**Сентябрь.**

1. **Тема:** «Использование песочной игротерапии с детьми среднего дошкольного возраста».

**Цели:** Упражнять детей в вырезании одинаковых деталей из сложенной бумаги. Воспитывать взаимопомощь, сострадание, желание помочь людям, попавшим в беду. Способствовать развитию мелкой моторики рук с помощью массажа с песком.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Чудесный ручеёк».

**Цели:** Формировать умение произвольно концентрировать внимание на заданных группах мышц. Обучать умению наблюдать за ощущениями в теле, определять и сравнивать мышечные ощущения (напряжение – расслабленность, твёрдость – мягкость, тяжесть – лёгкость). Коррекция дыхания. Развитие моторики речевого аппарата. Развитие фонематического слуха. Обогащение словаря по теме «Грибы».

1. **Тема:** «Изображение солнца в детских рисунках».

**Цели:** Воспитание любви к родной природе. Учить детей создавать выразительный образ солнца при помощи отпечатка ладони. Закрепить красный, жёлтый, оранжевый цвет, навыки пользоваться кистью и гуашью.

1. **Тема:** «Развитие речи и личности дошкольника в сказкотерапии».

**Цели:** Психогимнастика: - учить угадывать по выразительному исполнению эмоциональные ситуации (удивление) и аффективные состояния (смелость, болезнь, печаль).

- учить передавать ритмизацию движений героев сказки (мышка-норушка бежит, Баба-Яга храпит).

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (дремучий лес, деревья у дома бабушки).

- побуждать к выразительной передаче в мимике и движениях образ растений (дремучий лес, деревья у дома бабушки), их эмоциональные состояния 9болезнь, смелость).

Словесное комментирование: - довести до детей замысел сказки, стремление спасти от беды близкого – естественно для доброго человека).

- активизировать в речи образные выражения (цветок-лепесток, красна девица, горевала).

- подводить детей к совместному составлению словесного описания по восприятию пантомимических этюдов, темпоритма.

**Октябрь.**

1. **Тема:** «Играем с песком».

**Цели:** Обогащать представление детей о разнообразных качествах песка, способах действия с ним в зависимости от состояния. Пробуждать познавательную активность детей, интерес к экспериментированию. Учить соотносить отпечаток с предметом, развивать сообразительность, игровое творчество. Учить делать простые умозаключения. Воспитывать аккуратность.

1. **Тема:** Сказкотерапия по сказке В. Сутеева «Кто сказал мяу?»

**Цели:** Стимулировать двигательную активность детей, совершенствовать общую и мелкую моторику, координацию движения рук и ног. Развивать познавательные процессы, эмоционально-волевую сферу. Воспитывать простейшие эмоции: грусть, удивление, радость, злость, и учить их выражать и распознавать с помощью пиктограмм. Развивать умение выразительно имитировать движения, характерные для различных животных под музыку. Учить интонационно, выразительно подражать голосам животных в пении. Развивать произвольное внимание и воображение. Снять телесное и эмоциональное напряжение с помощью музыки.

1. **Тема:** «Страна эмоций» (изотерапия).

**Цели:** Научить детей преодолевать трудности в эмоциональной и коммуникативной сфере. Осуществлять рефлексию чувств детей, дать испытываемым эмоциям название. Дать возможность детям оценить эмоции негативного характера в условиях максимальной безопасности.

1. **Тема:** «Путешествие в розовую страну» (сказкотерапия).

Цели: Учить детей воспринимать «сказочные законы» - нормы и правила поведения, побуждать действовать в соответствии с общечеловеческими нормами поведения. Сплотить группу, развивать чувства взаимопомощи и поддержки. Развивать творческие возможности, фантазию, выдумку, любознательность в разнообразных видах деятельности (игры, изодеятельность, художественное слово, пластика движений и т. д.). Развитие адаптивных навыков.

**Ноябрь.**

1. **Тема:** «Наши страхи» (игротерапия).

**Цель:** Уменьшение тревожности, развитие уверенности в себе. Помощь в преодолении негативных переживаний.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Жадный великан» (познавательно-аффективная ориентировка).

**Цели:** Словесно-режиссёрская игра: - воспитывать умение по настроению музыки догадываться об изменении природных явлений;

- знакомить с образными выражениями (в тридевятом царстве, в тридесятом государстве; не успели три раза моргнуть; ни вздумать, ни взгадать, только в сказке сказать);

- подводить к умению выразительно интонировать реплики героев в проблемных ситуациях (угощение, жадность, прощение).

Психогимнастика: - учить передавать ритмизацией движения героев сказки (гномики идут, идёт великан);

- побуждать к выразительной передаче в мимике и движениях эмоционального состояния (удивление);

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (проливной дождь, отдых на солнышке).

1. **Тема:** «Коррекция детских страхов с использованием изотерапии».

**Цели:** Коррекция детских страхов. Помочь детям графически отреагировать имеющиеся у них страхи, препятствующие полноценному личностному развитию. Снизить ситуативную тревожность, способствовать повышению самооценки детей, обучать способам снятия мышечного и эмоционального напряжения.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Жадный великан» (словесное комментирование эмоционально-аффективных ситуаций).

**Цели:** Психогимнастика: - учить угадывать по выразительному исполнению эмоциональные ситуации (угощение, отдых) и аффективные состояния (жадность, удивление);

- учить передавать ритмизацией движения героев сказки (гномики идут, идёт великан);

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (проливной дождь, отдых на солнышке).

Словесное комментирование: - довести до детей замысел сказки (с тем, кто жадничает, никто не хочет дружить);

- подводить к совместному составлению словесных описаний по восприятию пантомимических этюдов, темпоритма, музыкальной композиции;

- активизировать в речи детей образные выражения (в тридевятом царстве, в тридесятом государстве; не успели три раза моргнуть; что есть мочи).

**Декабрь.**

1. **Тема:** «Я больше не боюсь» (игротерапия).

**Цели:** Преодоление негативных переживаний, воспитание уверенности в себе. Снятие страха перед темнотой. Развитие наблюдательности, памяти, внутренней свободы и раскованности. Развитие внимания друг к другу, социального доверия.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Жадный великан» (выражение замещающей потребности).

**Цели:** Психогимнастика: - учить детей адекватно передавать собственные аффективные состояния в движении, мимике, слове (жадность);

- развивать умение координировать динамическое равновесие моторного поведения и словесных реакций;

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (проливной дождь, отдых на солнышке).

Совместная словесная импровизация: - учить детей продолжать предложения воспитателя, дополняющие описание эмоционального состояния героев в проблемной ситуации (гномики прячутся от великана).

1. **Тема:** «Ритуал символического исцеления» (изотерапия).

**Цели:** Предоставить детям возможность актуализировать свой страх и поговорить о нём.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Каприза» (познавательно-аффективная ориентировка).

**Цели:** Словесная режиссёрская игра:- воспитывать умение по настроению музыки догадываться о действиях героев;

- знакомить с образными выражениями, антонимами (всё не так да не эдак; не большая, а маленькая; не грустная, а весёлая);

- подводить к умению выразительно интонировать реплики героев в проблемных ситуациях (капризы, знакомство, ссора).

Психогимнастика: - учить соотносить эмоциональную ситуацию (Каприза жужжит, Даша капризничает) и ритмический рисунок;

- побуждать к выразительной передаче в мимике и движениях эмоциональных состояний (удивление, каприз);

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (Даша капризничает, полёт бабочки).

**Январь.**

1. **Тема:** «Знакомство» (игротерапия).

**Цели:** Понизить уровень психоэмоционального напряжения посредством метода игровой терапии. Снятие состояния эмоционального дискомфорта. Развитие социальных эмоций.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Каприза» (словесное комментирование эмоционально-аффективных ситуаций).

**Цели:** Психогимнастика: - учить угадывать по выразительному исполнению сказочных героев эмоциональные ситуации (капризы, удивление, ссора) и аффективные состояния (удивление, отказ);

- учить передавать ритмизацией эмоциональные ситуации (каприза жужжит, Даша капризничает);

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (Даша капризничает, полёт бабочки).

Совместное словесное комментирование: - довести до детей замысел сказки (капризы доставляют только неприятности);

- подводить к совместному составлению словесных описаний по восприятию пантомимических этюдов, темпоритма, музыкальной композиции;

- активизировать в речи детей образные выражения, антонимы (всё не так да не эдак; не большая, а маленькая; не грустная, а весёлая).

1. **Тема:** «Драматизация с масками» (изотерапия).

**Цели:** Дать возможность детям осознать и вербализовать свои чувства и ощущения, своё настроение. Создать доверительную обстановку, материализовать страх, создавая маску. Помочь детям в процессе театрализации освободится от негативной энергии.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Каприза» (выражение замещающей потребности).

**Цели:** Психогимнастика: - учить детей адекватно передавать собственные аффективные состояния в движении, мимике, слове (капризы);

- развивать умение координировать динамическое равновесие моторного поведения и словесных реакций;

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (Даша капризничает, полёт бабочки).

Совместная словесная импровизация: - учить детей совместно составлять два-три предложения, дополняющие описание эмоционального состояния героев в проблемной ситуации (Каприза прилетела в детский сад и подговаривает ребят капризничать).

**Февраль.**

1. **Тема:** «Снеговик» (игротерапия).

**Цели:** Коррекция поведенческих проблем; снятие повышенной тревожности; укрепление собственного Я-ребёнка. Научить детей определять своё внутреннее состояние и понимать эмоциональное состояние другого человека; обучение работе в группе в парах; привитие навыка следовать инструкции взрослого.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Снежинка-пушинка»(познавательно-аффективная ориентировка).

**Цели:** Словесная режиссёрская игра:- воспитывать умение по настроению музыки догадываться о действиях героев;

- знакомить с образными выражениями (снежинка-пушинка, морозная, пуще прежнего);

- подводить к умению выразительно интонировать реплики героев в проблемных ситуациях (просьба).

Психогимнастика: - учить передавать ритмизацией соотносить образ действий героев (Метелица ударила посохом, снежинки летят на землю);

- побуждать к выразительной передаче в мимике и движениях эмоциональных состояний (грусть);

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (дрожание от холода, приятная усталость).

1. **Тема:** «Отработка страха в рисунке».

**Цель:** Отработка эмоций страха и тревоги в рисунке.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Снежинка-пушинка» (словесное комментирование эмоционально-аффективных ситуаций).

**Цели:** Психогимнастика: - учить угадывать по выразительному исполнению движения сказочных героев (снежинка-пушинка просит о помощи, ребята затужили, Метелица ударяет посохом, ребята играют в снежки) , их эмоциональные состояния (просьба, грусть, радость, приказ);

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (дрожание от холода, приятная усталость).

Совместное словесное комментирование: - довести до детей замысел сказки (надо помогать тому, кто попал в беду);

- подводить к совместному составлению словесных описаний по восприятию пантомимических этюдов, темпоритма, музыкальной композиции;

- активизировать в речи детей оттеночные характеристики слов (снежинка-пушинка, морозная, снежная, затужили, пуще прежнего).

**Март.**

1. **Тема:** «Я люблю…» (игротерапия).

**Цели:** Развитие навыков кооперации, снятие психофизической нагрузки. Формирование оптимального эмоционального тонуса, открытости внешним впечатлениям, развитие любознательности, нивелирование тревожности. Укрепление эмоциональных контактов, взаимопонимания и доверия.

1. **Тема:** «Сказкотерапия «Снежинка-пушинка» (выражение замещающей потребности).

**Цели:** Психогимнастика: - учить детей адекватно передавать собственные аффективные состояния в движении, мимике, слове (грусть, настойчивость);

- развивать умение координировать динамическое равновесие моторного поведения и словесных реакций;

- развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы для снятия телесных барьеров (ребята замёрзли, приятная усталость).

Совместная словесная импровизация: - учить детей совместно составлять два-три предложения, дополняющие описание эмоционального состояния героев в проблемной ситуации (ребята просят Метелицу о помощи).

1. **Тема:** «Лабиринт страхов» (изотерапия).

**Цель:** Разрушить стереотипное восприятие агрессивных персонажей сказок и фильмов.

1. **Тема:** «Путешествие по сказке «Маша и медведь».

**Цели:** Развитие у детей памяти и восприятия. Развитие целенаправленного внимания и наблюдательности. Развитие у детей общей и мелкой моторики. Формировать умение самостоятельно составлять простейшие описательные рассказы по картине. Формировать полноценную пространственную ориентировку – понимание и использование разных пространственных направлений.

**Апрель.**

1. **Тема:** «Моё имя» (игротерапия).

**Цели:** Раскрытие своего «Я», разгадывание характеров с опорой на художественное изображение. Формирование чувства близости с другими людьми. Достижение взаимопонимания, сплочённости, умение передавать положительное эмоциональное состояние.

1. **Тема:** «Расскажем сказку».

**Цели:** Побуждать детей к эмоциональной отзывчивости на состояния сверстников, героев сказок. Обучение детей вместе со взрослым пересказывать сказку «Кот, петух и лиса». Развивать умение входить в определённый образ, представлять его, выполнять имитационные движения. Способствовать улучшению социально-эмоционального состояния детей. Готовить их к взаимодействию в привычной среде группы, предлагая сказочную ситуацию, обращаясь к положительному опыту персонажей, который малыши могут использовать в жизни.

1. **Тема:** «Настроение» (игротерапия).

**Цели:** Снятие психоэмоционального напряжения, развитие способности понимать своё эмоциональное состояние и умения его выразить.

1. **Тема:** «Применение сказкотерапии в театрализованной деятельности».

**Цели:** Учить детей ориентироваться в окружающей обстановке. Развивать воображение, память, фантазию, внимание детей. Формировать возможности перевоплощения с использованием интонации, пантомимы. Формирование навыков сотрудничества, взаимопонимания, инициативы.

**Май.**

1. **Тема:** «Игры и игровые упражнения с мячом в работе по развитию речи детей дошкольного возраста».

**Цели:** Развивать фонематический слух; учить бросать мяч невысоко вверх и ловить. Расширять словарный запас детей. Закреплять правильное употребление существительных мн. ч. в род. п.; закреплять умение передавать мяч из рук в руки, не прижимая его к груди. Учить детей подбирать рифму к слову; закреплять умение детей уверенно и точно бросать мяч друг другу и ловить его. Формировать навык образования сложных слов; закреплять умение отталкивать мяч пальцами рук, оценивая направление и рассчитывая силу толчка.

1. **Тема:** «Игры и игровые упражнения с детьми, имеющими нарушения в речи».

**Цели:** Вспомнить с детьми названия и содержание произведений К. И. Чуковского, с которыми они познакомились раньше. Развивать логическое мышление, фонематический слух, внимание, координацию движений, творческую активность. Вспомнит порядковый и количественный счёт в пределах 10. Учить рисовать методом «ладошки». Закреплять умение правильно пользоваться гуашью. Воспитывать аккуратность, чувство товарищества, стремление оказывать помощь тем, кто в ней нуждается.

1. **Тема:** «Зарывание секретиков».

**Цели:** Коррекция психических процессов, развитие мелкой моторики руки, тактильных ощущений. Установление психологического комфорта. Развитие связной речи. Совершенствовать умения и навыки практического общения. Развитие фантазии. Побуждать ребёнка к активным действиям концентрации внимания. Стабилизация положительного эмоционального фона.

1. **Тема:** «Очищение души».

**Цели:** Формировать у детей сознательное стремление быть здоровыми, обучение приемлемым способам снятия негативных чувств и эмоций. Снятие негативных настроений, восстановление сил, развитие умения сотрудничества, понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживание. Побуждать детей к обсуждению своих желаний и выбору какого-либо одного, более значимого.

**Литература:**

**-** Чудеса на песке. Песочная игротерапия. Т. Н. Грабенко, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – Спб, 1998.

- Юнгинская песочная психотерапия. Л. Штейнхард. – Спб, 2001.

- Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. Т. Н. Грабенко, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – Спб, 2002.

- Дошкольная педагогика. Январь-февраль, 2007. Бережная Н. Ф. Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей раннего младшего дошкольного возраста.

- Мой ребёнок. Май, 2003. Кулакова Н., Грабенко Т. Следы на песке.

- Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Основы сказкотерапии. – Спб, 2006.

- Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии. – Спб, 2002.

- Киселёва М. В. Арттерапия в работе с детьми. – Спб, 2006.

- Шорохова О. А. Занятия по развитию связной речи дошкольников и сказкотерапия. – М, 2009.

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида № 51 г. Томска**

**Перспективный план**

**по теме самообразования:**

***«Использование арттерапии с детьми дошкольного возраста (сказкотерапия, игротерапия, изотерапия)»***

**в средней группе*.***

**Воспитатель:**

**Кухальская О. В.**

Томск 2010

Использование арттерапии с детьми дошкольного возраста (сказкотерапия, игротерапия, изотерапия).