

**Проект: «Интерактивные игры с
тревожными детьми старшего
дошкольного возраста» «Путешествие
на остров хорошего настроения»**

**Авторы: КРОО «Институт семьи» г. Красноярск
Ведущий специалист И.Г.Гагаркина**

**Адаптация Бурдиной Т.В.
Педагог-психолог МБДОУ № 27 г. Канск**

* **Цель проекта :**

* помощь тревожным детям старшего дошкольного возраста в снижении остроты проблемных переживаний.

* **Задачи:**

- * -повысить самооценку,
- * -обучить управлять своими переживаниями ,
- * -учить умению расслабляться,
- * -учить доверять друг другу и работать в команде.

Предполагаемый результат реализации проекта

- * В результате реализации проекта планируется помочь тревожным детям снизить остроту проблемных переживаний, повысить самооценку, обучить управлять своими переживаниями умению расслабляться.**

Сроки, необходимые для достижения предполагаемого результата :

- * с 1 апреля по 30 мая 2015 г.**

Резюме проекта

- * Каждое занятие включает в себя:
- * **1) дыхательные упражнения** (Игра «Корабль и ветер», Игра «Надуваем шарик»)
- * **2) сеансы расслабления** (релаксация «Маленький пушистый зверек», релаксация «Водопад», релаксация «Путешествие на теплом облаке» и др.);
- * **3) игры для повышения самооценки** («Похвала», «За что меня любит мама», «Зеркало», «Серебряное копытце» и др.)
- * **4) игры на снятие мышечных зажимов** («Взаимомассаж», «Барабаним на здоровье», «Руки» и др.)
- * **5) игры способствующие разрядке гнева и стресса** («Обзывалки», «Драка»)
- * **6) упражнения которые помогут восстановить или улучшить работу мозга и тела** («Перекрестные шаги», «Параллельные шаги» и др.)
- * **7) игры, учащие доверять друг другу и работать в команде** («Слепой и поводырь», «Гусеница», «Неваляшка» «Скалолаз», «Слепой танец» и др.)

Приветствие



Игры на снятие мышечных зажимов, учащие доверять друг другу и работать в команде



Игры на повышение самооценки



Упражнения которые помогут восстановить или улучшить работу мозга и тела

Перекрестные шаги



Параллельные шаги



Сравнительная диагностика

В диагностике уровня тревожности принимали участие 20 детей подготовительной группы .
Результаты первичной диагностики.(таблица1)

Таблица 1 – Уровень тревожности (по методике Р.Тэмбла, М.Дорки, В.Амена)

Высокий уровень тревожности	Средний уровень тревожности	Низкий уровень тревожности
Количество детей М -6 (30%) Д-4(20%)	Количество детей М-5(25%) Д-3(15%)	Количество детей М -1(5%) Д-1(5%)

* Результаты повторной диагностики (таблица2)

Таблица 2 – Уровень тревожности (по методике Р.Тэмбла, М.Дорки, В.Амена)

Высокий уровень тревожности	Средний уровень тревожности	Низкий уровень тревожности
Количество детей М -4(20%) Д-2(10%)	Количество детей М-5(25%) Д-4(20%)	Количество детей М -3(15%) Д-2(10%)



Спасибо за внимание!