

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 201» городского округа Самара**

РОССИЯ, 443058, г. Самара, ул. Средне-Садовая, 1а

Тел.: (846) 995 28 89 факс: (846) 997 13 28 e-mail: dou201samara@rambler.ru

ПРИНЯТА
на педагогическом совете МБДОУ
«Детский сад № 201»
г. о. Самара
протокол № 5
от « 1 » сентября 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 201»
г. о. Самара



Минбаева А.А.
Приказ № 7-08
от « 1 » сентября 2022 г.

**Профилактическая психолого-педагогическая программа
«Я иду в детский сад»**

Составитель:
Педагог- психолог
Богданова Галина Ивановна
Т. 8 987 986 04 76
bogdanova13244@mail.ru

г. Самара, 2022г

Содержание

1.Аннотация	2
2.Учебный план	4
3.Учебно-тематический план	6
4.Учебная программа	16
5.Список литературы	59
6.Методические рекомендации	60
7.Приложение	61
8.Рефлексивный отчёт	64
9.Отзыв администрации	67

Аннотация

Проблема адаптации человека всегда интересовала научную общественность и относится к числу фундаментальных как в психологии, так и во многих других областях научного знания. Концептуальные основы проблемы адаптации разработаны в трудах ученых А.Н. Леонтьева, Л.С. Выготского, А.В. Петровского, С.Л. Рубинштейна, К.А. Абульхановой-Славской, В.Ф. Березина, А.А. Налчаджян, А.А. Реана. Проблема адаптации ребенка раннего возраста раскрыта в исследованиях Н.М. Аксариной, Н.Д. Ватутиной, Р.В. Тонковой –Ямпольской и др.

Ученые, занимающиеся проблемой адаптации детей раннего возраста к ДООУ, отмечают, что изменение образа жизни, связанное с поступлением ребенка в детский сад, это серьезное испытание для малыша и может привести к нарушениям в эмоциональном состоянии и психофизическом развитии, так как адаптивные возможности ребенка в раннем возрасте ограничены.

Таким образом, поступление ребенка в детский сад – это событие, требующее особого внимания со стороны педагогов ДООУ и родителей.

В связи с этим актуальным является осуществление целенаправленной организации процесса адаптации детей к новым условиям дошкольного учреждения, которое способствовало бы снятию стрессового состояния детей, а также сохранению и укреплению их психического здоровья.

Решение вышеупомянутого вопроса легло в основу разработки профилактической психолого-педагогической программы сопровождения детей в период адаптации к ДООУ. Данная программа определяет содержание и организацию деятельности педагога-психолога по сохранению и укреплению психологического здоровья детей раннего возраста (2 – 3 года) в период адаптации к условиям дошкольного учреждения.

Цель программы: создание условий, способствующих эмоциональному и физическому благополучию воспитанников в процессе адаптации к дошкольному учреждению.

Задачи программы:

1. Создать благоприятный психологический и эмоциональный климат на занятиях, способствовать преодолению стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации.
2. Установить тесный эмоциональный контакт между педагогом и ребёнком в процессе совместной игровой деятельности для упрощения процесса социальной адаптации ребёнка в коллективе.
3. Развивать социально-коммуникативные навыки у детей раннего дошкольного возраста (путём взаимодействия с детьми и со взрослыми).

Адресат: воспитанники младших групп (2-3 года).

Продолжительность занятий: 10 минут.

Занятия проводятся с сентября по март, 2-3 раза в неделю.

Количество занятий: 70.

Количество детей в группе: 10 - 15 человек.

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Сформирована положительная установка на посещение детского сада.
2. Снижение тревожности, агрессивности, импульсивности, излишней двигательной активности.
3. Умение детей взаимодействовать друг с другом и с взрослыми.

Сведения о практической апробации на базе МБДОУ г.о.Самары

Данная программа была реализована на базе МБДОУ «Детский сад № 201» г.о. Самара, Советского района, с сентября по март 2020 - 2021 учебного года, с воспитанниками 2-3 лет.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 201» г.о. Самара

_____ А.А.Минбаева

« ____ » _____ 20__ г.

Учебный план программы

«Я иду в детский сад»

Цель программы: создание условий, способствующих эмоциональному и физическому благополучию воспитанников в процессе адаптации к дошкольному учреждению.

Адресат: воспитанники младших групп (2-3 года).

Продолжительность занятий: 10 минут.

Занятия проводятся с сентября по март, 2-3 раза в неделю; каждое занятие проводится 5 раз.

Количество занятий: 70.

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теор.	Практич.	
1	Мячик	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
2	Веселый паровоз	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
3	Мыльные пузыри	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
4	Листопад	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
5	Ёжик	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
6	Божья коровка	5	1	4	Наблюдение, анализ

					занятия
7	Зайка	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
8	Новый год	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
9	Мячики	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
10	Музыканты	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
11	Непослушные мышата	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
12	Мишка	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
13	Котята	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
14	Колобок	5	1	4	Наблюдение, анализ занятия
	Итого	70	14	56	

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 201» г.о. Самара

_____ А.А.Минбаева

« ____ » _____ 20__ г.

Учебно-тематический план

«Я иду в детский сад»

Цель программы: создание условий, способствующих эмоциональному и физическому благополучию воспитанников в процессе адаптации к дошкольному учреждению.

Адресат: воспитанники младших групп (2-3 года).

Продолжительность занятий: 10 минут.

Занятия проводятся с сентября по март, 2-3 раза в неделю; каждое занятие проводится 5 раз.

Количество занятий: 70.

№	Тема занятия:	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теор.	Практ.	
1. Мячик					
1.1.	Мячик - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
1.2.	Мячик - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
1.3.	Мячик - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
1.4.	Мячик - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
1.5.	Мячик - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
2. Весёлый паровоз					

2.1.	Весёлый паровоз - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
2.2.	Весёлый паровоз - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
2.3.	Весёлый паровоз - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
2.4.	Весёлый паровоз - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
2.5.	Весёлый паровоз - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
3. Мыльные пузыри					
3.1.	Мыльные пузыри - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
3.2.	Мыльные пузыри - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
3.3.	Мыльные пузыри - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
3.4.	Мыльные пузыри - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
3.5.	Мыльные пузыри - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
4. Листопад					
4.1.	Листопад - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
4.2.	Листопад - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
4.3.	Листопад - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
4.4.	Листопад - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ

					занятия
4.5.	Листопад - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
5.Ёжик					
5.1.	Ёжик - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
5.2.	Ёжик - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
5.3.	Ёжик - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
5.4.	Ёжик - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
5.5.	Ёжик - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
6.Божья коровка					
6.1.	Божья коровка - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
6.2.	Божья коровка - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
6.3.	Божья коровка - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
6.4.	Божья коровка - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
6.5.	Божья коровка - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
7.Зайка					
7.1.	Зайка - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
7.2.	Зайка - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
7.3.	Зайка - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение

					е, анализ занятия
7.4.	Зайка - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
7.5.	Зайка - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
8.Новый год					
8.1.	Новый год - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
8.2.	Новый год - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
8.3.	Новый год - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
8.4.	Новый год - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
8.5.	Новый год - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
9.Мячики					
9.1.	Мячики - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
9.2.	Мячики - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
9.3.	Мячики - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
9.4.	Мячики - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
9.5.	Мячики - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
10.Музыканты					
10.1.	Музыканты - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия

10.2.	Музыканты - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
10.3.	Музыканты - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
10.4.	Музыканты - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
10.5	Музыканты - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
11.Непослушные мышата					
11.1.	Непослушные мышата - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
11.2.	Непослушные мышата - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
11.3.	Непослушные мышата - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
11.4.	Непослушные мышата - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
11.5.	Непослушные мышата - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
12. Мишка					
12.1.	Мишка - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
12.2.	Мишка - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
12.3.	Мишка - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
12.4.	Мишка - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
12.5.	Мишка - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия

13. Котята					
13.1.	Котята - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
13.2.	Котята - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
13.3.	Котята - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
13.4.	Котята - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
13.5.	Котята - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
14. Колобок					
14.1.	Колобок - 1	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
14.2.	Колобок - 2	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
14.3.	Колобок - 3	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
14.4.	Колобок - 4	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
14.5.	Колобок - 5	1	0.2	0.8	Наблюдение, анализ занятия
	Итого	70	14	56	

Учебная программа
«Я иду в детский сад»
Пояснительная записка

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка

раннего возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Психологу необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в дошкольном учреждении. В связи с этим возникает потребность в создании и реализации профилактической психолого-педагогической программы, которая способствовала бы эффективному повышению адаптационных возможностей детей и содействовала бы снятию стрессового состояния.

Программа по адаптации детей к дошкольному учреждению «Я иду в детский сад» разработана для детей, поступивших в первую младшую группу ДООУ. Эта программа содержит цикл занятий, которые помогут детям раннего возраста успешно адаптироваться к условиям ДООУ. В основу этой программы легли игры и упражнения, взятые из пособия А.С. Роньжиной «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к ДООУ». Игры и упражнения, составляющие основу занятий, способствуют снятию психоэмоционального напряжения, снижению импульсивности, тревоги и агрессии, совершенствованию коммуникативных, игровых и двигательных навыков, развитию познавательных процессов.

Цель программы: создание условий, способствующих эмоциональному и физическому благополучию воспитанников в процессе адаптации к дошкольному учреждению.

Задачи:

1. Создать благоприятный психологический и эмоциональный климат на занятиях, способствовать преодолению стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации.
2. Установить тесный эмоциональный контакт между педагогом и ребёнком в процессе совместной игровой деятельности для упрощения процесса социальной адаптации ребёнка в коллективе.

3. Развивать социально-коммуникативные навыки у детей раннего дошкольного возраста (путём взаимодействия с детьми и со взрослыми).

Структура каждого занятия

Каждое занятие начинается с упражнений, требующих согласованных действий всей группы: дети здороваются со сказочным персонажем, который пришёл к ним в гости и принёс что-то интересное, повторяют за психологом потешку или четверостишие, дружно шагают, бегают, хлопают ладошками по мячу, выполняют другие задания в соответствии с ритмом и словами стихотворения. Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу.

В основную часть занятия входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми.

Заканчивается занятие спокойными, малоподвижными играми и упражнениями.

Все игры и упражнения, входящие в одно занятие, объединены сказочно-игровым сюжетом. Занятия длительностью 10 минут проводятся 2-3 раза в неделю. Каждое из занятий повторяется по 5 раз, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр.

Методы, используемые при реализации программы

Игры с речевым сопровождением: хороводы, марши, песенки, потешки, стишки, «ладушки» и «догонялки», подвижные игры.

Диагностический блок предполагает наблюдение за детьми в процессе адаптации и заполнение листов адаптации.

Противопоказания на участие в освоении программы

Особых противопоказаний для участия в программе нет.

Обеспечение гарантии прав участников программы

При составлении программы учитывались положения и пункты нормативно-правовых документов:

1. Положение Конвенции ООН о правах ребенка, принятой Генеральной Ассамблеей ООН 20.11. 1989 г., ратифицированной третьей сессией Верховного Совета СССР 13.06. 1990 г.
2. Концепция развития системы психологического обеспечения (психологической службы) образования РФ.
3. Положение о службе практической психологии в системе Министерства образования РФ от 22.10.99 № 636.
4. Концепция развития образования РФ от 29.12. 2001 г. № 1756-р.

Сферы ответственности

Основные права и обязанности специалистов и учреждения, на базе которого реализовывалась программа, определялись договором, который был заключен перед началом работы.

Перед началом реализации программы были ознакомлены родители воспитанников с целью и задачами программы, ее содержанием и режимом проведения.

Ресурсы для эффективной реализации программы

1. Требования к специалистам, реализующим программу: ведущий должен иметь достаточное представление об особенностях психического развития и основных новообразованиях детей раннего возраста.
2. Для реализации данной программы необходим следующий учебно-методический материал: описание упражнений и игр; игрушки: персонажи сказки «Колобок», божья коровка, мышка, кот, заяц, лиса, ёжик, медведь, «мальчик Петя», мягкие или резиновые игрушки или куклы для каждого ребёнка; большой и маленькие мячи, воздушные шары, паровозик, матерчатый мешочек с набором пластиковых овощей, мыльные пузыри, музыкальные инструменты, большие игрушечные часы, ширма, дед мороз, ёлка, большой зонт, кленовые листочки; музыка: шум дождя, весёлая

плясовая, плавная, медленная, спокойная, голоса животных и птиц, пение птиц.

3. Материально - техническое оснащение:

Для проведения работы по программе необходимо отдельное помещение, отвечающее следующим требованиям:

- помещение должно быть достаточно просторным с наличием ковра и стульев для работы;
- в помещении должно быть достаточно светло;
- помещение должно быть достаточно звукоизолировано;
- помещение должно быть проветриваемо.

Сроки и этапы реализации программы:

Программа состоит из 70 занятий продолжительностью 10 минут каждое. Оптимальный режим встреч 2-3 занятия в неделю. Каждое занятие проводится пять раз. Данная программа реализована на базе МБДОУ «Детский сад № 201» Советского района, г.о. Самара с сентября по март 2020 - 2021 учебного года с воспитанниками 2-3 лет.

Ожидаемые результаты реализации программы

1. Сформирована положительная установка на посещение детского сада.
2. Снижение тревожности, агрессивности, импульсивности, излишней двигательной активности.
3. Умение детей взаимодействовать друг с другом и с сотрудниками ДОУ.

Система организации контроля за реализацией программы

Ответственность за реализацию программы ложится на ведущего. Контроль за реализацией осуществляется через заполнение «Журнала групповых форм работы».

Критерии эффективности

Качественными показателями эффективности программы можно считать положительные изменения, увиденные через наблюдение:

1. Дети с удовольствием идут в детский сад, в течение дня не вспоминают родителей.

2. Воспитанники свободно передвигаются по помещениям группы, самостоятельно выбирают игрушки и игры.

3. Дети контактируют с взрослыми и сверстниками, проявляют инициативу в общении, активно участвуют в играх и занятиях, организованных педагогами.

Основное содержание программы

Тема 1 «Мячик»

Занятие 1.1.

Тема: Мячик.

Цель: сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками; повышение эмоционального тонуса; развитие чувства ритма, координации движений; развитие ориентации в пространстве; обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов; развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.

Материалы: большой мяч.

Ход занятия:

1. Приветствие.

Инструкция: психолог показывает детям большой мяч и предлагает определить его величину, цвет и форму. Дети выполняют задание. «Покажите рукой форму мяча». Дети рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно.

2. Игра «Мой весёлый звонкий мяч».

Инструкция: психолог говорит детям: «Давайте сядем вокруг мяча и расскажем про него стихотворение». Все садятся в круг кладут ладони на мяч. Дети повторяют за психологом стихотворение С. Маршака «Мой

веселый звонкий мяч» и ритмично шлепают по мячу сначала одной, потом другой рукой.

Мой веселый, звонкий мяч,
Ты куда помчался вскачь?
Жёлтый, красный, голубой,
Не угнаться за тобой!

(Психолог оказывает помощь детям, которые неритмично шлепают по мячу. Он кладет свою ладонь на ладошку ребенка и помогает ему скоординировать движения руки с ритмом стиха).

3. Игра «Превратись в мячик».

Инструкция: психолог говорит «Катя, ты будешь мячиком какого цвета? А ты, Вова?» Дети рассматривают свою одежду и называют соответствующие цвета. «Я буду играть с мячами - легонько шлепать вас ладошкой, а вы будете прыгать, как мячики». Психолог, рассказывая стихотворение «Мой веселый звонкий мяч», поочередно кладет ладонь на голову каждого ребенка. Дети, почувствовав касание, подпрыгивают на месте. На слова: «не угнаться за тобой» - дети убегают от психолога к воспитателю. Игра повторяется - и дети убегают от воспитателя в объятия психолога.

4.Игра «Прятки»

Инструкция: психолог предлагает «мячам» поиграть в прятки. Он читает стихотворение «Мой веселый звонкий мяч». Дети прыгают. На слова: «не угнаться за тобой» - дети разбегаются по группе и прячутся. Психолог ищет детей. Найденный ребенок должен сказать, где он прятался (под столом, за креслом, в углу). Игра повторяется 2-3 раза.

5.Игра «Мячик спрятался».

Инструкция: психолог говорит «Ребята, вы так весело играли в прятки, что мячу тоже захотелось с вами поиграть. Закройте глаза, а мячик спрячется». Дети закрывают глаза, психолог прячет мяч. По команде психолога дети открывают глаза и начинают искать мяч. Найдя, говорят, где он «прятался».

6. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Затем прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 1.2.

Смотри занятие 1.1.

Занятие 1.3.

Смотри занятие 1.1.

Занятие 1.4.

Смотри занятие 1.1.

Занятие 1.5.

Смотри занятие 1.1.

Тема 2 «Весёлый паровоз»

Занятие 2.1.

Тема: Весёлый паровоз.

Цель: развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха; закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка - мальчик); закрепление пространственных представлений («верх», «низ»); развитие общей и мелкой моторики; развитие восприятия, речи и воображения.

Материалы: игрушка «Петя»; игрушечный паровозик, с привязанной к нему длинной лентой; игрушка или кукла (для каждого ребенка).

Ход занятия:

1.Приветствие.

Инструкция: психолог говорит: «Ребята, к нам в гости приехал веселый Петя на своём паровозике». «Здравствуйте, дети! Я – Петя, а вас как зовут?» - Дети хором произносят свои имена. «Ну, вот и познакомились! Наверное, вы меня ждали? Ну, тогда давайте играть и веселиться! Кто хочет на моем паровозе прокатиться?»

2.Игра «Паровоз».

Инструкция: дети встают друг за другом, берутся одной рукой за ленту, привязанную к паровозу, дружно шагают и поют песенку.

Паровоз, паровоз, маленький блестящий,

Он вагоны повез, будто настоящий.

Кто едет в поезде?

Плюшевые мишки, зайки пушистые,

Кошки да мартышки!

3.Игра «Где же наши ручки...»

Инструкция: психолог говорит: «Вот мы и приехали в страну игр и развлечений! Вставайте в круг. Давайте поиграем с нашими ручками и ножками. Ой, а где же ваши ручки? Спрятались?» Психолог и «Петя» поют песенку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

Где же, где же наши ручки? (Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга).

Нет наших ручек! (Прячут руки за спину).

Вот, вот наши ручки! Вот наши ручки! (Поворачивают ладошки тыльной стороной вверх-вниз).

Пляшут, пляшут наши ручки! Пляшут наши ручки! (Ритмично машут ладошками перед собой).

Где же, где же наши ножки? (Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга).

Нет наших ножек! (Садятся на корточки).

Вот, вот наши ножки! Вот наши ножки! (Ритмично хлопают ладошками по ногам).

Пляшут, пляшут наши ножки! Пляшут наши ножки! (Ритмично топают ногами).

Где же, где же наши детки? Где же наши детки? Где же, где же наши детки? (Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга).

Нет наших деток! (Прячут лицо в ладошки).

Вот, вот наши детки! Вот наши детки! (Открывают лицо, улыбаются, покачивают головой).

Пляшут, пляшут наши детки! Пляшут наши детки! (Пританцовывая, поворачиваются вокруг себя).

- Ура! Нашлись наши детки! Вам мои игры еще не надоели? Тогда всё на карусели! Сначала девочки сядут на карусели, все девочки? Теперь мальчики!

4.Игра «Карусели».

Инструкция: дети встают в круг. Психолог и «Петя» рассказывают потешку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

Еле-еле, еле-еле, завертелись карусели, (Идут медленно).

А потом, потом, потом, (Идут быстрее).

Все бегом, бегом, бегом! (Бегут).

Тише, тише, не спешите! (Переходят на шаг).

Карусель остановите! (Останавливаются).

Раз, два, раз, два! (Берутся руками за голову, наклоняют голову вправо-влево).

Закружилась голова! (Делают вращательные движения головой).

Игра повторяется 2-3 раза. (Чтобы у детей не закружилась голова, направление каждый раз меняется на противоположное).

5.Игра «Игрушки».

Инструкция: ребята, вы так весело катались на карусели, играли, что вашим игрушкам тоже захотелось поиграть. Дети выбирают себе игрушки и

подходят к психологу. Психолог и «Петя» рассказывают потешку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

Прыгай, прыгай веселей! (Прыгают с игрушками в руках).

Прыгай, прыгай побыстрей! (Прыгают с игрушками в руках).

Вверх, вниз, вверх, вниз! (Поднимают игрушку над головой, приседают, ставят игрушку на пол).

И немного покружись! (Вытягивают руки с игрушкой вперед и кружатся на месте).

Игра повторяется 2-3 раза.

6.Игра «Паровоз».

Инструкция: раздается « гудок паровоза»: «Ребята, паровозик говорит; что нам пора возвращаться. Садитесь быстрее в вагончики. Поехали!» Дети берутся за ленту, привязанную к паровозу, дружно идут и подпевают «Пете».

Вот какой паровоз к празднику купили,

Вот какой паровоз детям подарили.

Катится, катится дальняя дорога!

Вдоль нашей комнаты, прямо до порога.

7. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Затем прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 2.2.

Смотри занятие 2.1.

Занятие 2.3.

Смотри занятие 2.1.

Занятие 2.4.

Смотри занятие 2.1.

Занятие 2.5.

Смотри занятие 2.1.

Тема 3 «Мыльные пузыри»

Занятие 3.1.

Тема: Мыльные пузыри.

Цель: снятие эмоционального напряжения и агрессии; снижение излишней двигательной активности, импульсивности; обучение детей установлению контакта друг с другом, сплочение группы; развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики; развитие внимания, речи и воображения.

Материалы: набор для выдувания мыльных пузырей; запись плавной мелодии; мячи (воздушные шарики).

Ход занятия

1.Приветствие.

Инструкция: психолог показывает детям набор для выдувания мыльных пузырей и предлагает отгадать загадку: в мыльной воде родился, в шарик превратился, к солнышку полетел, да не долетел - лопнул! Психолог и дети выдувают пузыри, наблюдают за ними, ловят их. В конце упражнения психолог задает вопросы. Дети отвечают на них. «Сколько пузырей я выдула? Какой формы пузыри? Какого размера были пузыри? А какого цвета вы видели пузыри? А что делали пузыри? А что вы делали?»

2.Песенка «Ладушки-ладошки».

Инструкция: дети садятся в круг. Психолог поет песенку «Ладушки-ладошки» и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки. (Ритмично хлопают в ладоши).

Хлопали в ладошки, хлопали немножко. (Ритмично хлопают в ладоши).

Пену мешали, пузыри пускали, Пузыри летали, деток забавляли. (Кладут ладони на колени, имитируют движения).

Кулачки сложили, кулачками били: «Тука-тука, тука-тук!» «Тука-тука, тука-тук!» (Складывают ладони в кулачки, стучат кулачками друг о друга).
Ладушки плясали, (Сжимают и разжимают кулачки).

Деток забавляли, (Сжимают и разжимают кулачки).

Так они плясали, деток забавляли. (Сжимают и разжимают кулачки).

Ладушки устали, ладушки поспали, Баю-баю-баюшки, баю-баю-ладушки,
(Кладут ладони, сложенные «лодочкой» под правую, затем под левую щеку).

3.Игра «Пузырь».

Инструкция: все дети берутся за руки и встают в маленький круг. Психолог рассказывает стишок и не спеша отступает назад. Дети повторяют за ним.

Надувайся, пузырь,
Раздувайся большой,
Оставайся такой,
Да не лопайся!

Круг расширяется, пока психолог не скажет: «Лопнул пузырь!» Тогда все хлопают в ладоши, хором говорят: «Хлоп!», сбегаются в маленький круг и снова берутся за руки. Игра повторяется 2-3 раза.

4.Игра «Мыльные пузыри».

Инструкция: психолог предлагает детям лечь на спину, обхватить руками согнутые в коленях ноги, подтянуть голову к коленям. Дети выполняют задание. Вспомните, как плавно покачивались в воздухе пузыри. Попробуйте это изобразить. Взрослые помогают детям раскачиваться вперед-назад. Ну-ка, пузыри, собирайтесь в баночку. Дети подбегают к психологу и встают вплотную друг к другу. Я беру палочку для выдувания пузырей и опускаю ее в банку. Психолог гладит рукой детей по волосам. Проверим, все ли пузыри собрались в баночку. Называет детей по именам, встречается с ними глазами.

Раз, два, три, надуваю пузыри! Дети разбегаются по группе. Звучит громкая плавная музыка - дети изображают полет мыльных пузырей. Музыка затихает - дети в удобной позе ложатся на ковер.

5.Игра «Мяч-пузырь».

Инструкция: психолог делит детей на пары, дает каждой паре по мячу (шарику) и говорит: «Представьте себе, что мяч - это пузырь, который нельзя уронить, иначе он лопнет. Кидайте мяч друг другу и ловите его.

6. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Психолог прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 3.2.

Смотри занятие 3.1.

Занятие 3.3.

Смотри занятие 3.1.

Занятие 3.4.

Смотри занятие 3.1.

Занятие 3.5.

Смотри занятие 3.1.

Тема 4 «Листопад»

Занятие 4.1

Тема: Листопад

Цель: создание атмосферы эмоциональной безопасности; снятие эмоционального и мышечного напряжения; снижение импульсивности, повышенной двигательной активности; развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп; развитие слухового

внимания, произвольности, быстроты реакций; развитие речи, воображения, творческих способностей.

Материалы: игрушка зайчик, большой зонт; музыка: шум дождя, медленная спокойная музыка; два кленовых листа для каждого ребенка.

Ход занятия

1.Приветствие.

Инструкция: Психолог приносит в группу игрушечного зайчика. Зайчик здоровается с ребятами, знакомится с ними, говорит, что его зовут Ушастик и спрашивает у ребят, как их зовут. Зайчик приглашает ребят погулять по осеннему лесу.

2.Игра «Прогулка по осеннему лесу».

Инструкция: Зайчик говорит ребятам: - Представьте, что мы идем гулять в осенний лес. - Внимательно слушайте слова. Старайтесь двигаться дружно. Не обгоняйте друг друга. Зашагали ножки: топ-топ-топ, прямо по дорожке: топ-топ-топ. Ну-ка, веселее: топ-топ-топ, вот как мы умеем: топ-топ-топ (идут друг за другом). Побежали ножки по ровненькой дорожке, убегают, убегают, только пяточки сверкают (бегут, стараясь не обгонять друг друга). Игра повторяется 2-3 раза.

3.Игра «Зайчики»

Девочки и мальчики, Представьте, что вы зайчики.

Раз, два, три, четыре, пять, Начал зайнышка скакать.

Прыгал заяка целый день, Прыгать зайнышке не лень.

4.Игра «Дождик и солнышко».

Инструкция: Дети ходят по комнате, изображая, что собирают листья. Как только психолог включает музыку со звуками дождя или дает команду «Дождик!», - дети бегут под большой зонт, который держит кто-нибудь из

взрослых, и прячутся так, чтобы всем хватило места. Шум дождя прекращается или звучит команда «Солнышко!» - дети выбегают из-под зонта. Игра повторяется 2-3 раза.

5.Игра «Кленовые листочки»

Инструкция: включается спокойная музыка. Дети берут в каждую руку по кленовому листочку. Психолог говорит: - Представьте, что вы - кленовые листочки. Пришла осень - пора листопада, ветер сорвал листочки с деревьев, и они закружились в воздухе. Покажите, как танцуют листочки на ветру. Дети, изображая полет листьев, плавно движутся под музыку. Кружатся, изображая листочки. Подбрасывают листочки вверх. Ходят по листочкам. Ложатся на пол и слушают музыку.

6. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Психолог прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 4.2.

Смотри занятие 4.1.

Занятие 4.3.

Смотри занятие 4.1.

Занятие 4.4.

Смотри занятие 4.1.

Занятие 4.5.

Смотри занятие 4.1.

Тема 5 «Ёжик»

Занятие 5.1.

Тема: Ёжик.

Цель: сплочение группы; развитие эмпатии; развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию; снижение излишней двигательной активности; развитие пространственных представлений, умения отображать в речи с помощью предлогов (на, под, в, за и др.) местонахождение вещей; развитие общей моторики; развитие памяти, речи и воображения.

Материалы: игрушечный ежик; игрушка медведь.

Ход занятия:

1.Приветствие.

Инструкция: в гости к детям приходит ёж. Психолог рассматривает с детьми игрушечного ежа, предлагает его потрогать. Дети касаются ладонью игрушки, делают вид, что укололись, отдергивают руку, говорят, что ежик колючий. Психолог предлагает детям выучить стихотворение Б. Заходера.

Что ты, еж, такой колючий?

Это я на всякий случай.

Знаешь, кто мои соседи?

Лисы, волки да медведи!

Ёжик приглашает детей погулять по осеннему лесу.

2.Игра «Прогулка по осеннему лесу».

Инструкция: психолог говорит: «Давайте представим, что мы идем на прогулку в осенний лес». Дети встают друг за другом и идут по кругу. Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

По ровненькой дорожке, По ровненькой дорожке (Двигутся обычным шагом.)

Шагают наши ножки, Шагают наши ножки. (Двигутся большими шагами.)

По камушкам, по камушкам, По кочкам, по кочкам (Выполняют прыжки с продвижением вперед.)

По маленьким листочкам, В ямку — бух! (Двигутся мелкими шажками, приседают на корточки.)

Ну вот, мы и в лесу.

(С целью развития произвольного контроля за действиями психолог обращает внимание детей на то, что нужно приседать на корточки, а не просто садиться на ковер или падать на колени).

3.Игра «Прятки».

Инструкция: ёжик предлагает детям поиграть в прятки. Дети находят спрятанную игрушку и говорят, где находился ежик. Игра повторяется 2-3 раза.

4.Игра «Ёжик спрятался».

Инструкция: психолог объясняет, как ежик защищается от «своих соседей», предлагает детям поиграть. Дети, изображая ежей, ползают на четвереньках по группе. Когда психолог показывает игрушку (медведя), дети должны сгруппироваться и сидеть неподвижно. Игра повторяется 2-3 раза.

(Некоторым детям сложно соблюдать условие игры: не двигаться при появлении медведя — они стремятся убежать, спрятаться. Вхождение в роль поможет преодолеть импульсивность. Детям напоминают, что ежи не умеют бегать, как зайцы, не умеют лазить по деревьям, как белки, — но у них есть надежное укрытие — иголки).

5.Песенка для ёжика.

Инструкция: психолог предлагает спеть ежику песенку. Выбирается ребенок, который будет изображать ежа. Он садится и обхватывает руками колени (или ложится и сворачивается калачиком). Психолог и остальные дети встают вокруг него и поют песенку.

Шли по лесу не спеша.

Вдруг увидели ежа.

Ежик, ежик, — мы друзья,

Дай погладить нам тебя.

Все наклоняются и ласково прикасаются к «ежику». Игра повторяется 2-3 раза. (Чтобы каждый ребенок побывал в роли ежа, можно предложить сесть в центр круга сразу нескольким детям).

6. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Психолог прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 5.2.

Смотри занятие 5.1

Занятие 5.3.

Смотри занятие 5.1.

Занятие 5.4

Смотри занятие 5.1.

Занятие 5.5

Смотри занятие 5.1.

Тема 6 «Божья коровка»

Занятие 6.1.

Тема: Божья коровка.

Цель: создание положительного эмоционального настроения в группе; развитие умения действовать соответственно правилам игры; развитие координации движений, общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле; развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов); развитие внимания, речи и воображения.

Материалы: игрушечная божья коровка.

Ход занятия:

1.Приветствие.

Инструкция: психолог показывает детям игрушечную божью коровку и говорит: - К нам в гости прилетела божья коровка. Посмотрите, какая она красивая! Давайте поздороваемся с ней. Дети рассматривают божью коровку, здороваются с ней. Психолог предлагает определить цвет, форму и величину игрушки, затем вместе с детьми считает очки на спинке божьей коровки.

(Если дети затрудняются с ответом, психолог сам называет цвет, форму и величину игрушки).

2.Игра «Поймай божью коровку».

Инструкция: психолог говорит: «Ребята, представьте себе, что наша божья коровка полетела. Ну-ка, попробуем ее поймать!» Психолог, делая вид, что пытается поймать воображаемого жучка, выполняет хватательные движения над головой: одной рукой, другой, обеими руками одновременно. Дети повторяют показанные движения. «Давайте разожмем кулачки и посмотрим, смогли ли мы поймать божью коровку». Дети вслед за психологом медленно разжимают кулачки. «Вот наш жучок! Подставьте ему обе ладошки». Дети вслед за психологом соединяют раскрытые ладони, представляя, что держат воображаемого жучка.

3.Потешка «Божья коровка».

Инструкция: психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Божья коровка, (ритмично покачивают ладонями)

Улети на небо, (делают взмахи перекрещенными кистями рук)

Принеси нам хлеба,(машут кистями рук на себя)

Черного и белого, (ритмично хлопают в ладоши)

Только не горелого! (грозят указательным пальцем)

4.Дыхательное упражнение «Согрей божью коровку».

Инструкция: психолог говорит: «Замерзла божья коровка, не может взлететь. Давайте согреем ее нашим дыханием». Дети дышат на ладошки. (Обучая этому дыхательному упражнению, психолог может попросить детей широко открыть рот и длительно произносить звук «А»). «Согрелась божья

коровка, давайте сдуем ее с ладошки». Дети делают несколько глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. На выдохе вытягивают губы трубочкой, подставляют под холодные струйки воздуха ладошки. (На начальном этапе освоения этого упражнения можно предложить детям на выдохе длительно произносить звук «У»).

5.Игра «Превращаемся в божьих коровок».

Инструкция: психолог говорит: «А теперь, ребята, давайте сами превратимся в божьих коровок. Мы вокруг себя покружились. И в божьих коровок превратились. Божьи коровки, покажите мне ваши: головки, глазки, носики, ротки, щёчки, лобики, ручки-крылышки, ножки, животики. Дети кружатся. Показывают названные части тела.

6.Игра «Божьи коровки и ветер».

Инструкция: психолог рассказывает правила игры: «Светит солнышко, божьи коровки ползают по листочкам». Дети встают на четвереньки и ползают по полу. «Подул злой холодный ветер, перевернул жучков». Дети переворачиваются на спину, шевелят расслабленными ногами и руками. (Если психолог наблюдает у кого-то из детей напряженные, скованные, резкие движения, то он может поглаживанием и легким встряхиванием помочь ребенку снять излишнее напряжение). «Подул добрый теплый ветерок, помог перевернуться жучкам». Дети снова встают на четвереньки и ползают. (Игра повторяется 2-3 раза). «Теплый ветер подул сильнее, поднял божьих коровок в воздух, и они полетели». Дети, изображая полет божьих коровок, медленно бегают, плавно машут руками, жужжат. «Воробей летит! Спасайтесь, божьи коровки! Дети бегут в объятия к психологу и воспитателю».

7.Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает вспомнить детям какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось. Психолог прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 6.2.

Смотри занятие 6.1.

Занятие 6.3.

Смотри занятие 6.1.

Занятие 6.4.

Смотри занятие 6.1.

Занятие 6.5.

Смотри занятие 6.1.

Тема 7 «Зайка»

Занятие 7.1.

Тема: Зайка.

Цель: создание положительного эмоционального настроения в группе; развитие умения подражать движениям взрослого; развитие координации движений, общей и мелкой моторики; развитие умений подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции; снижение излишней двигательной активности, импульсивности; развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.

Материалы: мягкие игрушки: заяц и лиса; запись веселой плясовой музыки; матерчатый мешочек с набором пластиковых овощей.

Ход занятия

1.Приветствие.

Инструкция: Психолог спрашивает у ребят «Какое сейчас время года? Правильно, зима. А чем вы занимаетесь зимой на улице? Катаетесь на санках, лепите снеговиков. А зайчиков вы умеете лепить? Я вас научу. Давайте соберем побольше снега - и начнем лепить». Все делают вид, что сгребают снег ладошками. Психолог рассказывает стихотворение и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Мы слепили снежный ком, ушки сделали потом, (Имитируют лепку, изображают уши, прикладывая кисти рук к голове).

И как раз вместо глаз угольки нашлись у нас. (Подносят к глазам указательный и большой пальцы, соединенные в кольцо).

Зайка вышел как живой: Он с хвостом и головой. (Ритмично хлопают в ладоши, приседают, качают головой).

За усы не тяни: Из соломинок они. (Показывают усы, грозят указательным пальцем).

Длинные, блестящие, Словно настоящие! (Ритмично хлопают в ладоши).

Психолог показывает детям игрушечного зайца. «А теперь давайте хлопнем три раза в ладоши и скажем: «Раз, два, три, зайчик оживи!» Дети выполняют задание. «Смотрите, ребята, зайчик ожил и хочет с вами поиграть».

2. Потешка «Зайка».

Инструкция: психолог рассказывает потешку и показывает движения - дети повторяют за ним.

Зайка серенький сидит и ушами шевелит

Вот так, вот так он ушами шевелит. (Садятся на корточки, прикладывают кисти рук к голове, сгибают и разгибают ладони).

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть:

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть. (Встают, ритмично хлопают в ладоши).

Зайке холодно стоять, Надо зайке поскакать:

Прыг-скок, прыг-скок, Надо зайке поскакать. (Прыгают на месте).

3. Игра «Лиса идет».

Инструкция: психолог показывает игрушечную лису и говорит: «Зайчикам нужно быть осторожными, ведь где-то притаилась лиса. Пока звучит музыка, вы прыгайте, веселитесь, но как только музыка остановится, и вы услышите слова: «Лиса идет», сразу приседайте и сидите тихо. Кто пошевелится, того лисичка увидит».

Психолог включает и выключает музыку несколько раз, по окончании игры хвалит детей: «Замечательно, ребята! Вы были очень внимательными и осторожными зайчиками».

(Некоторым детям сложно сдержать желание убежать, спрятаться, им трудно сидеть неподвижно, молча. Психолог может предупредить малышей, что сидеть нужно тихо, пока он не сосчитает до трех).

4.Игра «Что любит зайка».

Инструкция: психолог показывает детям матерчатый мешочек, в котором лежат пластиковые овощи, и говорит: «Зайчик принес с собой мешок овощей. Давайте посмотрим, какие здесь есть овощи». Психолог достает овощи из мешочка и показывает детям. «А какой овощ зайчик любит больше всего? Верно, морковку! Подержите морковку в руках, потрогайте ее пальчиками. Какая она? Правильно, продолговатая, один конец острый. Теперь я все сложу обратно, а вы, не заглядывая в мешок, потрогаете все овощи и найдете морковку». Дети поочередно опускают руку в мешочек и на ощупь находят морковку. «Спасибо, ребята, помогли зайчику отыскать морковку!»

5. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Психолог прощается со всеми: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 7.2.

Смотри занятие 7.1.

Занятие 7.3.

Смотри занятие 7.1.

Занятие 7.4.

Смотри занятие 7.1.

Занятие 7.5.

Смотри занятие 7.1.

Тема 8 «Новый год»

Занятие 8.1.

Тема: Новый год.

Цель: создание положительного эмоционального настроения в группе; отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом и текстом песни; отработка быстроты реакции; развитие общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле; развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения,

Материалы: игрушечный Дед Мороз; новогодняя елка; пластиковые бутылки с холодной, теплой и горячей водой, мешочек и мелкие игрушки.

Ход занятия

1.Приветствие.

Инструкция: Психолог показывает детям игрушечного Деда Мороза. «Дед Мороз» здоровается с детьми, спрашивает, как их зовут. Психолог говорит: - Сейчас, Дедушка Мороз, мы познакомим тебя со всеми детьми. Дети садятся на стульчики, стоящие полукругом. Психолог проговаривает рифмовку. В нашей группе, в нашей группе. Много маленьких ребят. Все на стульчиках сидят. (Все ритмично хлопают в ладоши). А у нас есть... (Психолог показывает на ребенка, все хором называют его имя).

2. Танец вокруг ёлочки.

Инструкция: «Дед Мороз» спрашивает детей, знают ли они, какое сейчас время года, какой праздник скоро будут отмечать. Дети отвечают на

вопросы. «Дед Мороз» хвалит ребят, предлагает потанцевать вокруг елочки. Все встают в круг.

Дети по лесу гуляли, любовались на ель, (Идут вокруг елки. Поднимают руки вверх).

Какая ель, какая ель, Какие шишечки на ней. (Выполняют кистями рук движение «фонарики»).

Топни ножкой: топ-топ-топ, А в ладошки: хлоп-хлоп-хлоп. (Ритмично топают ногами. Ритмично хлопают в ладоши).

Шаг туда и шаг сюда, Повернись вокруг себя. (Делают шаги вперед-назад. Кружатся на месте).

3. Игра «Заморожу».

Инструкция: Психолог говорит: - Дедушка Мороз, ребята так танцевали, что им стало жарко. Остуди их - поморозь немножко. Дети хором просят «Деда Мороза» заморозить им носик (ротик, щечки, лобик, ушки, ручки, ножки). (Дед Мороз, Дед Мороз, ты нам носик заморозь!) Они показывают названную часть тела и, как только к ним приближается «Дед Мороз», закрывают нос (рот, щеки, лоб, уши) ладошками, прячут за спину руки, приседают, пряча ножки.

4. Игра «Погреем пальчики».

Инструкция: Заморозил вас Дед Мороз? Давайте погреем наши пальчики. Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Пальчики у нас попляшут: Вот они, вот они! (Шевелят пальчиками).

В кулачки мы пальцы спрячем, В кулачки, в кулачки! (Показывают ладошки Деду Морозу. Сжимают пальцы в кулачки).

Пальчики опять попляшут: Вот они, вот они! (Шевелят пальчиками).

Мы ладошками помашем: «Заходи к нам, заходи!» (Протягивают раскрытые ладошки к Деду Морозу. Сгибают и разгибают ладошки, подзывая Деда Мороза).

Инструкция: Психолог говорит: «Ой, жарко стало Дедушке Морозу! Он может растаять! Надо дедушку спасти! Дайте ему попить холодной воды. Воспитатель приносит бутылки с горячей, теплой и холодной водой. Дети трогают бутылки и говорят, какая в них находится вода: холодная, теплая или горячая. - Молодцы, ребята, нашли бутылку с холодной водой.

6. Игра «Подарки».

Инструкция: «Дед Мороз» хвалит детей и предлагает отгадать, какие подарки лежат в его мешке. Дети поочередно опускают в мешок руку, ощупывают подарки (маленькие игрушки), затем называют то, что лежит в мешке.

7. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Психолог прощается со всеми: «Давайте скажем Деду Морозу: «Спасибо! До свидания!»»

Занятие 8.2.

Смотри занятие 8.1.

Занятие 8.3.

Смотри занятие 8.1.

Занятие 8.4.

Смотри занятие 8.1.

Занятие 8.5.

Смотри занятие 8.1.

Тема 9 «Мячики»

Занятие 9.1.

Тема: Мячики.

Цель: развитие коммуникативных навыков (учить устанавливать контакт друг с другом, действовать согласованно, подстраиваться к темпу движений партнера); снятие эмоционального и мышечного напряжения; развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха; развитие ориентации в собственном теле; развитие общей и мелкой моторики; развитие зрительного восприятия, речи и воображения.

Материалы: большой красный мяч и маленькие разноцветные мячики; запись спокойной музыки и ритмичной плавной мелодии.

Ход занятия:

1.Приветствие.

Инструкция: психолог показывает детям большой красный мяч и маленький синий (жёлтый, зелёный) мячки. Дети рассматривают мячи, сравнивают по величине и цвету. Психолог предлагает детям встать в круг, взяться за руки и изобразить сначала большой, а потом маленький мяч.

2.Игра «Мячики».

Инструкция: психолог говорит «Ребята, мячи хотят с вами поиграть». Дети вслед за психологом повторяют слова и выполняют движения, упоминаемые в тексте. Девочки и мальчики прыгают, как мячики. Ножками топают, руками хлопают. Головой кивают, а после отдыхают. Игра повторяется 2-3 раза.

3.Игра «Мячики отдыхают».

Инструкция: дети ложатся на ковер, закрывают глаза. Психолог включает спокойную музыку и говорит: «Мячики отдыхают, а по комнате летает ветерок и дотрагивается до них». Психолог гладит детей: одного по головке, другого по коленкам, третьего по животу и т.п. Открыв глаза, дети должны показать и назвать части тела, до которых дотрагивался «ветерок».

4.Потешка «Мячик мой».

Инструкция: психолог говорит «Теперь давайте дружно похлопаем ладошками по мячу». Дети садятся вокруг большого мяча, кладут на него по одной ладошке. Психолог читает потешку, дети ритмично шлепают по мячу.

Друг веселый, мячик мой,
Всюду, всюду ты со мной!
Раз, два, три, четыре, пять,
Хорошо с тобой играть!

5.Игра «Передай мяч».

Инструкция: психолог включает ритмичную, плавную музыку, дети садятся на стульчики в круг и передают мячик друг другу, сначала один, затем два, затем три мяча.

6. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось. Психолог прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 9.2.

Смотри занятие 9.1.

Занятие 9.3.

Смотри занятие 9.1.

Занятие 9.4.

Смотри занятие 9.1.

Занятие 9.5.

Смотри занятие 9.1.

Тема 10 «Музыканты»

Занятие 10.1.

Тема: Музыканты.

Цель: создание положительной эмоциональной обстановки; сплочение группы, отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом музыки и текста; развитие образности слухового восприятия; развитие слуховой и зрительной памяти; развитие общей и мелкой моторики; развитие внимания, речи и воображения.

Материалы: ширма; игрушки: заяц, медведь, кот и кукла; игрушечные музыкальные инструменты: барабан, бубен, маракасы, колокольчики.

Ход занятия

1.Приветствие.

Инструкция: психолог говорит: «Сегодня к нам в гости придут музыканты. Знаете ли вы, что делают музыканты? На каких музыкальных инструментах они играют?»

2.Игра «Знакомство с музыкальными инструментами».

Инструкция: Из-за театральной ширмы показывается кот с барабаном. «Ребята, кто к нам пришел? Какой музыкальный инструмент принес кот?»

Психолог просит кота изобразить игрой на барабане тяжелые, медленные шаги медведя, быстрые прыжки зайчика, бег осторожной мышки, стук в дверь, шум дождя и т.п. Кот воспроизводит разные ритмические рисунки, дети стараются запомнить их. Психолог предлагает «коту» еще раз сыграть на барабане, а детям – отгадать (или придумать), кого (что) он изображает с помощью звуков. Дети вежливо просят у кота барабан, поочередно пробуют играть на нем, благодарят кота. Аналогично психолог знакомит детей с другими «музыкантами» и их инструментами (медведь — бубен, заяц — колокольчики, Кукла — маракасы). На первом занятии лучше познакомить детей с двумя — тремя инструментами, потом от занятия к занятию увеличивать их количество. Когда дети запомнят названия этих инструментов и научатся различать их на слух, можно будет ввести новые, например: бубен, колокольчики, металлофон, деревянные ложки и др.

3.Игра «Угадай, что звучит».

Инструкция: психолог прячет игрушки за ширму и предлагает детям отгадать, какой инструмент звучит, вспомнить, кто на нем играл.

4.Игра «Антошка».

Инструкция: психолог говорит ребятам «Давайте вежливо попросим у Пети маракасы и поиграем в игру, которая называется «Антошка». Ребенок, изображающий Антошку, берет маракасы. Остальные дети встают вокруг него. Психолог напевает песенку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Заводите хоровод вокруг Антошки. (Идут по кругу).

Посмотрите, как играет наш Антошка. (Идут по кругу).

Топ-топ, ножки. (Топают ногами, стоя на месте).

Хлоп-хлоп, ладошки. (Хлопают в ладоши, стоя на месте).

Выше ножки, выше ножки. (Высоко поднимая колени, маршируют на месте).

Громче бей в ладошки. (Хлопают в ладоши, стоя на месте).

«Антошка» передает гармошку другому ребенку, игра повторяется.

Игрушечные музыканты аплодируют, хвалят детей и прощаются.

5. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии и спрашивает, что им больше всего понравилось. Психолог прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 10.2.

Смотри занятие 10.1.

Занятие 10.3.

Смотри занятие 10.1.

Занятие 10.4.

Смотри занятие 10.1.

Занятие 10.5.

Смотри занятие 10.1.

Тема 11 «Непослушные мышата»

Занятие 11.1.

Тема: Непослушные мышата.

Цель: преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет; формирование положительной самооценки; развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм; развитие слухового внимания, быстроты реакции; развитие общей и мелкой моторики; развитие чувства юмора, речи и воображения.

Материалы: игрушечная мышка; большие игрушечные часы; запись плясовой музыки.

Ход занятия

1.Приветствие.

Инструкция: психолог показывает детям игрушечную мышку и говорит: «Здравствуйте ребята! Давайте с вами поиграем. Я буду мамой-Мышкой, а вы будете непослушными мышатами, мышками-шалунишками, будете делать все наоборот. Непослушные мышата Маму слушать не хотят. Ножками потопайте. Ручками похлопайте. Головкой покивайте. Со мною поиграйте. - Нет, нет, нет! «Мышка» качает головой: - Ах, какие озорные, непослушные какие! Ножками не топайте. - Ручками не хлопайте. - Головкой не кивайте. Со мною не играйте. Будем, будем, будем! Топают ногами. - Будем, будем, будем! Хлопают в ладоши. - Будем, будем, будем! Кивают головой. - Будем, будем, будем! Прыгают на месте. - Ах, какие озорные, непослушные мышата!»

2.Игра «Наоборот».

Инструкция: психолог произносит предложения, дети, подобрав подходящие антонимы, заканчивают их. Ах, какие непослушные мышата, все

делают наоборот. Мама их просит включить свет, а они... (выключают). Папа их просит выключить телевизор, а они... (включают). Бабушка их просит открыть окно, а они... (закрывают). Дедушка их просит закрыть кран с водой, а они... (открывают). Воспитатель просит их убрать игрушки, а они... (разбрасывают). В тихий час, когда все малыши крепко спят, им говорят: «Не шумите, не скачите», а они... (шумят, скачут).

3. Потешка «Скачут мышки-шалунишки».

Инструкция: психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Скачут мышки-шалунишки, Кто на чашке, кто на крышке. (Прыгают на месте.)

Тише, тише, тише, мышки, (Идут на носочках.)

Не мешайте спать малышке! (Садятся на корточки, кладут ладони, сложенные «лодочкой», под щеку). Игра повторяется 2-3 раза.

4. Игра «Озорные мышата».

Инструкция: вот наступил вечер. Мама-мышка уложила своих мышат спать. Она подошла к каждому мышонку, подладила его по головке и поцеловала в щечку. Дети садятся на стульчики и, изображая спящих мышат, закрывают глаза. Психолог берет игрушечную мышку и подходит к каждому ребенку. «Мышка» гладит детей по головкам, «целует» их в щечки, затем «ложится спать». Психолог говорит: «Только мама-мышка уснула... Звучит быстрая плясовая музыка - дети встают со стульчиков, прыгают, танцуют. Музыка замолкает - дети садятся на стульчики, притворяются спящими. Проснулась мама-мышка. Что за шум? Наверное, ей что-то приснилось. Только заснула...

Игра повторяется 2-3 раза.

Наступило утро. Мышата проснулись, потянулись, друг другу улыбнулись.

Все поднимают вверх сначала левую, затем правую руку и встают на носочки. А Можно предложить детям опустить руки вниз, развести в стороны, протянуть вперед, отвести назад, попросить их вытянуть шею, покрутить головой и т.п. Такие упражнения, способствуют снятию мышечных зажимов, оптимизации мышечного тонуса и повышению психической активности.

5.Игра «Мышки и часы».

Инструкция: психолог устанавливает на полу большие игрушечные часы и говорит: Давайте поиграем в игру «Мышки и часы».

Вышли мыши как-то раз, посмотреть, который час. (Идут на четвереньках к часам, шлепая ладошками по полу в ритм стиха).

Раз, два, три, четыре! Мыши дернули за гири, («Дергают за гири» правой рукой. «Дергают за гири» левой рукой).

Раздался тут страшный звон: (Закрывают ладонями уши).

Бим, бом, бим, бом! (Ритмично хлопают в ладоши).

Убежали мыши вон! (Отползают на четвереньках (спиной вперед) к своим стульчикам).

Игра повторяется 2-3 раза.

6.Пальчиковая гимнастика.

Инструкция: все встают в круг. Психолог рассказывает текст и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Это - папа-мышь. (Показывают большой палец).

Он большой и сильный. (Гладят большой палец).

У него гладкая шерстка, маленькие ушки. (Соединяют в кольцо большой и указательный пальцы).

И вот такой хвост! (Максимально широко разводят руки, показывая длину хвоста).

Это — мама мышь. (Показывают указательный палец).

Она добрая и красивая. (Гладят указательный палец).

У нее гладкая шерстка, маленькие ушки. (Соединяют в кольцо большой и средний пальцы).

И вот такой хвост! (Показывают хвост поменьше).

А это - мышка Малышка. (Показывают мизинец).

Она хорошая и послушная. (Гладят мизинец).

У нее гладкая шерстка, маленькие ушки. (Соединяют в кольцо большой палец и мизинец).

И вот такой хвостик! (Показывают маленький хвостик).

Наше занятие заканчивается. Озорные мышата превращаются в хороших, послушных мальчиков и девочек. Давайте мальчики скажут сейчас: «Я хороший!» Молодцы! Теперь девочки: «Я хорошая!» Умницы! И все вместе: «Мы хорошие!»

7. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Затем прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 11.2.

Смотри занятие 11.1.

Занятие 11.3.

Смотри занятие 11.1.

Занятие 11.4.

Смотри занятие 11.1.

Занятие 11.5.

Смотри занятие 11.1.

Тема 12 «Мишка»

Занятие 12.1.

Тема: Мишка.

Цель: сплочение группы, развитие эмпатии; снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности; развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом стиха, с правилами игры; развитие координации движений, общей и мелкой моторики; развитие внимания, речи и воображения.

Материалы: игрушечный медвежонок; запись пения птиц.

Ход занятия

1.Приветствие.

Инструкция: психолог показывает игрушечного медвежонка и просит детей внимательно послушать что он скажет: «Здравствуйте, ребята. Меня зовут Мишка. А фамилия моя - Топтыгин. А как вас зовут?» Дети называют свои имена и фамилии, пожимают «Мишке» лапку.

2.Игра «Мишка в берлоге».

Инструкция: ребята, а вы знаете, где я живу? А где я сплю зимой? Правильно, в лесу, в берлоге. Давайте возьмемся за руки и встанем в круг — это будет моя берлога. Кто хочет быть медвежонком и вместе со мной спать в берлоге? Ребенок, играющий роль медвежонка, берет Мишку, ложится в

центр круга и закрывает глаза. Психолог и остальные дети водят вокруг него хоровод и поют:

Медвежонок, медвежонок спит в своей берлоге.

Громко не кричите, Мишку не сердите, -

Тихо подходите, ласково будите.

Дети и психолог подходят к «медвежонку» и «будят» его (аккуратно, ласково прикасаются к нему, гладят). «Медвежонок» открывает глаза и улыбается. Мишка проснулся, друзьям улыбнулся, сладко потянулся. Все поднимают вверх сначала левую, потом правую руку, встают на носочки. Игра повторяется 2-3 раза.

3. Стихотворение «Мишка».

Инструкция: психолог укладывает игрушечного медведя на бочок и говорит: «Все медвежата уже проснулись, а Мишка все спит. Давайте расскажем про него стишок». Дети садятся на стульчики. Психолог рассказывает стишок и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Как под горкой Снег, снег, (Подставляют ладонь под кулачок. Опускают руки, шевелят пальцами).

И на горке Снег, снег, (Кладут ладонь на кулачок. Опускают руки, шевелят пальцами).

А под снегом Спит Медведь, (Кладут ладони, сложенные «лодочкой», под щеку).

Тише, тише, (Подносят к губам указательный палец одной, затем другой руки).

Не шуметь. (Грозят указательным пальцем).

4. Игра «У медведя во бору».

Инструкция: психолог включает пение птиц и говорит: «Ребята, почему птицы запели? Какое время года наступило? Правильно, весна, а медведь все спит! Пора его будить!» Дети идут к «медведю», напевая песенку: У медведя во бору, Я гуляю и пою, Медведь, вставай, Из берлоги вылезай! Когда медведь начинает рычать, дети прячутся в широко раскрытых объятиях воспитателя. (Игра повторяется 2-3 раза).

5. Потешка «Мишка косолапый».

Инструкция: психолог поднимает игрушечного медведя: «Кто меня будит? Кто мне спать мешает? Какое сейчас время года? Что? Уже весна? Ну, пора мне вставать, пора шишки собирать. Спасибо за то, что разбудили!» Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Мишка косолапый по лесу идет, (Имитируют походку медведя).

Шишки собирает, песенки поет: (Наклоняются, делая вид, что собирают шишки).

Вдруг упала шишка прямо Мишке в лоб, (Хватаются за лоб).

Мишка рассердился и ногою - топ! (Топают ногой).

5. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Затем прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 12.2.

Смотри занятие 12.1.

Занятие 12.3.

Смотри занятие 12.1.

Занятие 12.4.

Смотри занятие 12.1.

Занятие 12.5.

Смотри занятие 12.1.

Тема 13 «Котята»

Занятие 13.1.

Тема: Котята.

Цель: формирование положительной самооценки; развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга; снятие мышечного напряжения; развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость); развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки; развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле? развитие пространственных представлений; развитие внимания, речи и воображения.

Материалы: музыка «Голоса животных и птиц»; желтые, красные, синие, зеленые бабочки размером с детскую ладошку (по количеству детей); игрушки или предметные картинки желтого, красного, синего и зеленого цветов.

Ход занятия

1.Приветствие.

Инструкция: Психолог включает аудиозапись «Кошка», потом - «Кошка и котенок » и говорит: «отгадайте, кто с вами «разговаривает». Дети высказывают свои догадки. - Правильно, вы отгадали, это мяукают кошка и котенок. У кошки голос низкий, а у котенка - высокий, тоненький, он почти пищит. Попробуем помяукать, как кошка и как котенок. Дети выполняют задание.

2.Игра «Кошка и котята».

Инструкция: Давайте поиграем, я буду мамой-кошкой, а вы - котятами. Котята, скоро мы пойдем гулять во двор. Во дворе живет собака, вы должны уметь защищаться. Сейчас мы будем учиться шипеть и выпускать коготки. Все садятся на корточки, сжимают пальцы в кулаки, произносят: «Ш-ш-ш», затем разжимают кулаки, разводят пальцы («показывают коготки») И произносят: «Мяу». Упражнение повторяется 2-3 раза.

- Пора выходить на прогулку. Будьте внимательны, а когда услышите слово «собака», защищайтесь, как я вас учила. Дети ходят на четвереньках по группе. По сигналу «Собака!» дети выполняют вышеописанное упражнение. Игра повторяется 2-3 раза.

3.Игра «Бабочки».

Инструкция: Психолог предлагает детям подойти к нему, показывает бабочек и говорит: - Посмотрите, котята, к нам прилетели бабочки. Давайте рассмотрим их. Эта Бабочка желтая, как солнышко. А эта, какого цвета? Правильно, синяя, как колокольчик. И т.п. Желательно, чтобы в поле зрения детей находились разноцветные предметы или картинки, с которыми они могли бы соотносить цвета бабочек. Психолог дает бабочку каждому ребенку и говорит: Бабочки хотят поиграть. Встаньте в круг. Дети, держа бабочек перед собой, встают в широкий круг и вслед за психологом произносят слова:

- Бабочка, лети, лети, лети, Лети, лети, лети! (Медленно выполняют произвольные движения рукой, в которой находится бабочка (имитация полета бабочки), и следят за ней глазами.)

На головке (на плече и т. д.) отдохни! Игра повторяется 2-3 раза.

На последующих занятиях можно предложить детям держать бабочку левой рукой или обеими руками одновременно.

- Психолог предлагает детям сесть на колени и говорит: - А теперь попробуйте поймать бабочку, не вставая с места.

Психолог поочередно подходит к каждому ребенку и, держа у него над головой бабочку, предлагает дотянуться до нее. Дети стараются дотянуться до бабочки правой, левой и обеими руками.

После растяжек дети, передвигаясь на четвереньках, пытаются догнать психолога, который держит бабочку на расстоянии одного-двух шагов от них.

4.Игра «Котятa потерялись».

Инструкция: Котятa заигрались с бабочкой и не заметили, как убежали из своего двора. Они потерялись. Уже наступал вечер. Котятa замерзли (дети съеживаются), проголодались (поглаживают животики). Где-то неподалеку залаяли собаки (тревожно оглядываются по сторонам). Им стало страшно. «Где же наша мама?» - спрашивают котятa (разводят руками, спрашивают: «Где же наша мама?», говорят, что им страшно). - Вдруг котятa услышали мяуканье мамы-кошки. Они очень обрадовались (изображают чувство радости).

- Котятa побежали на мамин голос (передвигаются на четвереньках). Но вот перед ними ручей (останавливаются), а мама кошка стоит за ручьем (мяукают). Котятa потрогали лапкой воду («трогают воду» руками и ногами) - холодный ручей («стряхивают холодные капельки»), смотрят вниз (опускают голову вниз) - глубокий ручей (качают головой), посмотрели на другой берег (подносят руку к глазам, всматриваются вдаль) - широкий ручей (качают головой). Расстроились, загрустили котятa (изображают грусть). «Что же нам делать?» - думают они (разводят руками, спрашивают: «Что же нам делать?»). - Вы сможете переплыть ручей! Плывите ко мне! Смелее!

Один из детей ложится на животик и ползет к психологу (4-5 метров). Все его подбадривают. Психолог садится на колени, раскрывает объятия и встречает ребенка. Ребенок говорит «Я молодец, я переплыл ручей!» Все ему

аплодируют. Упражнение выполняется поочередно всеми детьми. - Какие вы у меня смелые, храбрые котята! Я вами горжусь! Я вас очень люблю! Все обнимаются, радуются, веселятся.

5. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего понравилось. Затем прощается со всеми до следующей встречи: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 13.2.

Смотри занятие 13.1.

Занятие 13.3.

Смотри занятие 13.1.

Занятие 13.4.

Смотри занятие 13.1.

Занятие 13.5.

Смотри занятие 13.1.

Тема 14 «Колобок»

Занятие 14.1.

Тема: Колобок.

Цель: сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей навыкам сотрудничества; снятие страхов перед сказочными героями; развитие общей и мелкой моторики, координации движений; развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительного, обонятельного); развитие пространственных представлений; развитие внимания, речи и воображения.

Материалы: куклы бибабо (персонажи сказки «Приключения Колобка»); матерчатый мешочек; фрукт и овощ; пластилиновый шарик (для каждого ребенка); дидактический набор «Мисочки»; деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик (соразмерные по величине); спортивный инвентарь: дорожки с разнофактурной поверхностью, гимнастические бревна, гимнастическая скамейка, обруч.

Ход занятия

1.Приветствие.

Инструкция: Психолог рассказывает и инсценирует (с помощью игрушек) сказку «Приключения Колобка». Дети повторяют показанные психологом движения.

- Жили-были старик со старухой. Вот просит старик: испеки мне старая, колобок». Старуха намела муки (выполняют плавные движения кистями рук к себе), наскребла соли (медленно сжимают и разжимают кулаки), посолила (собирают пальцы в щепоть, «солят» правой, левой, обеими руками), помешала тесто (круговые движения в разных направлениях правой, левой и обеими руками), слепила колобок (имитируют лепку колобка), покатила (выполняют круговые движения одной ладонью над другой по часовой стрелке, против часовой стрелки, меняют руки и повторяют движения), маслом помазала (глядят одной ладонью другую), в печку жаркую поставила (дышат на ладони теплым воздухом) и положила остудить на окошко (дуют на ладони). Надоело колобку лежать: он и покатился с окна на завалинку, с завалинки на травку, с травки на дорожку. - Катится колобок к лесу через поле (ложатся на ковёр и катятся, «как бревнышки» с вытянутыми прямыми руками и ногами, выполняя 3-4 оборота вперёд и назад). Прикатился к лесу, а там его уже заяц поджидает.

— Колобок, колобок, отгадай мою загадку, а не то я тебя съем. « Зайчик » рассказывает, что любит есть свежие овощи и фрукты, потому что они

вкусные и полезные. Предлагает детям с закрытыми глазами попробовать его угощение и отгадать, что они съели. Дети выполняют задание, а затем рассматривают фрукт (овощ) и отвечают на вопросы: какой этот фрукт (овощ): кислый или сладкий? мягкий или твердый? сочный или нет? какого он цвета, формы? какой он на ощупь? есть ли у него запах?

На каждом из повторных занятий детям дают попробовать фрукт и овощ, например: яблоко и капусту, грущу и огурец, банан и морковь, апельсин и сладкий перец.

- Поблагодарил колобок зайца за угощение, попрощался с ним и покатился дальше по лесной тропинке (снимают обувь и идут по дорожкам с разнофактурной поверхностью, перекатился через поваленные ветром деревья (перешагивают через гимнастические бревна), перебрался по кочкам через болото (прыгают на двух ногах с продвижением вперед), не заметил ямку и упал в нее (поочередно прыгают в обруч, лежащий на полу, и приседают на корточки), вылез из ямки, а тут уж его волк поджидает.

- Колобок, колобок, никто со мной не дружит и играть не хочет, зайцы разбегаются, птицы разлетаются. Скучно мне одному в лесу, грустно!

- Не грусти, волк, давай с тобой в прятки поиграем.

А многие малыши боятся волка. Используя этот диалог, психолог старается снять чувство страха и заменить его на удивление, жалость, стремление помочь волку.

Психолог раздает детям пластилиновые шарики («колобки») и мисочки-вкладыши, обращая внимание на их размер, например:

- У Миши самая маленькая мисочка, у Кати побольше, у Сережи еще больше, а у Алины - самая большая.

Психолог предлагает детям спрятать колобков в мисочки.

Дети выполняют задание.

- Не может волк найти колобков. Он устал, огорчился. Давайте поможем волку - скажем, где спрятались колобки. Правильно, ребята, в мисочке.

В аналогичной игровой ситуации можно закрепить навыки использования других предлогов (под, за, на, перед, около).

Психолог, собирая пластилиновые шарики и мисочки, вновь обращает внимание детей на их размер, например:

- У Алины самая большая мисочка, у Сережи поменьше, у Кати - еще меньше, а у Миши - самая маленькая!

- Волку понравилось играть с колобком, подружился он с ним. Но, что поделаешь, - надо прощаться.

Дети прощаются с волком, говорят ему хорошие слова, успокаивают его, обещают, что будут с ним, дружить.

- Простился колобок с волком и покатился дальше по лесной тропинке (движутся на четвереньках по дорожкам с разнофактурной поверхностью), пролез сквозь заячью нору (на четвереньках пролезают в обруч, поднятый над полом на 10-15 см), перебрался по мостику через речку (на четвереньках проходят по гимнастической скамейке), а на другом берегу реки его медведь поджидал.

- Колобок, колобок, проголодался я, ни одного гриба в лесу не нашел, вот я тебя и съем!

- Не ешь меня, медведь, я тебе грибы помогу найти. Психолог показывает детям маленькие деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик.

На последующих занятиях вместо шарика и кубика можно использовать сходные на ощупь предметы, например: елочку и матрешку.

Дети рассматривают и ощупывают игрушки. Затем психолог складывает игрушки в матерчатый мешок и просит детей найти для медведя грибок. Дети поочередно опускают руку в мешочек, и отыскав грибок среди других игрушек, угощают медведя. «Медведь» благодарит детей и отпускает колобка.

- Катится, катится колобок, вдруг видит - перёд ним река, а мостика нигде нет. Придется переплывать реку.

(Дети ползут по ковру. Если у ребенка не получается ползти, взрослый подставляет ему под пяточки ладони, чтобы он мог отталкиваться от них, координирует его движения, чтобы одновременно сгибались и отталкивались сначала правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога.) Как только переплыл колобок речку, сразу с лисой встретился.

- Колобок, колобок, я тебя съем!

- Не ешь меня, лиса, я тебе песенку спою и в интересную игру играть научу. Кто дольше молчать будет - тот и победит.

Все садятся на стульчики и поют песенку, выполняя описанные в ней движения.

Пальчик о пальчик: тук-тук-тук, Ладошки, ладошки: хлоп-хлоп-хлоп,
Кулачками, кулачками: стук-стук-стук, Локотками, локотками: цок-цок-цок,

Ножками, ножками: топ-топ-топ, Ротик закроем, немножко помолчим!

Психолог выдерживает паузу и говорит:

- Понравилась лисе песенка, не удержалась она и принялась нахваливаться колобка. Не смогла лиса промолчать и пришлось ей отпустить колобка.

«Лиса» прощается с детьми.

- Веселая прогулка получилась у колобка. Но пора ему к дедушке и бабушке возвращаться. Давайте на прощание споем ему песенку.

Один из детей берет колобка и садится на корточки. Психолог и остальные дети, взявшись за руки, водят вокруг него хоровод и поют.

Колобок, колобок, Тоненькие ножки, Колобок, колобок, Новые сапожки.

Мы тебя кормили.

Мы тебя поили, На ноги поставили,

Танцевать заставили! Танцуй, танцуй!

Сколько хочешь! Выбирай, кого захочешь!

Прикладывают руки к груди, затем протягивают их к сидящему в центре ребенку.

Повторяют те же движения.

Помогают подняться сидящему в центре ребенку.

Танцуют и хлопают в ладоши.

«Колобок» выбирает одного из детей.

Игра повторяется 2-3 раза.

Чтобы каждый ребенок побывал в роли Колобка, можно посадить в круг сразу двух или трех детей.

- Колобок торопится вернуться домой к дедушке и бабушке. Давайте скажем колобку: «Спасибо! Приходи к нам еще!»

2. Заключительная часть.

Инструкция: Психолог помогает детям вспомнить, какие игры и упражнения проводились на занятии, и спрашивает, что им больше всего

понравилось. Затем прощается со всеми: «Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!»

Занятие 14.2.

Смотри занятие 14.1.

Занятие 14.3.

Смотри занятие 14.1.

Занятие 14.4.

Смотри занятие 14.1.

Занятие 14.5.

Смотри занятие 14.1.

Список литературы

1. Адаптация ребенка к детскому саду. Советы педагогам и родителям: Сборник. – СПб.: Речь, Образовательные проекты; М.: Сфера, 2010.
2. Граббет Р. Игры для малышей от 2 до 6 лет. М: 1999 г.
3. Кирюхина Н.В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ: практ. пособие / Н.В. Кирюхина. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2006.
4. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению.- М.: Книголюб, 2003.
5. Терехина О.А. Здравствуй, детский сад!: психолого-педагогическое сопровождение в период адаптации к дошкольному учреждению / О.А. Терехина, В.С. Богословская. – Мозырь, ООО ИД «Белый ветер», 2006.

Методические рекомендации

1. Психолог является непосредственным активным участником занятия — заряжает детей своими положительными эмоциями, вызывает желание принять участие в игре, задает образцы выполнения действий.
2. Не стоит настаивать на активном участии всех детей в занятии. Нормально, если на первых порах часть детей будет только наблюдать за происходящим в группе. Можно начать заниматься с теми детьми, которые готовы приступить к игре.
3. Не следует оценивать детей, добиваться единственно правильного, на ваш взгляд, действия или ответа, так как в этом случае малыши будут повторять лишь то, что от них требуется, и не смогут проявлять собственные спонтанные, живые и естественные реакции.
4. В процессе практической работы допустимо как сокращение количества игр, так и внесение различных дополнений, в соответствии с возрастом, состоянием, потребностями и индивидуальными особенностями детей.
5. Родителям нерешительных детей можно предложить участвовать в занятиях, полезно порекомендовать им дома поиграть с ребенком в те же игры.







Рефлексивный отчет по результатам реализации профилактической психолого-педагогической программы «Я иду в детский сад»

Вопросы психологической адаптации ребенка к дошкольному учреждению остаются одними из самых актуальных в современной дошкольной психологии, поскольку затянувшаяся адаптация может перейти в дезадаптацию, следствием которой становятся нарушения здоровья, поведения и психики ребенка. Наше дошкольное учреждение ежегодно принимает 60 воспитанников в младшие группы, которым необходимо адаптироваться к новым для них условиям жизни в ДООУ.

В МБДОУ «Детский сад № 201» г.о. Самара с сентября по март 2020 - 2021 учебного года была реализована профилактическая психолого-педагогическая программа по адаптации детей раннего возраста к условиям ДООУ «Я иду в детский сад».

Цель программы: создание условий, способствующих эмоциональному и физическому благополучию воспитанников в процессе адаптации к дошкольному учреждению.

Программа состоит из 70 занятий, режим встреч: 2 - 3 занятия в неделю продолжительностью 10 минут. Программа осуществлялась в формате групповых занятий с использованием следующих наборов средств: игры с речевым сопровождением, хороводы, марши, песенки, потешки, стишки, «ладушки» и «догонялки», подвижные игры.

Начиная с первого дня пребывания каждого ребенка в детском саду и в течение последующего месяца, педагог-психолог наблюдал за воспитанниками и заполнял «Листы адаптации». В протоколе наблюдения отмечались такие характеристики ребенка, как взаимоотношения со взрослыми и сверстниками, эмоциональное состояние, активность ребёнка в деятельности и речи, качество приёма пищи и сна.

Наблюдение за детьми проводилось педагогом-психологом непосредственно на каждой встрече по программе, а также во время

образовательной деятельности с воспитателями, в свободной деятельности ребенка, на прогулках, во время режимных моментов.

По мнению Н.Д. Ватутиной, исследовавшей особенности адаптации детей раннего возраста к ДООУ, в зависимости от индивидуальных особенностей воспитанники привыкают к новым условиям жизни в разные временные сроки. Часть детей достаточно легко привыкает к детскому саду, от 2-3 дней до 7-10 дней. Есть дети привыкающие к новым условиям от 7 дней до 10-20 дней. А также есть дети, которым требуется более длительное время, для привыкания, от 20 дней до 2-3 месяцев.

Наблюдая за детьми, которые начали посещать наше дошкольное учреждение, мы отметили, что некоторые воспитанники действительно довольно быстро включились в новую жизнь, буквально с первых дней посещения детского сада они не проявляли тревоги и страхов, взаимодействовали с сотрудниками ДООУ и детьми в группе, активно включались в деятельность предложенную педагогами и психологом. Таких детей было 30 %. Остальные дети (70 %) трудно расставались с родителями по утрам, не включались в общие игры, предложенные воспитателем и педагогом-психологом, не играли с игрушками, плакали.

Наблюдая за воспитанниками и заполняя «Лист адаптации», мы сделали заключение, что к 11 дню посещения ещё 27 % детей стали контактировать с детьми и взрослыми в группе, включались в общую деятельность, играли с игрушками в группе. К 20 дню посещения детского сада 96 % детей, посещающих группу адаптировались к новым условиям. Стали легче расставаться с родителями, принимать участие во всех видах групповой деятельности, играть с игрушками, проявлять инициативу в общении с взрослыми и сверстниками.

Благодаря наблюдению за процессом адаптации каждого ребёнка и занесению результатов наблюдения в индивидуальный «Лист адаптации», у педагога-психолога есть возможность провести сравнительный анализ первых дней посещения ребёнком дошкольного учреждения с

последующими днями и увидеть изменения. Сравнивая результаты наблюдения, мы увидели положительную динамику в процессе адаптации детей к ДОУ. Таким образом, психолого-педагогическую программу «Я иду в детский сад» можно признать эффективной.

**Отзыв о практической апробации
профилактической психолого-педагогической программы
по адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО
«Я иду в детский сад»
на базе муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад № 201» городского округа Самара**

Вопросы психологической адаптации ребенка к дошкольному учреждению остаются одними из самых актуальных в современной дошкольной психологии, поскольку затянувшаяся адаптация может перейти в дезадаптацию, следствием которой становятся нарушения здоровья, поведения и психики ребенка. Наше дошкольное учреждение ежегодно принимает 60 воспитанников в младшие группы, которым необходимо адаптироваться к новым для них условиям жизни в ДОО.

В рамках работы с детьми раннего возраста педагогом-психологом Богдановой Галиной Ивановной была разработана и реализована с сентября 2020 года по март 2021 года профилактическая психолого-педагогическая программа «Я иду в детский сад».

Программа направлена на создание условий для комфортной адаптации воспитанников к условиям дошкольного образовательного учреждения. Отвечая современным требованиям, данная программа является профилактической и содержит цикл занятий, которые способствуют снятию психоэмоционального напряжения, снижению импульсивности, тревоги и агрессии, совершенствованию коммуникативных, игровых и двигательных навыков, развитию познавательных процессов.

Мониторинг эффективности реализуемой профилактической психолого-педагогической программы «Я иду в детский сад» показал положительную динамику.

По результатам опросов воспитателей, работающих с воспитанниками, отмечаются положительные изменения: дети стали более открытыми, проявляют инициативу в общении с детьми и взрослыми, самостоятельно

играют, свободно перемещаются по помещениям группы, принимают участие в занятиях и групповых играх.

Родители отмечают, что дети утром легче с ними расстаются, не плачут, меньше болеют, с удовольствием идут в детский сад. Несомненным преимуществом данной работы является ее практическая направленность.

Таким образом, данную программу можно признать эффективной. Администрация МБДОУ «Детский сад № 201» г.о. Самара рекомендует педагогу-психологу в дальнейшем использовать профилактическую психолого – педагогическую программу «Я иду в детский сад» в своей работе с детьми младшего и среднего дошкольного возраста.

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 201» г.о. Самара



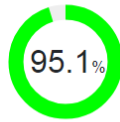
А.А. Минбаева

Чтобы проверить текст на уникальность и выявить плагиат, вставьте текст в текстовое поле или загрузите документ в формате MS Word (.doc, .docx), презентации в формате .ppt, документы (.odt, .txt). При проверке текста, поиск заимствованных слов и выражений идет по всему интернету, включая все документы.

Время выполнения программы зависит от очереди, приблизительное время проверки 10-20 секунд.

Проверка в Telegram

Проверить уникальность текста можно через бота в Telegram
[@check_antiplagiat_bot](https://t.me/check_antiplagiat_bot)



Уникальность текста

☰ Список совпадений

Количество слов	1409
Символов в тексте	9280
Без пробелов	7588
Время выполнения	14.85
Орфографические ошибки	0

✓ Проверить орфографию и пунктуацию



Сформировать отчет



Загрузить документ

Аннотация Проблема адаптации человека всегда интересовала научную общественность и относится к числу фундаментальных как в психологии, так и во многих других областях научного знания. Концептуальные основы проблемы адаптации разработаны в трудах ученых А.Н. Леонтьева, Л.С. Выготского, А.В. Петровского, С.Л.