

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Ягодка» города Черногорска

ПРИНЯТА

Педагогическим советом

МАДОУ «Ягодка»

Протокол № 1

от «31» 08 2020г.



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ «Ягодка»

/М. А. Новосельцева/

Приказ № 102

от «31» 08 2020г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА**

социально-педагогической направленности

«Познай себя»

для детей дошкольного возраста

(6 - 7 лет)

Срок реализации программы

8 месяцев

Составила:

педагог дополнительного
образования

Гончарук М. Д.

Черногорск, 2020 г.

Пояснительная записка

Важная роль в современном образовательном обществе отводится здоровьесберегающим технологиям, психологическому сопровождению детей в образовательных учреждениях, сохранению и укреплению психологического здоровья. В настоящее время, тема психологического здоровья является актуальной и рассматривается в трудах отечественных и зарубежных учёных таких как: В.А.Ананьев, А. Н. Леонтьев, А.М. Степанов, А.Б.Холмогорова, И.В.Дубровина, В.В.Давыдов, О.В.Хухлаева, Г.С.Никифорова, и др.

Психологическое здоровье является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, обеспечивает возможность непрерывного развития в течение всей его жизни. Психологически здоровый человек – это, прежде всего человек творческий, жизнерадостный, весёлый, открытый, познающий себя и окружающий мир, адекватно приспосабливающийся как к благоприятным, так и неблагоприятным условиям, воздействиям.

Дополнительная общеобразовательная программа «Познай себя» направлена на создание условий для сохранения и формирования психологического здоровья дошкольников, обеспечения эмоционального благополучия, развития адекватного социального поведения, формирования положительного самоотношения и отношения к другим людям, раскрытия внутреннего потенциала в разных видах детской деятельности, умения делать выбор и нести за него ответственность, готовности к школьному обучению на начальном этапе образования. Программа дополнительного образования «Познай себя» разработана и реализуется для детей дошкольного возраста с 6 лет до 7 на основе комплекса разработанного Хухлаевой О.В., Хухлаевой О.Е., Первушиной И.М., «Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников».

Программа разработана в соответствии с:

Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в

Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования

Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании» 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 № 1155);
- Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.08.2013 г. №706 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг».
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» от 15.05.2013 года № 26;

Актуальность программы заключается в обеспечении эмоционально-комфортного и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в дошкольном образовательном учреждении и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

Ведущая цель программы – создание условий для сохранения и поддержания психологического здоровья дошкольников.

Задачи:

- создать с помощью игры мотивацию на обучение;
- способствовать профилактике переутомления и напряжения дошкольников;
- сформировать положительное самоотношение и принятие других людей;
- способствовать достижению потребности в саморазвитии.

Возраст детей: 6-7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Возрастные и индивидуальные особенности детей 6-7 лет

Старший дошкольный возраст – это период активного познания, творчества, общения. Но самое главное, это период подготовки к новому этапу в жизни – школьному обучению.

Дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей. Игровое пространство усложняется. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным.

Они свободно владеют обобщёнными способами анализа, как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объёмными предметами.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным.

У дошкольников продолжает развиваться речь, ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь.

Значительно расширяется игровой опыт детей. Детям доступна вся игровая палитра: сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные игры, конструктивно-строительные и настольные печатные игры, подвижные игры.

К концу дошкольного возраста ребёнок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется итоговый контроль (май) – диагностика по критериям психологического здоровья

(методика «Цветик-семицветик», методика «Какой я?»)

Возможные достижения детей

- принимать своё прошлое, настоящее, будущее, себя и других людей, адекватно воспринимать свои и чужие достоинства и недостатки уметь строить планы на будущее;
- осознавать свои эмоции, чувства, уметь обсуждать их;
- уметь избавляться от обид, находить выход из конфликтных ситуаций;
- контролировать своё поведение адекватно обстановке, проявлять выдержку, самостоятельность, инициативность;
- уметь находить в трудных ситуациях силы внутри самого себя, принимать ответственность за свою жизнь на самого себя;
- сформировать уважительное отношение к сверстникам, взрослым;
- сформировать устойчивый познавательный интерес, познавательная активность, потребность в самоизменении;
- уметь свободно и естественно проявляет свои чувства, эмоции, осознанно регулировать и контролировать эмоциональные состояния;
- оказывать помощь и поддержку сверстнику, если тот огорчён, опечален, расстроен, рассержен;
- принимать на себя роли, даже отрицательные;

Формы образовательной деятельности:

Каждое занятие содержит в себе следующие этапы:

1.Организационный этап.

Создание эмоционального настроения в группе.

Упражнения и игры с целью привлечения внимания детей.

2.Мотивационный этап.

Сообщение темы занятия, прояснение тематических понятий;

Выяснения исходного уровня знаний детей по данной теме.

3.Практический этап.

Подача новой информации на основе имеющихся данных;

Задания на развитие познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, воображения) и творческих способностей.

Обработка полученных навыков на практике.

4.Рефлексивный этап.

Обобщение полученных знаний.

Подведение итогов занятия.

Учебно - тематический план занятий с детьми

Занятия с детьми по дополнительной образовательной программе проводятся в форме практических занятий, основываясь на особенностях развития детей данного возраста.

ОКТАБРЬ

Недели	Цели	Содержание
1 неделя	Знакомство; Позитивно настроить детей на совместную работу в группе; Развитие творческого начала, причастности к общему делу; Способствовать снятию мышечного напряжения у детей.	1. Начала занятия 2. Игры 3. Беседа -коллективный рисунок 4. Работа со сказкой 5. Окончание занятия
2 неделя	Развитие воображения, логического мышления, памяти; Развитие творческого начала, причастности к общему делу; Развитие связной речи; Закрепление знаний об окружающем;	1. Приветствие 2. Игра-беседа 3. Игры 4. Мысленная картина 5. Прощание
3 неделя	Развитие воображения и фантазии; Развитие умения чувствовать и понимать другого; Развитие эмоциональной сферы; Снятие мышечного и	1. Начала занятия 2. Мысленная картина 3. Игра-беседа 4. Игры 5. Работа со сказкой

	эмоционального напряжения.	6. Прощание
4 неделя	Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению; Закрепление знаний об окружающем мире для развития внимания;	1. Начала занятия 2. Игра-беседа 3. Упражнения 4. Пластический этюд 5. Игра 6. Прощание

НОЯБРЬ

Недели	Цели	Содержание
1 неделя	Развитие пластики, чувства ритма, пантомимики; Развитие невербальной формы общения; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания. Развитие воображения, логического мышления, памяти; Развитие связной речи; Развитие эмоциональной сферы;	1. Начала занятия 2. Игра-перевоплощение 3. Мини-этиюд 4. Пантомима 5. Игра-беседа 6. Пластический этюд 7. Прощание
2 неделя	Развитие воображения, логического мышления, памяти; Развитие пластики, чувства ритма, пантомимики; Развитие эмоциональной сферы; Развитие связной речи; Обучение рефлексии; снятие эмоционального напряжения.	1. Начала занятия 2. Игра-беседа 3. Упражнения 4. Пластический этюд 5. Рисование 6. Прощание
3 неделя	Развитие любознательности, наблюдательности; Развитие пластики, чувства ритма; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания. Развитие невербальных форм общения; Проявление себя через самовыражения;	1. Приветствие 2. Игра-перевоплощение 3. Игры 4. Пластический этюд 5. Прощание
4 неделя	Обучение положительному самоотношению и принятию других людей; Развитие творческого начала,	1. Начала занятия 2. Сказка 3. Беседа 4. Упражнения

	причастности к общему делу; Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению; Обучение рефлексивным умениям; Формирование потребности в саморазвитии;	5. Игры 6. Коллективная работа 7. Прощание
--	---	--

ДЕКАБРЬ

Недели	Цели	Содержание
1 неделя	Обучение положительному самоотношению и принятию других людей; Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению; Развитие эмоциональной сферы;	1. Начала занятия 2. Игры 3. Игра-беседа 4. Рисование 5. Беседа 6. Окончания занятия
2 неделя	Обучение положительному самоотношению и принятию других людей; Развитие умения чувствовать и понимать другого; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания;	1. Приветствие 2. Этюды на выражение 3. Игры 4. Беседа 5. Прощание
3 неделя	Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению; Развитие эмоциональной сферы; Развитие связной речи; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания.	1. Начала занятия 2. Мысленная картинка 3. Игры 4. Игра-беседа 5. Окончания занятия
4 неделя	Закреплять знания об окружающем мире; Развитие невербальных форм общения; Проявление себя через самовыражения; Развитие эмоциональной сферы; Развитие творческого начала, причастности к общему делу;	1. Начала занятия 2. Игра-перевоплощения 3. Игра-беседа 4. Коллективная работа 5. Окончания занятия

ЯНВАРЬ

Недели	Цели	Содержание
1 неделя	Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению; Обучение положительному самоотношению и принятию других людей; Формирование произвольности; Формирование потребности в саморазвитии; Развитие эмоциональной сферы; Развитие связной речи;	1. Начала занятия 2. Мысленная картина 3. Работа со сказкой 4. Рисование 5. Игры 6. Беседа 7. Окончания занятия
2 неделя	Развитие эмоциональной сферы; Обучение положительному самоотношению и принятию других людей; Формирование произвольности; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания;	1. Приветствие 2. Игры 3. Этюды 4. Прощание
3 неделя	Обучение рефлексивным умениям; Обучение положительному самоотношению и принятию других людей; Развитие эмоциональной сферы; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания;	1. Начала занятия 2. Упражнения 3. Сказка 4. Беседа 5. Прощание

ФЕВРАЛЬ

Недели	Цели	Содержание
1 неделя	Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению; Развитие эмоциональной сферы; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания; Развитие связной речи;	1. Начала занятия 2. Игра-беседа 3. Этюды 4. Игры 5. Игры-перевоплощения 6. Окончания занятия
2 неделя	Проявление себя через самовыражения; Обучение рефлексивным умениям; Формирование потребности в саморазвитии;	1. Начала занятия 2. Игра-перевоплощения 3. Игры 4. Окончания занятия
3 неделя	Развитие пластики, чувства ритма; Развитие невербальных форм общения;	1. Начала занятия 2. Игра-перевоплощения 3. Сказка

	Обучение положительному самоотношению и принятию других людей; Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению;	4. Беседа 5. Игра мотивация 6. Окончания занятия.
4 неделя	Проявление себя через самовыражения; Развитие невербальных форм общения; Закрепления знаний об окружающем; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания;	1. Начала занятия 2. Игра-имитация 3. Беседа 4. Этюды 5. Окончания занятия.

МАРТ

Недели	Цели	Содержание
1 неделя	Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению; Развитие эмоциональной сферы; Развитие связной речи; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания.	1. Начала занятия 2. Мысленная картинка 3. Игры 4. Игра-беседа 5. Окончания занятия
2 неделя	Развитие воображения, логического мышления, памяти; Развитие пластики, чувства ритма, пантомимики; Развитие эмоциональной сферы; Развитие связной речи; Обучение рефлексии; снятие эмоционального напряжения.	1. Начала занятия 2. Игра-беседа 3. Упражнения 4. Пластический этюд 5. Рисование 6. Прощание
3 неделя	Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению; Закрепление знаний об окружающем мире для развития внимания;	1. Начала занятия 2. Игра-беседа 3. Упражнения 4. Пластический этюд 5. Игра 6. Прощание

4 неделя	Обучение рефлексивным умениям; Обучение положительному самоотношению и принятию других людей; Развитие эмоциональной сферы; Закреплять знания об окружающем мире, для развития внимания;	1. Начала занятия 2. Упражнения 3. Сказка 4. Беседа 5.Прощание
----------	---	--

АПРЕЛЬ

Недели	Цели	Содержания
1 неделя	Развитие логического мышления, воображения, индивидуальному самовыражению; Развитие эмоциональной сферы; Развитие связной речи; Обучение положительному самоотношению и принятию других людей;	1. Начала занятия 2. Работа со сказкой 3. Рисование 4. Игры 5.Релаксация 6.Окончания занятия
2 неделя	Развитие эмоциональной сферы; Закрепления знаний об окружающем; Проявления себя через самовыражения; Обучение рефлексивным умениям;	1. Начала занятия 2. Игры 3. Рисунок 4.Окончания занятия
3 неделя	Развитие воображения и фантазии; Развитие умения чувствовать и понимать другого; Развитие эмоциональной сферы; Развитие связной речи; Обучение рефлексии; снятие эмоционального напряжения.	1. Начала занятия 2. Игры 3. Упражнения 4.Окончания занятия
4 неделя	Развитие воображения, логического мышления, памяти; Развитие творческого начала, причастности к общему делу; Развитие связной речи; Закрепление знаний об окружающем; Развитие эмоциональной сферы;	1. Начала занятия 2. Игры 3. Работа со сказкой 4. Рисование 5. Прощание.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется итоговый контроль (май) – диагностика по критериям психологического здоровья.

Методика «Цветик-семицветик», направлена на выявление содержания осознаваемых ребенком потребностей и желаний.

Методика «Какой я?», предназначена для определения самооценки ребенка.

Список литературы:

- 1.Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста: Методическое пособие в помощь воспитателям и психологам дошкольных учреждений. – М.: ТЦ Сфера, 2003
2. Вайнер М.Э. Профилактика, диагностика и коррекция недостатков эмоционального развития дошкольников. Учебно-методическое пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2006
3. Жучкова Г.Н. Нравственные беседы с детьми 4-6 лет. Занятия с элементами психогимнастики. Практическое пособие для психологов, воспитателей, педагогов. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2002
4. Чистякова М.И. Психогимнастика / Под ред. М.И. Буянова. – М.: Просвещение, 1990
5. Хухлаева О.В.,Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. — М.: Генезис, 2004. —175 с.