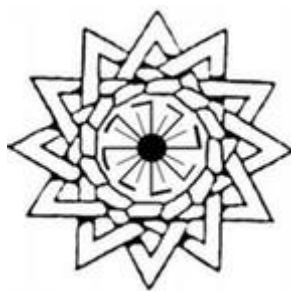


**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №64 г. Белгорода**

**Программа коррекционно-развивающих занятий
«Коррекция страхов и тревожности
у детей старшего дошкольного
возраста через сказкотворчество»**



**Автор-составитель: Маркова Н.И.,
педагог-психолог МБДОУ д/с №64**

Содержание

Пояснительная записка	3
Тематическое планирование.....	6
Содержание программы.....	10
Литература.....	22

Пояснительная записка

Теоретическое обоснование

Новое время диктует новые вопросы. И, пожалуй, чаще всего люди задают сегодня вопрос: "Почему?" Многочисленные реформаторы дошкольных учреждений как будто не слышат этого вопроса и активно спорят по поводу того, сколько и какими знаниями должен обладать ребёнок. Но разве не всё равно, какими и в каком количестве знаниями будет владеть ребенок на выходе из дошкольного учреждения, если в душе у него не будет мира. Если он не будет способен жить счастливо и развиваться, принося радость окружающим и стране в целом. На самом деле все прекрасно понимают, что общество пребывает в состоянии глубокого социально-экономического, духовно-нравственного кризиса. Современная медицина утверждает, что 30-40 % хронических заболеваний имеет психогенную основу. Поэтому с особой остротой встаёт вопрос о том, что позволяет человеку в современных условиях сохранить здоровье и душевный комфорт.

Исследования показывают, что страх является причиной многих нарушений здоровья в физической и психической сферах, и тем самым причиной многих заболеваний. Поэтому проблема фобий у детей и в настоящее время привлекает пристальное внимание ученых.

В возрасте 5-7 лет у детей формируется опыт межличностных отношений, основанный на умении принимать и играть роли, предвидеть и планировать действия другого, понимать его чувства и намерения, в этот период дошкольники могут бояться страшных снов, стихии, животных, смерти. Нет ни одной психической функции, которая не претерпела бы изменений под действием страха.

Тревожный ребенок испытывает затруднения в контактах со своими сверстниками, в основе которых лежат неразрешимые внутренние проблемы. Иерархия мотивов имеет отличное от нормы строение. Самооценка у такого ребенка тоже конфликтна. С одной стороны — высокий уровень притязаний, с другой — неверие в свои силы. Ребенок не может избавиться от ощущения тревоги и неуверенности в себе. Дети предпочитают одиночную игру коллективной, активно избегая партнеров по игре. Отношение окружающих воспринимается неадекватно, что говорит о мнительности ребенка. Данные психические изменения приводят к развитию социальной изоляции.

Б.И. Кочубей и Е.В. Новикова утверждают, что если болезненно заостренные страхи сохраняются длительное время, то это является сигналом неблагополучия, говорит о нервной и физической ослабленности ребенка.

К старшему дошкольному возрасту ребёнок начинает накапливать собственный опыт жизни, во многом стихийный и неосознанный. Но стихийно складывающийся опыт индивидуальной жизни нуждается в организации и осмыслении. Искажение представлений о себе, о своих возможностях, о других людях и о мире приводит к трудностям психоэмоционального развития. Снизить риск негативных эмоциональных

новообразований помогают занятия, которые ориентированы на понимание ребёнком своего состояния и других людей. Ребёнку необходимо научиться социальному познанию – умению видеть и понимать тонкие эмоциональные проявления сверстников, взрослых.

Актуальность данной проблемы и подтолкнула меня к созданию коррекционно-развивающей программы, включающую в себя курс занятий для детей старшего дошкольного возраста по преодолению тревожности и страхов.

В ходе проведения коррекционно-развивающих занятий в рамках программы решается задача предупреждения и снятия психоэмоционального напряжения. Разрабатывая программу, я использовала те игры и упражнения, которые нравятся детям, вызывают положительные эмоции и интерес, поддерживают доброжелательную атмосферу. Музыкальное сопровождение также оживляет атмосферу занятий, создаёт эмоциональный тонус.

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

В ходе достижения цели решаются следующие задачи:

1. Нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания.
2. Формировать навыки общения, контроля своего поведения.
3. Содействовать развитию творческих задатков.

Критерии эффективности программы:

- ❖ повышение уверенности в себе;
- ❖ снижение тревожности;
- ❖ снижение количества страхов

Структура занятий: занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

Часть 1: *вводная*

Цель: установление эмоционального контакта между участниками занятия, создание благоприятного эмоционального климата в группе.

Часть 2: *основная*

Цель: развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы ребёнка.

Часть 3: *заключительная*

Цель: закрепление положительных эмоций от работы на занятии, снятие психоэмоционального напряжения, рисуночная терапия.

1 этап-диагностический

Цель: изучение нарушений психологического здоровья у детей.

1. Тест "Страхи в домиках"

2. Тест " Тревожности" (Р. Тэмлл, М. Дорки, В. Амен.)

2 этап – информационный

Цель: информирование родителей и педагогов о имеющихся нарушениях в развитии детей.

3 этап-практический

Цель: профилактика и коррекция нарушений психологического здоровья детей.

4 этап - контрольный.

Цель: определение эффективности коррекционной работы.

Методы и техники, используемые в программе:

Релаксация. Подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего и нервного напряжения.

Концентрация. Сосредоточение на своих зрительных , звуковых и телесных ощущениях, на эмоциях, чувствах и переживаниях.

Функциональная музыка. Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряжённости, переключает внимание.

Игротерапия. Используется для снижения напряженности, мышечных зажимов. Тревожности. Повышения уверенности в себе, снижения страхов.

Телесная терапия. Способствует снижению мышечных зажимов, напряжения, тревожности.

Арт-терапия. Актуализация страхов, повышение уверенности, развитие мелкой моторики снижение тревожности.

Содержание работы по программе

Дата проведения	Работа с детьми	Работа с родителями	Работа с педагогами
Сентябрь/ Октябрь	<p>Диагностика: Опросник Лаврентьева Г. П., Титаренко Т. М «Уровень тревожности ребенка» Методика диагностики детских страхов (Захаров) Тест-опросник Спилбергера-Ханина (диагностика тревожности) Тест «Страхи в домиках»</p> <p>Занятие № 1 Тема. Здравствуйте, это я. Цель: повышение позитивного настроения и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.</p> <p>Занятие № 2 Тема. Мое имя. Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости .</p>	<p>Просвещение: «Мешок со страхами»</p>	<p>Рекомендации воспитателям по работе с тревожными детьми.</p>
Ноябрь.	Занятие № 3		

	<p>Тема. Моя кровать – моя крепость. Цели: содействовать развитию умения справляться с чувством страха, способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим.</p> <p>Занятие № 4 Тема. Страх мой – враг мой. Цель: создавать условия для преодоления у детей чувства страха.</p> <p>Занятие № 5 Тема. Почему грустил трусишка. Цель: формировать навыки выражения эмоционального настроения.</p> <p>Занятие № 6 Тема. Поединок двух страхов. Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов.</p> <p>Занятие № 7 Тема. Не страшно, а смешно! Цель: обеспечить</p>	<p>Консультация: «Все о страхах» Цель: расширить кругозор родителей по данной проблеме</p> <p>Рекомендации родителям по устранению страхов и тревожности у детей дошкольного возраста.</p>	<p>Консультация: «Детские драки – наши страхи»</p>
--	--	--	--

	пути поиска преодоления страха; способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим.		
Декабрь	<p>Занятие № 8 Тема. Смелость города берет. Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов.</p> <p>Занятие № 9 Тема. Смелый трусишка. Цель: совершенствовать пути преодоления страха.</p> <p>Занятие № 10 Тема. Как побороть страх. Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов.</p> <p>Занятие № 11 Тема. Спать пора. Цель: формировать навыки поведения, сравнивать с поведением других.</p>	<p>Консультация – практикум: «Детский невроз страха»</p> <p>Памятка для родителей: «Шесть рецептов избавления от гнева»</p>	<p>Консультация – практикум: «Детский невроз страха»</p> <p>Индивидуальн ое консультирова ние: «Методы коррекции страхов»</p>

	<p>Занятие № 12 Тема. Не боимся паука. Цель: содействовать развитию навыков оценки своего поведения и поведения окружающих, учить справляться со страхами через рисунки.</p>		
--	--	--	--

ЗАНЯТИЕ 1.

«ЗДРАВСТВУЙТЕ, ЭТО Я»

Цель: знакомство участников друг с другом, повышение позитивного настроения и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.

Материалы для занятия: магнитофон, спокойная музыка, большой лист бумаги, краски, макеты кочек.

- **Разминка: Упражнение «Росточек под солнцем»**

Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками) всё чаще пригревает солнышко и росточек начинает расти и тянуться к солнышку.

Все движения выполняются под музыку.

- **Упражнение «Доброе утро...»**

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается поприветствовать друг друга Доброе утро Саша ... Оля...и т.д., которые нужно пропеть.

- **Упражнение «Что я люблю?»**

Дети в кругу, каждый говорит по очереди, что он любит из еды, одежды, во что любит играть и т.д.

- **Упражнение «Качели»**

Дети в парах. Один из участников становится в позу эмбриона, другой его раскачивает. Далее меняются.

- **Упражнение «Угадай по голосу»**

Один из игроков выходит за двери, остальные должны обнаружить, кто вышел из комнаты, и описать его.

- **Упражнение «Лягушки на болоте»**

Дети превращаются в лягушек. На полу выкладываются макеты кочек на разном расстоянии друг от друга, каждый должен попасть на все кочки по порядку.

- **Упражнение «Художники – натуралисты»**

Дети рисуют совместный рисунок по теме «Следы невиданных зверей».

ЗАНЯТИЕ 2.

«МОЁ ИМЯ»

Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомы для рисования.

1. Упражнение «Росточек под солнцем» см. 1 занятие.

2. Упражнение «Узнай по голосу»

Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встаёт в центр круга и старается узнать детей по голосу.

3. Игра «Моё имя»

Психолог задаёт вопросы; дети по кругу отвечают.

- Тебе нравится твоё имя?
- Хотел бы ты, чтобы тебя звали по другому? Как?

При затруднении в ответах психолог называет ласкательные производные от имени ребёнка, а тот выбирает понравившееся.

Психолог говорит: «Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имя у вас маленькое. Когда вы подрастёте и имя подрастёт вместе с вами и станет полным, например: Маша – Мария; Дима – Дмитрий т.д.

4. Игра «Разведчики»

Дети выстраиваются змейкой друг за другом. В зале расставляются стулья беспорядочно. Первый в колонне ведёт, запутывая, а последний запоминает этот путь и должен будет потом его воспроизвести.

5. Рисование самого себя

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах:

- в зелёном – такими какими они представляются себе;

- в голубом – какими они хотят быть;
- в красном – какими их видят друзья.

6. Упражнение «Доверяющее падение»

Дети встают друг против друга и сцепляют руки. Один из детей встаёт на стульчик и падает спиной на сцепленные руки.

7. Упражнение «Горячие ладошки» См. 1 занятие.

ЗАНЯТИЕ 3.

«НАСТРОЕНИЕ»

Цель: осознание своего эмоционального состояния, снижение психоэмоционального напряжения, развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

Материалы для занятия: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы; «пружинки» на отдельных листах.

1. Упражнение «Росточек под солнцем» См. занятие 1.

2. Упражнение «Возьми и передай»

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

3. Упражнение «Неваляшка»

Дети делятся по три человека. Один из них неваляшка, двое других раскачивают эту неваляшку.

4. Упражнение «Превращения»

Психолог предлагает детям:

- нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;
- позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;
- испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
- улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса;

5. Рисование на тему «Моё настроение»

После выполнения рисунков дети рассказывают, какое настроение они изобразили.

6. Упражнение «Закончи предложение»

Детям предлагается закончить предложение:

Взрослые обычно боятся....; дети обычно боятся....; мамы обычно боятся....; папы обычно боятся....

7. Упражнение «Пружинки»

Детям предлагается обвести как можно точнее уже нарисованные пружинки.

8. Упражнение «Горячие ладошки»

ЗАНЯТИЕ 4.

«НАСТРОЕНИЕ»

Цель: осознание своего самочувствия, снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снижение мышечных зажимов.

Материал к занятию: магнитофон, спокойная музыка; краски, ватман; песочница; мел.

1. Упражнение «Росточек под солнцем» См. 1 занятие.

2. Упражнение «Злые и добрые кошки»

Чертим ручеёк. По обе стороны ручейка находятся злые кошки. Они дразнят друг друга, злятся друг на друга. По команде встают в центр ручейка и превращаются в добрых кошек: ласкают друг друга, говорят ласковые слова. Далее анализируем возникшие чувства.

3. Игра «На что похоже моё настроение?»

Дети по кругу при помощи сравнения говорят, на что похоже настроение. Начинает психолог: «Моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе».

4. Упражнение «Ласковый мелок»

Дети разбиваются на пары. По очереди рисуют на спине друг другу различные предметы. Тот, кому рисуют должен угадать, что нарисовано. Анализируем чувства и ощущения.

5. Упражнение «Угадай что спрятано в песке?»

Дети разбиваются на пары. Один прячет что-то в песке, другой пытается найти.

6. Рисование на тему «Автопортрет»

Детям предлагается нарисовать себя с тем настроением, с которым они пойдут с занятия.

7. Упражнение «Горячие ладошки»

ЗАНЯТИЕ 5.

«НАШИ СТРАХИ»

Цель: стимулирование аффективной сферы ребёнка, повышение психического тонуса ребёнка.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, большой лист бумаги, подушка.

1. Упражнение «Росточек под солнцем» См. 1 занятие.

2. Упражнение «Петушины бои»

Дети разбиваются на пары – петушки. Они, стоя на одной ноге, дерутся подушками. При этом они стараются сделать так, чтобы соперник наступил обеими ногами на пол, что означает его проигрыш.

3. Упражнение «Расскажи свой страх»

Психолог рассказывает детям о своих собственных страхах, тем самым показывая, что страх – нормальное человеческое чувство и его не надо стыдиться. Затем дети сами рассказывают что они боялись, когда были маленькими.

4. Рисование на тему «Чего я боялся, когда был маленьким...»

Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

5. Упражнение «Чужие рисунки»

Детям по очереди показывают рисунки «страхов», только что нарисованных, все вместе придумывают, чего боялись эти дети и как им можно помочь.

6. Упражнение «Дом ужасов»

Детям предлагается нарисовать обитателей дома ужасов.

Все страхи и ужасы остаются в кабинете у психолога.

7. Упражнение «Горячие ладошки»

ЗАНЯТИЕ 6.

«Я БОЛЬШЕ НЕ БОЮСЬ»

Цель: преодоление негативных переживаний, символическое уничтожение страха, снижение эмоционального напряжения.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, подушка, задорная музыка.

1. Упражнение «Росточек под солнцем» См . 1 занятие.

2. Упражнение «Смелые ребята»

Дети выбирают ведущего – он страшный дракон. Ребёнок становится на стул и говорит грозным голосом: «Бойтесь, меня бойтесь!» Дети отвечают: «Не боимся мы тебя!» Так повторяется 2-3 раза. От слов детей дракон постепенно уменьшается (ребёнок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробушка. Начинает чирикать, летать по комнате.

3. Упражнение «Азбука страхов»

Детям предлагается нарисовать различных, страшных героев на отдельных листах и дать им имена. Далее дети рассказывают о том, что нарисовали. Далее каждому ребёнку предлагается превратить страшных героев в смешных, дорисовав их.

4. Упражнение «Страшная сказка по кругу»

Дети и взрослый сочиняют вместе страшную сказку. Они говорят по очереди, по 1-2 предложения каждый. Сказка должна нагромоздить так много страшного, чтобы это страшное превратилось в смешное.

5. Упражнение «На лесной полянке»

Психолог предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем полянку. На неё со всех сторон сбежались и слетелись лесные жители – всевозможные букашки, таракашки. Звучит музыка, дети превращаются в лесных жителей. Выполняют задания, соответственно каждому персонажу (кузнечику, бабочке, муравью и т.д.).

6. Упражнение «Прогони Бабу-Ягу»

Ребёнка просят представить, что в подушку залезла Баба-Яга, её необходимо прогнать громкими криками. Можно громко стучать по подушке палкой.

7. Упражнение «Я тебя не боюсь»

Один ребёнок стоит перед психологом, остальные дети начинают его пугать по очереди. Ребёнок громким уверенным голосом говорит: «Я тебя не боюсь!»

8. Упражнение «Горячие ладошки»

ЗАНЯТИЕ 7.

«ВОЛШЕБНЫЙ ЛЕС»

Цель: развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски, ватман или кусок обоев, макеты кочек.

1. Упражнение «Росточек под солнцем» См. 1 занятие.

2. Упражнение «За что меня любит мама...папа...сестра...и т.д.»

Детям предлагается сказать, за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

3. Упражнение «Лягушки на болоте» См. 1 занятие.

4. Упражнение «Неопределённые фигуры»

Психолог на доске рисует различные фигуры, ребята говорят, на какие страшные существа они похожи.

5. Игра «Тропинка»

Дети выстраиваются в затылок и идут змейкой по воображаемой тропинке. По команде психолога по команде они преодолевают воображаемые препятствия. «Спокойно идём по тропинке ... Вокруг кусты, деревья, зелёная травка... Вдруг на тропинке появились лужи ...Одна... Вторая...Третья.

Спокойно идём по тропинке... Перед нами ручей. Через него перекинут мостик. Переходим по мостику, держась за перила. Спокойно идём по тропинке... и т.д.

6. Коллективный рисунок по сочинённой общей истории на тему: «Волшебный лес»

Психолог предлагает детям представить тот лес, по которому шли по тропинке. Далее обсуждаем что получилось, что удалось нарисовать вместе.

7. Упражнение «Доверяющее падение» См. 2 занятие.

8. Упражнение «Горячие ладошки»

ЗАНЯТИЕ 8.

«СКАЗОЧНАЯ ШКАТУЛКА»

Цель: Формирование положительной «Я-концепции», самопринятия, уверенности в себе, снижение тревожности, выявление положительных черт личности.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, шкатулка, мяч, краски, альбомные листы, начало страшной сказки.

1. Упражнение «Росточек под солнцем» См. 1 занятие.

2. Игра «Сказочная шкатулка»

Психолог сообщает детям, что Фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои сказок. Далее он говорит: «Вспомните своих любимых сказочных героев и скажите, какие они, чем они вам нравятся, как они

выглядят. Далее с помощью волшебной палочки все дети превращаются в сказочных героев.

3. Упражнение «Конкурс боюсек»

Дети по кругу передают мяч. Получивший должен назвать тот или иной страх, произнося при этом громко и уверенно «Я..... этого не боюсь!».

4. Игра «Принц и принцесса»

Дети стоят по кругу. В центр ставится стул – это трон. Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребёнок садится по желанию на трон. Остальные оказывают ему знаки внимания, говорят что-то хорошее.

5. Упражнение «Придумай весёлый конец»

Психолог читает ребятам начало детской страшной сказки. Необходимо придумать смешное продолжение и окончание.

6. Рисование на тему «Волшебные зеркала»

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах, но не простых, волшебных: в первом – маленьким и испуганным; во втором – большим и весёлым; в третьем – не боящимся ничего и сильным.

После задаются вопросы: какой человек симпатичнее? На кого ты сейчас похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?

7. Упражнение «Горячие ладошки»

ЗАНЯТИЕ 9

«ВОЛШЕБНИКИ»

Цель: снижение психомышечного напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие социального доверия.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка.

1. Упражнение «Росточек под солнцем» См. 1 занятие.

2. Игра «Путаница»

Выбирается один водящий. Остальные дети запутываются не расцепляя руки. Водящий должен распутать клубок.

3. Игра «Кораблик»

Матрос – один из детей, остальные дети – кораблик в бушующем море. Матрос, находящийся на корабле должен перекричать бурю: «Я не боюсь бури, я самый сильный матрос!»

4. Упражнение «Кони и всадники»

Дети делятся на пары – один ребёнок превращается в «коня», другой во «всадника». «Коням» завязывают глаза, а всадники встают сзади, берут за локти и готовятся ими править. На скачках задача «коня» – бегать быстрее, а задача «всадника» – не допускать столкновения с другими конями.

5. Упражнение «Волшебный сон»

Все дети отдыхают и всем снится один и тот же сон, который рассказывает психолог.

6. Рисуем, что увидели во сне

Каждый ребёнок вспоминает, что он увидел во сне и рисует эту картинку.

7. Упражнение «Волшебники»

Один из детей превращается в волшебника. Ему завязывают глаза и предлагают догадаться, кто будет к нему подходить; он ощупывает кисти рук.

8. Упражнение «Горячие ладошки»

ЗАНЯТИЕ 10

«СОЛНЦЕ В ЛАДОШКЕ»

Цель: освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в своих силах повышение значимости в глазах окружающих.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, фотографии детей, краски альбомные листы.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

2. Упражнение «Неоконченные предложения»

Детям предлагается предложения, которые нужно закончить. «Я люблю...», «Меня любят...», «Я не боюсь...», «Я верю...», «В меня верят...», «Обо мне заботятся...».

3. Игра «Баба-Яга»

По считалке выбирается Баба-Яга. В центре комнаты рисуем круг. Баба-Яга берёт веточку – помело и становится в круг. Дети бегают вокруг Бабы-Яги и дразнят её: «Баба-Яга, костяная нога. С печки упала, ногу сломала. Пошла в огород, испугала весь народ. Побежала в баньку испугала зайку!» Баба-Яга выпрыгивает из круга и старается коснуться ребят помелом.

4. Игра «Комплименты»

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседа, ребёнок говорит: «Мне нравится в тебе...» Принимающий кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаем чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

5. Упражнение «В лучах солнышка»

Психолог рисует солнышко, в лучах которой находятся фотографии детей. По сигналу психолога дети по очереди называют понравившиеся качества данного ребёнка, которые он показал на занятиях.

6. Упражнение «Солнце в ладошке»

Психолог зачитывает стихотворение, затем дети рисуют и дарят подарки (рисунки) друг другу.

Солнце в ладошке, тень на дорожке,
Крик петушиный, мурлыканье кошки,
Птица на ветке, цветок у тропинки,
Пчела на цветке, муравей на травинке,
И рядышком – жук, весь покрытый загаром, –
И всё это – мне, и всё это – даром!
Вот так – ни за что! Лишь бы жил я и жил,
Любил этот мир и другим сохранил...

7. Упражнение «Горячие ладошки»

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Кочева Е. Программа работы психолога с детьми по оптимизации общения в детском саду // Школьный психолог. – 2000. – № 25.
2. Кочубей Б. Детские тревоги: что, откуда, почему? // Семья и школа. – М., 1988. – 248 с.
3. Кочубей Б., Новикова Е. Ярлыки для тревожности // Семья и школа. – 1988. – № 9. – С. 28.
4. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль: Академия развития, 1996. – 210 с.
5. Левитов Н.Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги // Вопросы психологии. – 1969. – № 1. – С. 131-138.
6. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка. – Воронеж: НПО «Модек», 1997. – 383 с.
7. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: НПО «Модек», 2000. – 304 с.
8. Швец И.Г. Некоторые пути коррекции личностной тревожности у дошкольников // 10 Ломоносовские чтения. Тезисы докладов. – Архангельск, 1998. – С. 213-214.