному взаимодействию; • Формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе; • Снижение психоэмоционального напряжения

<p>Май 1 неделя Занятие №26</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Ладшки». 3. Упр. «Я знаю». 4. Ролевая гимнастика. 5. Упр. «Глубокое дыхание». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Развитие умения оказывать положительные знаки внимания сверстникам; • Формирование адекватной самооценки, развитие уверенности в себе; • Развитие вербальных и невербальных средств общения; • Снижение психоэмоционального напряжения.
<p>2 неделя Занятие №27</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Коллективный рисунок «Волшебная страна». 3. Упр. «Придуманная страна». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Сплочение группы, воспитание способности к согласованному взаимодействию; • Снижение психоэмоционального напряжения.
<p>3 неделя Занятие №28</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «На кого я похож». 3. Упр. «Рисуем себя». 4. Упр. «Пожелания». 5. Упр. «Самолет». 	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; • Воспитание интереса к партнерам по общению; • Развитие самосознания и индивидуальности; • Снижение психоэмоционального напряжения.