

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 18
комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Решением

Педагогического совета

Протокол № 2 от 29.05.2024

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 39-ОД от 26.08.2024

Заведующий ГБДОУ детский сад №18

Ю.В. Иванова

Дополнительная образовательная программа
«Тропинка к своему Я»
с использованием дистанционных образовательных технологий и
электронного обучения

Составитель:

Еремеева Инна Анатольевна,

педагог дополнительного образования

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	Целевой раздел Программы	
1.1.	Пояснительная записка.....	
1.1.1.	Цели и задачи Программы.....	
1.1.2.	Принципы и подходы Программы.....	
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы.....	
2.	Содержательный раздел Программы	
2.1.	Учебный план.....	
2.2.	Календарный учебный график.....	
2.3.	Содержание Программы.....	
3.	Организационный раздел (условия образовательной деятельности)	
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	
	Развивающая предметно-пространственная среда.....	
3.2.	Методическое обеспечение Программы.....	

1.Целевой раздел Программы.

1.1.Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Тропинка к своему Я» (далее- программа) **социально-педагогической направленности**, предназначена для детей дошкольного возраста 4-7 лет.

Актуальность. Социальная депривация (лишение, ограничение, недостаточность тех или иных условий, материальных или духовных ресурсов, необходимых для выживания, полноценного развития и социализации детей), приводит к ухудшению здоровья детей: физическому, социальному, психическому.

Поэтому можно утверждать, что сегодня здоровье практически всех детей требует внимания и помощи взрослых: педагогов, психологов.

Дополнительная общеобразовательная программа «Тропинка к своему Я» для детей 4-7 лет направлена на сохранение психологического здоровья дошкольников, создана на основе программы работы с детьми дошкольного возраста «Тропинка к своему Я» Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Москва: Генезис, 2005

1.1.1. Цели и задачи Программы

Осуществляется деятельность в пределах своей профессиональной компетентности, работая с детьми, имеющими разные уровни психического развития.

Цель программы: создать каждому ребенку в детском саду возможность для развития способностей, творческой самореализации, определение основных направлений психологического сопровождения реализации образовательных инициатив, для обеспечения полноценного формирования интегративных качеств дошкольников, в том числе общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств с приоритетным направлением: познавательное и речевое развитие; предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, коррекцию недостатков в их психическом развитии.

Задачи программы:

- охрана и укрепление психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- устранение искажение эмоционального реагирования и стереотипов поведения, реконструировать полноценные контакты ребенка со сверстниками.
- формирование основы позитивной Я – концепции ребенка.
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

- предупреждение возникновения проблем развития ребенка; содействие росту, развитию ребёнка.
- оказание помощи (содействие) ребенку в решении актуальных задач развития, обучения и социализации;
- обучение положительному отношению и принятию других людей;
- обучение рефлексивным умениям;
- обеспечение психологического сопровождения, разработки и реализации образовательных программ и развития ДОО в целом.

Методические средства, используемые при проведении занятий:

1. Ролевые игры
2. Коммуникативные игры (интерактивные, сюжетно-ролевые, подвижные, игры-упражнения, игры-имитации, игры - драматизации, творческие игры)
3. Психогимнастические игры, этюды (социально-психологические тренинги)
4. Игры и задания, направленные на развитие произвольности (вводятся такие понятия, как «хозяин своих чувств», «сила воли»).
5. Игры, направленные на развитие воображения (игры вербальные, невербальные, «мысленные картинки» под музыку).
6. Задания с использованием терапевтических метафор (формирование «механизма самопомощи»: ищи силы для разрешения конфликта в самом себе, ты их обязательно найдёшь и, наверняка, сможешь победить трудности) – песочная терапия
7. Эмоционально - символические методы (групповое обсуждение различных чувств; детские рисунки на темы чувств, причём на стадии рисования иногда исследуются и обсуждаются чувства и мысли, которые не удаётся раскрыть в процессе вербального общения) с использованием светового стола.
8. Релаксационные методы (визуально-кинестетические и дыхательные техники).

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.

Концептуальная основа программы.

Содержание программы строится на идеях развивающего обучения, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и зон ближайшего развития.

При разработке Программы учитывались научные подходы формирования личности ребенка:

- *Культурно-исторический подход* (Л.С.Выготский, А.Р.Лурия)
- *Деятельностный подход* (Л.А. Венгер, В.В. Давыдов, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, Н. Н. Поддьяков, Д. Б. Эльконин и др.)

- *Личностный подход* (Л.И.Божович, Л.С.Выготский, А.В.Запорожец, А.Н.Леонтьев, В.А.Петровский, Д.Б.Эльконин и др.)

Эти подходы к проблеме индивидуального развития ребёнка очень тесно взаимосвязаны и составляют теоретико-методологическую основу для:

- сохранения и укрепления здоровья воспитанников;
- формирования у детей адекватной уровню образовательной программы целостной картины мира;
- интеграции личности воспитанника в национальную, российскую и мировую культуру;
- формирования основ социальной и жизненной адаптации ребенка;
- развития позитивного эмоционально-ценностного отношения к окружающей среде, практической и духовной деятельности человека;
- развития потребности в реализации собственных творческих способностей.

Рефлексивно - деятельностный подход позволяет решать задачи развития психических функций через использование различных видов деятельности, свойственных данному возрасту.

Принцип личностно-ориентированного подхода предлагает выбор и построение материала исходя из индивидуальности каждого ребенка, ориентируясь на его потребности и потенциальные возможности. Повышение эффективности основано на идеях поэтапного формирования действий.

В соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами Программа опирается на научные принципы ее построения:

- **принцип развивающего образования**, который реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития;
- **сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости**, т.е. соответствие основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики;
- **соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности**, приближаясь к разумному «минимуму»;
- **единство воспитательных, развивающих и обучающих** целей и задач в процессе реализации которых формируются знания, умения и навыки, имеющие непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- **принцип интеграции образовательных областей** в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- **комплексно-тематический принцип** построения образовательного процесса;
- **решение программных образовательных задач** в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей в рамках непосредственно образовательной деятельности, при проведении режимных моментов в соответствии с условиями ДОУ;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Реализация **принципа непрерывности** образования требует связи всех ступенек дошкольного образования, начиная с раннего и младшего дошкольного возраста до старшей и подготовительной к школе групп.

Соблюдение **принципа преемственности** ориентирован на формирование у дошкольника качеств, необходимых для овладения учебной деятельностью - любознательности, инициативности, самостоятельности, произвольности и т. д.

Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для детей является игра.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

дети четырех лет знают и умеют:

- успешно адаптируются
- повышается уровень развития внимания, восприятия, речи, воображения;
- повышается уровень развития чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений;
- повышается уровень развития творческих способностей.

дети пяти лет знают и умеют:

- осознавать своё тело и его специфические особенности;
- понимать и описывать свои желания и чувства;
- осознавать свои физические и эмоциональные ощущения;
- различать определённые эмоциональные состояния взрослых и детей по особенностям жестов, мимики, движений;
- воспроизводить выразительные позы и движения;
- сравнивать эмоции;
- контролировать свои эмоциональные реакции;
- оценивать поступки и видеть достоинства и недостатки собственного поведения и поведения окружающих взрослых в быту;
- уступать друг другу в конфликтных ситуациях;
- останавливать другого ребёнка, если он делает что-то плохое;
- вести доброжелательный диалог, используя различные средства выразительности;
- выражать благодарность за проявление к ним внимания и доброты;
- устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать и решать конфликтные ситуации, находить компромиссные решения;
- оказывать помощь другим детям в трудной ситуации;

- общаться, несмотря на разницу желаний и возможностей, высказывать своё мнение о друзьях, замечая их хорошие и плохие поступки;
- понимать своего собеседника;

Дети шести лет знают и умеют:

- умеют узнавать по пиктограмме и называть эмоциональные состояния: радость - восторг, грусть, гнев - ярость, удивление, испуг, растерянность, спокойствие;
- умеют рассказать о своем настроении;
- знают не менее трех способов выражения и изменения этих эмоциональных состояний;
- умеют объединяться в пары для совместной работы;
- умеют при помощи взрослого распределять роли в игре и придумывать дополнительные роли;
- знают основные способы невербального общения;
- принимают и удерживают 3 правила в игровой ситуации и учебной ситуации;
- умеют действовать по словесной и зрительной инструкции;
- сформированы представления о таких личностных качествах людей, как доброта и злость, жадность и щедрость, лень, капризность;
- умеют оценивать себя, выделяя в своем поведении эти качества;
- проявляют элементы рефлексии.

Дети семи лет знают и умеют:

- способны к волевой регуляции поведения на основе внутренних побуждений и установленных правил;
- способны проявить настойчивость, преодолевать трудности;
- историю своей семьи;
- понимать свою индивидуальность;
- характерны познавательные интересы;
- доступна логическая форма мышления;
- установление и сохранение положительных взаимоотношений с взрослыми и сверстниками, мотивы личных достижений, признания, самоутверждения;
- умеют общаться со сверстниками и взрослыми, знают основные правила общения. Дети стремятся быть хорошими, первыми, очень огорчаются при неудаче. Они тонко реагируют на изменение настроения взрослых.
- принимать гостей у себя дома;
- рисовать своё генеалогическое дерево.

После пройденного курса у детей снижается уровень тревожности, гиперактивности, агрессивности, повышается уровень познавательных процессов

Каждое занятие состоит из нескольких этапов:

1. Начало - включает ритуал приветствия для установления эмоционально-позитивного контакта между всеми участниками и планирование упражнений и игр.

Приветствие может быть лично-ориентированным, т.е. адресованным каждому участнику занятия, для выделения его значимости и обращенным ко всей группе, объединяющим детей в единое целое. Цель – способствовать формированию чувства принадлежности к группе.

2. Разминка. Цель – сбросить инертность психического и физического напряжения, самочувствия, сконцентрировать внимание и интерес детей к совместному занятию, к активной работе друг с другом.

3. Основная часть. На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В неё входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребёнка.

Основные процедуры: элементы сказкотерапии с импровизацией; элементы психодрамы; игры на развитие навыков общения; игры на развитие восприятия, памяти, внимание, воображения; рисование, этюды

Включаются психогимнастические упражнения, упражнения на эмоции и эмоциональный контакт. Эти упражнения направлены на развитие способности у детей понимать, осознавать свои и чужие эмоции (обида, тревога, счастье, грусть, радость и т.д.), правильно их выражать и полноценно проживать.

Формы упражнений разнообразные – ролевые игры, психогимнастические игры, коммуникативные игры, игры и задания, направленные на развитие произвольности, пантомимические загадки, представления.

В процессе работы используются приёмы, содержание которых отвечает развивающим, профилактическим и коррекционным задачам.

Цель – овладение навыками управления своей эмоциональной сферой, преодоление собственных внутренних барьеров общения в реальной жизни.

4. Заключительная часть. Приведение в равновесие их эмоционального состояния, улучшение самочувствия и настроения. Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо игры-забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка.

Необходимо постоянно следить за тем, чтобы участники занятия были включены в работу, не уставали и не отвлекались. Поэтому каждое занятие включает в себя процедуры, способствующие саморегуляции детей, а именно:

-упражнения на мышечную релаксацию (снижают уровень возбуждения, снимают напряжение);

- дыхательную гимнастику (действует успокаивающе на нервную систему);

- мимическую гимнастику (направлена на снятие общего напряжения. Играет большую роль в формировании выразительной речи детей);
- двигательные упражнения, включающие попеременное или одновременное выполнение движений разными руками под любую текстурку (способствует межполушарному взаимодействию);
- чтение фольклорных произведений (потешек, прибауток и т.д. с чередованием движений, темпа и громкости речи (способствует развитию произвольности).

Эти процедуры могут проводиться в любой части занятия, в зависимости от ситуации.

5. Окончание занятия. Подведение итогов, рефлексия того, что было на занятии. Этому способствуют вопросы типа: «Во что мы сегодня играли?», «Как мы сегодня играли?», «Что понравилось?», «Что не понравилось?», «Что вы чувствовали, когда были в роли...?»

Во время занятий дети сидят в кругу – на стульчиках или на полу. Круг – это, прежде всего, возможность открытого общения. Форма круга создаёт ощущение целостности, завершённости, придаёт гармонию отношениям детей, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

Грамотно подобранное программно-методическое обеспечение является залогом высокой вариативности, гибкости учебного плана и образовательных программ; применения в рамках учебно-воспитательного процесса специальных приемов и методов коррекционно-реабилитационной работы, их разумного чередования.

Противопоказаний для проведения развивающей работы с детьми нет. Используется групповая форма работы с детьми, в которой учитывается специфика детей

В проведении занятий можно выделить основные направления:

Аксиологическое направление - предполагает формирование умения принимать самого себя и других людей вне зависимости от пола, возраста, культурных особенностей, при этом адекватно воспринимая свои и чужие достоинства и недостатки. Безусловной предпосылкой этого является личностная целостность.

Инструментальное направление - предполагает, что человек владеет рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать своё сознание на себе, своём внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими. Ему соответствует умение понимать и описывать свои эмоциональные состояния и состояния других людей, возможность свободного и открытого проявления чувств без причинения вреда другим, осознание причин и последствий как своего поведения, так и поведения окружающих.

Потребностно - мотивационное направление - содержит формирование умения находить в трудных ситуациях силы внутри самого себя, принимать ответственность за свою жизнь на самого себя, умения делать выбор, формирование потребности в самоизменении и личностном росте. Человек становится субъектом своей жизнедеятельности, имеет внутренний источник активности, выступающий двигателем его развития. Человек становится автором собственной биографии.

Развивающее направление предполагает для дошкольников адекватное ролевое развитие, а также формирование эмоциональной децентрации и произвольной регуляции поведения.

2. Содержательный раздел Программы

2.1 Учебный план

Реализация Программы предусмотрена в штатном режиме с соблюдением всех санитарно-эпидемиологических требований, в том числе сокращения количества обучающихся, находящихся в помещении, при помощи деления группы обучающихся на подгруппы, корректировки рабочей программ, предусматривающей сокращение времени учебных занятий и акцент на освоение нового учебного материала, частичный перевод аудиторных занятий на обучение с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При разработке и реализации Программы используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии и электронное обучение.

Содержание Программы предусматривает наличие внеаудиторных и самостоятельных занятий обучающихся.

	Группа, возраст детей		
	Средняя группа, с 4-5 лет	Старшая группа, с 5-6 лет	Подготовительная к школе группа, с 6-7 лет
Длительность условного часа непрерывной образовательной деятельности	20	20-25	30
Количество условных часов в неделю	2	2	2
Общее астрономическое время в неделю	40 мин	40-50 мин	60 мин

Программа реализуется в очном режиме при условии:

- обеспечения режима социальной дистанции,
- обеспечения проведения занятий по закрепленным групповым ячейкам, кабинетам,
- обеспечения дезинфекции помещений и оборудования после окончания занятий группы.

Форма занятий:

Форма организации образовательной деятельности- индивидуальная и подгрупповая (6- 8 детей).

Формы и методы, используемые при проведении занятий:

Основная форма – занятие-игра с элементами учебной деятельности.

При необходимости, в условиях режима повышенной готовности и ЧС, режим занятий устанавливается дополнительно.

При реализации дополнительных общеобразовательных программ могут быть предусмотрены как аудиторные, так и неаудиторные (самостоятельные) занятия, которые проводятся по группам или индивидуально.

При необходимости, в условиях режима повышенной готовности и ЧС, общеобразовательные программы могут быть реализованы в следующих формах:

-С применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения;

-С сокращением времени фактических занятий с отработкой в каникулярное время путем корректировки рабочих программ, предусмотрев аудиторное обучение (как есть по плану);

-С перераспределением учебного времени между практическими и теоретическими занятиями;

-При реализации дополнительной общеобразовательной программы или ее части с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий организуются учебные занятия-онлайн, обеспечивающих обучающимся образовательную деятельность в электронной информационно-образовательной среде, предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть Интернет.

2.2 Календарный учебный график

Образовательные области	средняя			старшая			подготовительная к школе		
	в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год
Психологическое здоровье	2	8	64	2	8	64	2	8	64

Занятия проводятся по подгруппам 5-6 человек при обязательном соблюдении санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

2.3. Содержание программы

Календарно-тематический план работы с детьми 4-5 лет

№	Тема занятия	Цель
Октябрь		
1	Знакомство.	Создание эмоционально настроения; создание условий для естественного психологического развития ребенка.
2	Давайте дружить. Световой стол	Развитие коммуникативных умений, необходимых для успешного протекания процесса общения.
3	Волшебные слова.	Закрепление правил хорошего тона; повышение уверенности в себе.
4	Правила поведения на занятиях Песочная терапия	Развитие познавательных процессов: внимания, воображения, восприятия.
5	Радость и грусть. Песочная терапия	Развитие эмоциональной сферы. Введение ребенка в мир человеческих эмоций.
6	Гнев. Световой стол	Развитие волевой сферы – произвольности психических процессов, саморегуляции,
7	Удивление.	Привлечение внимания к эмоциональному миру человека,
8	Испуг.	Обучение распознаванию, выражению, показу эмоций: радость, грусть, гнев, удивление, испуг;
Ноябрь		
9	Спокойствие.	Обучение распознаванию, выражению, показу эмоций: радость, грусть, гнев, удивление, испуг; спокойствие
10	Словарик эмоций.	Создание эмоционально настроения; привлечение внимания к эмоциональному миру человека,
11	Из чего же сделаны наши мальчишки?	Развитие личностной сферы – формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе.
12	Из чего же сделаны наши девчонки?	Развитие личностной сферы – формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе.
13	Страна Вообразия.	Развитие познавательных и психических процессов – восприятия, памяти, внимания, воображения.
14	У страха глаза велики. (Работа со страхами) Песочная терапия	Обучение приемам регуляции и саморегуляции
15	Игралочка. (Работа со страхами) Песочная терапия	Развитие способности вербально и невербально выражать эмоции.
16	Обижаться не могу, ой, смеюсь, кукареку!	Способствовать уменьшению обидчивости у детей.
Декабрь		
17	Сказочная дружба	Знакомство с понятием дружбы, эмоцией

		радость, расширение эмоционального опыта, обсуждение правил взаимодействия в группе.
18	«Сказочные обиды» Песочная терапия	Знакомство с эмоциями злость (гнев), обида, конфликты и выход из них, развитие умения проигрывать, развитие навыков контроля импульсивности, формировать умение выражать свои негативные эмоции социально приемлемыми способами.
19	«Страшный сон»	Способствовать осознанию своих эмоций, знакомство с эмоцией страх, обучение методам преодоления страха, приемам регуляции и саморегуляции, расширение эмоционального опыта.
20	Удивительное рядом Световой стол	Знакомство с эмоциями удивление, интерес, развитие коммуникативных навыков и эмпатии, развивать способность вербально и невербально выражать эмоции.
21	От чего бывает грустно?	Знакомство с эмоцией грусть, привлечение внимания к эмоциональному миру человека, расширение эмоционального опыта, обучение адекватным способам реагирования на различные жизненные ситуации.
22	Как друзей не потерять?	Знакомство с эмоцией стыд, развитие умения соблюдать правила в игре, формировать умение выражать свои негативные эмоции социально приемлемыми способами, обучение адекватным способам реагирования на различные жизненные ситуации, формировать умение понимать эмоции других людей.
23	О чем с другом говорить? Песочная терапия	Умение распознавать эмоциональное состояние партнера по общению, обучение социально приемлемым способам поведения, совершенствование коммуникативных навыков.
24	Играем вместе Песочная терапия	Обобщение правил совместного взаимодействия, развитие навыков саморегуляции, развитие навыков контроля импульсивности.
Январь		
25	Мы умеем дружить!	Заключительная диагностика: оценка приобретенных навыков саморегуляции, изучение способности к адаптации, выявление уровня самооценки ребенка, оценка эмоционального состояния.
26	Мама, папа, я - дружная семья	Формирование позитивного отношения к семье; формирование чувства принадлежности к своей семье
27	Что нужно для дружбы.	Какие приемы необходимы для налаживания дружеских отношений и сохранения дружбы.

	Арттерапия (цветной песок)	
28	Я умею фантазировать!	Помочь детям осознать ценность умения фантазировать; развивать творческие способности детей
29	Я и мои родители.	Помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями;
30	Я умею просить прощения.	Обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.
31	Настоящий друг.	Помочь детям осознать качества настоящего друга;
32	Какой я - большой или маленький? Световой стол (музыкальное сопровождение)	Исследовать свои способности и возможности; помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость.
Февраль		
33	Обиженный кустик	Способствовать формированию у детей умения любить окружающих.
34	Я очень хороший. Арттерапия (нетрадиционные техники)	Способствовать повышению самооценки детей.
35	«Имя шепчет ветерок»	Способствовать развитию самоуважения детей.
36	«Ролевая гимнастика»	Расширить ролевой репертуар и ролевую гибкость детей; способствовать развитию спонтанности детей; облегчить проявление чувства гнева.
37	Я могу!	Способствовать развитию самоуважения детей.
38	«Материк»	Содействовать формированию доверия в группе.
39	Что я люблю? Песочная терапия	Содействовать повышению самооценки детей и установлению атмосферы доверия в группе.
40	Конкурс хвастунов	Способствовать осознанию ребенком своих положительных качеств.
Март		
41	Крылья Световой стол.	Способствовать самовыражению детей.
42	Волшебник	Содействовать формированию доверия в группе.
43	Интервью	Способствовать повышению самооценки детей.
44	Медитация на счастье	Способствовать развитию самоуважения детей.
45	Хочу быть счастливым	Способствовать развитию самоуважения детей.
46	Вырази чувства глазами	Способствовать самовыражению детей.
47	Разные голоса	После того как дети послушают сказку, они

		проигрывают ее. Каждый по очереди становится на стул в центре круга и громко кричит последние слова котенка, а группа громко отвечает: «Ты хочешь быть счастливым — значит, будешь счастливым».
48	Счастливый сон Арттерапия – цветной песок	Способствовать самовыражению и развитию оптимизма детей.
Апрель		
49	Неправильный рисунок. Песочная терапия (элементы)	Способствовать снижению у детей страха перед возможной ошибкой.
50	Один день из жизни плохого-хорошего мальчика (девочки)	Содействовать проявлению истинных чувств детей; предоставить детям возможность получения опыта «плохого ребенка»
51	Рисунок имени	Содействовать повышению самоуважения детей.
52	Слова – слова...	Помочь детям высказать собственную точку зрения по значимой проблеме.
53	Скульптура моих хороших качеств	Содействовать повышению самоуважения детей
54	Портрет моего хорошего Я	Способствовать осознанию детьми своих положительных качеств.
55	3 вопроса — 3 рисунка Световой стол.	Помочь ребенку выйти на разговор о значимых для него переживаниях.
56	Каким я буду, когда вырасту?	Способствовать повышению самоуважения детей.
Май		
57	Я хочу — они хотят — я поступаю	Способствовать осознанию детьми мотивов своего поведения.
58	Шаги правды	Способствовать повышению рефлексии детей
59	Я решаю — я не решаю	Содействовать осознанию детьми значимости собственного выбора.
60	Расскажи глазами	Способствовать самовыражению детей.
61	Я не упаду	Формировать у детей доверие к окружающим.
62	Придумай веселый конец Световой стол	Развивать психические процессы: воображение, внимание, мышление, речь
63	Мои родители	формирование чувства принадлежности к своей семье; формирование позитивного отношения к семье
64	Дружба крепкая не сломается... Арттерапия. (коллективная работа)	Развитие коммуникативных навыков.

Календарно-тематический план работы с детьми 5-6 лет

№	Тема занятия	Цель
Октябрь		
1	Моё имя	Учить идентифицироваться со своим именем, способствовать гармонизации осознания ребёнком своего имени; запоминать имена своих товарищей; развивать эмпатию и навыки общения

2	Кто я такой	Учить различать свои индивидуальные особенности, учить ребёнка быть внимательным к самому себе, своим чувствам и переживаниям.
3	Мои любимые сказки Световой стол	Учить детей определять свои предпочтения по отношению к сказкам и сказочным персонажам
4	Исследуем себя	Продолжать обучать отношению к себе, учить чувствовать себя, развивать ощущение внутренней сосредоточенности
5	Я и моё тело	Стимулировать моторное и эмоциональное самовыражение, снять мышечные зажимы, развивать пластику, гибкость, ловкость тела.
6	Настроение. Световой стол	Учить проявлять и осознавать эмоциональные состояния
7	Положительные эмоции	Осознание положительного эмоционального опыта
8	Дружные ребята. Элементы песочной терапии (подгрупповая работа)	Развитие коммуникативных навыков. Учить подчинять свои желания общим интересам
Ноябрь		
9	Мы так похожи	Формирование чувства принадлежности к группе; расширение представления детей о различных способах коммуникации с окружающими.
10	Мы такие разные	Учить различать индивидуальные особенности детей в группе; учить определять свои вкусы и предпочтения по отношению к играм, занятиям, животным и сравнивать их со вкусами других детей.
11	Радость Световой стол	Расширять представление детей об эмоции «радость»; учить детей понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать своё эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; формировать положительные чувства и эмоции через улыбку.
12	Удивление	Расширять представление детей об эмоции «удивления»; учить понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать своё эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства
13	Страх	Расширять представление детей об эмоции «страх»; способствовать снятию страхов детей; повышению уверенности в себе.
14	Гнев	Расширять представление об эмоции «гнев»; учить преодолевать негативные настроения.
15	Горе	Расширять представления детей об эмоции «горе»; помогать детям преодолевать негативные настроения
16	Интерес.	Расширять представление детей об эмоции

	Арттерапия	«интерес»; учить понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать своё эмоциональное состояние «интерес», используя различные выразительные средства
Декабрь		
17	Помогаем друг другу	Развитие умения сочувствовать и сопереживать
18	Давай поговорим	Развивать умения понимать себя и окружающих
19	Что такое «хорошо» и что такое «плохо»	Развитие умения сотрудничать, соблюдать нормы и правила поведения в группе, дома
20	Моё настроение. Арттерапия	Преодоление эмоционально-личностного эгоцентризма
21	Секрет волшебных слов	Закреплять знания детей об этикете
22	В гостях у сказки побываем. Световой стол	Формирование способности к произвольной саморегуляции
23	Мы общаемся	Развитие внимания и наблюдательности, необходимого для эффективного общения
24	Говорим руками и телом	Учить детей передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства (мимику, пантомимику)
Январь		
25	Хорошо нам вместе. Песочная терапия.	Продолжать знакомить с основными правилами поведения
26	Правила домашнего этикета	Закреплять знания правил этикета.
27	Путешествие в сказку	Развивать способность к рефлексии
28	Я знаю, я умею, я могу	Повышение самооценки
29	Я и животные	Дать знания о том, что человек отличается от животных. Помогать преодолевать возможный страх перед животным
30	Что такое счастье?	Формирование способности к произвольной регуляции деятельности
31	Наши эмоции	Учить различать эмоции по их схематическим изображениям
32	Давайте жить дружно! Итоговое занятие	Развитие умения общаться, описывать своё настроение, распознавать настроение других. Развитие умения обращаться с просьбой.
Февраль		
33	Можно ли обидеться на маму	Воспитывать чувство глубокой любви и привязанности к самому близкому и родному человеку - маме
34	«Ты обиду не держи, поскорее расскажи!»	Развивать умение управлять своим настроением, чувством
35	Мои чувства. Арттерапия	Продолжать знакомить с чувством страха
36	Настроение Бабы - Яги	Изучение выражения эмоциональных состояний в мимике. Развивать умение справляться с чувством страха. Учить дифференцировать поступки сказочных героев и давать им моральную

		оценку.
37	Кто живёт в темноте Песочная терапия	Поиск путей преодоления страха. Учить выражать чувство страха в рисунке
38	Злость	Продолжать знакомить с чувством злости. Тренировка умения различать эмоции
39	Любовь	Закреплять знания о чувствах
40	Я люблю маму, мама любит меня	Учить выражать внимание и сочувствие к маминой заботе о всех членах семьи
Март		
41	Я люблю папу, папа любит меня	Формировать нравственность во взаимоотношениях с родителями
42	Я люблю мою семью – моя семья любит меня	Продолжать учить детей проявлять уважение, доверие, взаимопонимание и взаимопомощь, заботливое отношение ко всем членам семьи
43	Маленький помощник	Продолжать учить проявлять заботливое отношение к членам своей семьи
44	Я люблю моих друзей	Развитие эмпатии, коммуникативных навыков
45	Мои друзья любят меня	Формировать умение поступать по справедливости, подчинять свои желания общим интересам
46	Я в детском саду	Учить видеть достоинства и недостатки собственного поведения
47	Веселимся, смеёмся, играем (Световой стол)	Развивать слуховое восприятие, чувство эмпатии
48	Плохо быть одному	Развитие умения понимать самого себя и окружающих
Апрель		
49	Детский мир эмоций	Развитие эмоциональной сферы старших дошкольников, закрепление умения узнавать и выражать эмоциональные состояния в мимике, развивать саморегуляцию через прослушивание музыкальных произведений, совершенствование умения вербализовать и адекватно реагировать на эмоции окружающих. Формирование положительного эмоционального настроения, сплочение группы детей.
50	Моё имя	Идентификация себя со своим именем, формирование позитивного отношения к своему «Я»
51	Мой внутренний мир	Помочь каждому ребенку осознать свои характерные особенности, предпочтения.
52	Как научиться владеть своими чувствами	Учить детей описывать свои чувства; осознавать свои физические эмоциональные ощущения; развивать внимание к себе, своим переживаниям.
53	Поделись улыбкою своей	Развитие эмоциональной сферы детей. Закрепляем умение узнавать, показывать эмоции, словесно обозначать и адекватно реагировать на них. Совершенствование

		коммуникативных навыков детей. Воспитание доброжелательности, сочувствия.
54	Театр настроений (Песочная терапия)	Цели: закрепление представлений детей о различных эмоциональных состояниях, умения по мимике понимать чувства персонажей, передавать их неречевыми средствами; знакомство с различными способами повышения настроения; развитие произвольного внимания, зрительного и слухового восприятия, обоняния; воспитание чуткости, умения сопереживать, желания прийти на помощь.
55	Я и другие (Песочная терапия)	Развитие навыков общения; повышение самооценки; гармонизация внутреннего состояния.
56	Моя семья	Формирование чувства принадлежности к своей семье; формирование позитивного отношения к семье; развитие творческого самовыражения.
Май		
57	Детский мир эмоций	Развитие эмоциональной сферы старших дошкольников, закрепление умения узнавать и выражать эмоциональные состояния в мимике, развивать саморегуляцию через прослушивание музыкальных произведений, совершенствование умения вербализовать и адекватно реагировать на эмоции окружающих. Формирование положительного эмоционального настроя, сплочение группы детей.
58	Моё имя	Учить идентифицироваться со своим именем, способствовать гармонизации осознания ребёнком своего имени; запоминать имена своих товарищей; развивать эмпатию и навыки общения
59	Мой внутренний мир	Помочь каждому ребёнку осознать свои характерные особенности, предпочтения.
60	Как научиться владеть своими чувствами	Учить детей описывать свои чувства; осознавать свои физические эмоциональные ощущения; развивать внимание к себе, своим переживаниям.
61	Мы с друзьями целый мир	Развитие эмоциональной сферы детей. Закрепляем умение узнавать, показывать эмоции, словесно обозначать и адекватно реагировать на них. Совершенствование коммуникативных навыков детей. Воспитание доброжелательности, сочувствия.
	Арттерапия. Нетрадиционные	

	техники (коллективная работа)	
62	Театр настроений	Закрепление представлений детей о различных эмоциональных состояниях, умения по мимике понимать чувства персонажей, передавать их неречевыми средствами; знакомство с различными способами повышения настроения; развитие произвольного внимания, зрительного и слухового восприятия, обоняния; воспитание чуткости, умения сопереживать, желания прийти на помощь.
63	Я и другие	Развитие навыков общения; повышение самооценки; гармонизация внутреннего состояния.
64	Моя семья	Формирование чувства принадлежности к своей семье; формирование позитивного отношения к семье; развитие творческого самовыражения.

Календарно-тематический план работы с детьми 6-7 лет

№	Тема занятия	Цель
Октябрь		
1	Можно ли всё рассказать взрослым	Способствовать формированию положительных отношений детей и взрослых путём умения объясниться
2	Обижать, дразнить нельзя, потому что мы друзья	Развивать тёплые, добрые отношения между детьми
3	Мы вместе играем. Арттерапия	Развивать культуру общения. Формировать чувство ответственности
4	Вместе с друзьями Световой стол	Формирование положительных взаимоотношений между детьми.
5	Ссора. Песочная терапия	Способствовать осознанию причин, приводящих к конфликту. Искать пути выхода из конфликта.
6	Опиши друга. Портрет друга.	Помочь выделить внешние и внутренние положительные качества друга
7	Мой самый близкий друг	Формировать представление о том, что больше всего ценится в дружеских отношениях.
8	Одиночество Песочная терапия	Помочь понять, что такое одиночество, почему плохо быть одному
Ноябрь		
9	«Дружба крепкая не сломается, не расклеится от дождей и вьюг...»	Способствовать сплочению группы
10	Несуществующее животное	Учить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев
11	Наша дружная группа	Создание позитивного настроения, умение замечать положительные качества в людях. Развитие эмпатии.
12	Ведём диалог, обсуждаем проблемы	Обсуждение с детьми запретов и

		ограничений, вызванными нормами и правилами поведения в обществе
13	Мы не ссоримся и не обижаем друг друга. Арттерапия.	Учить вежливо и доброжелательно относиться к своим друзьям. Учить замечать ошибки в поведении героев сказок и рассказов
14	Цветик-семицветик дружбы. Световой стол (музыкальное сопровождение)	Учить детей совместной работе в парах (просить о помощи, и принимать её). Воспитывать уважение по отношению к своим друзьям.
15	Этикет. Что это такое?	Продолжать закреплять правила этикета
16	Достоинства и недостатки	Разобрать понятия «достоинства», «недостатки», учить видеть положительные качества у своих друзей
Декабрь		
17	Твои поступки и чувства других	Развивать понимание, что наше собственное настроение и отношение других людей зависят от наших поступков
18	Мимические признаки эмоций	Продолжать учить распознавать различные эмоции по позе, выражению лица
19	Смелый	Определить вместе с детьми, кого можно считать смелым
20	Робкий	Определение вместе с детьми, кого можно считать робким
21	«Душевная погода» Световой стол Элементы песочной терапии	Развитие способности к самовыражению, «оживление ощущений», эмоций, развитие творческого воображения
22	«Технология успеха»	Сплочение группы, возможность высказать все обиды, снять разочарование
23	Нам вместе хорошо	Повышение уверенности в себе, в своих силах
24	Взаимоотношения	Возможность почувствовать друг друга, настроиться на сотрудничество и взаимопонимание
Январь		
25	Все мы чем-то похожи	Сплочение группы, развитие способности к сосредоточению и чувства ответственности
26	Мы тебя любим Песочная терапия (элементы)	Создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения, развитие умения выражать своё эмоциональное состояние
27	Настроение. Световой стол (музыкальное сопровождение)	Создание позитивного настроения, внутренней свободы и раскованности
28	Узнай по голосу	Продолжать формировать у детей умение устанавливать и поддерживать контакты. Учить понимать своего собеседника по выражению лица, движениям тела, жестам, узнавать по голосу.

29	Изобрази себя	Способствовать самовыражению ребёнка, продолжать учить средствами жестикуляции и мимики передавать наиболее характерные черты.
30	Какой ты?	Закреплять представление детей о том, что все люди непохожи друг на друга. Развивать восприятие образа по его внешности и индивидуальным особенностям
31	Что ты умеешь делать Световой стол (музык сопров.)	Помочь каждому ребёнку осознать свои предпочтения
32	Ты и твоё имя	Помочь каждому ребёнку осознать его характерные особенности. Дать понять, что он уникален и неповторим
Февраль		
33	Необычная ситуация Песочная терапия	Учить адекватному поведению в необычной ситуации
34	Я люблю всех людей Песочная терапия (элементы)	Создание позитивного настроения
35	Герой и подвиг	Формировать знания детей, кто такой настоящий герой и что такое подвиг
36	Я люблю мою Землю – Земля любит меня	Воспитание патриотического чувства
37	Что такое счастье? Световой стол	Воспитывать интерес к истории своей семьи. Учить рисовать генеалогическое дерево
38	Страна «Хорошо»	Продолжать учить выражать благодарность за проявление внимания, доброты
39	Что значит быть счастливым Элементы песочной терапии	Учить оказывать помощь другим в трудной ситуации.
40	Счастье – это уметь летать. Световой стол (музыкальное сопровождение)	Продолжать учить устанавливать и поддерживать контакты
Март		
41	Я хочу иметь друзей	Учить принимать гостей у себя дома, соблюдая правила этикета
42	Трудное чувство «дружба»	Закреплять знания детей о понятии «дружба», значение дружбы в жизни человека.
43	Что такое дружба? Световой стол	Закреплять умение вести себя адекватно в ситуации общения
44	Дружба – это помощь	Учить детей благополучно выходить из конфликтных ситуаций, помогать друзьям, находить компромиссное решение
45	Кто такой настоящий друг?	Закреплять у детей представления о значении взаимопомощи на примерах сказочных сюжетов и персонажей. Способствовать снижению агрессивности и уровня негативных эмоций

	Графический диктант	
46	С кем я хочу дружить Световой стол	Развитие наблюдательности, внутренней свободы и раскованности
47	Какие чувства мешают дружить. Песочная терапия	Формирование социального доверия
48	Упражнения на активизацию деятельности. Песочная терапия.	Учить регулировать собственные эмоции и направлять их в требуемое русло
Апрель		
49	Как можно изменить чувства другого человека Лабиринты	Продолжать знакомить с правилами вербального общения
50	Как помочь грустному человеку. Ребусы.	Развивать способность к эмпатии
51	Как помочь сердитому человеку	Учить разрешать конфликты
52	Герои русского фольклора, какие они? Графический диктант	Развитие внимания, гибкости и быстроты мышления, памяти, фантазии
53	Баба-яга, Змей – Горыныч Ребусы	Снятие эмоционального напряжения
54	Серый волк, Медведь. Ребусы	Снижение уровня тревожности
55	Сила человека – это сила его воли. Головоломки	Учить детей говорить «нет»
56	Сила воли – уметь терпеть. Лабиринты	Развитие умения сотрудничать
Май		
57	Школа – это трудный и радостный путь к Знаниям. Графический диктант	Формирование позитивного образа школы
58	Я стремлюсь к знаниям. Ребусы	Дать детям знания об условиях достижения успеха. Закреплять полученные знания. Развивать представления о школе
59	Трудности дороги к Знанию можно преодолеть. Шарады	Развитие регуляторных способностей
60	Я преодолеваю трудности. Графический диктант	Учить детей справляться с возможными трудностями в школе. Развивать уверенность в себе
61	В стране Знаний Головоломки	Развитие коммуникативных навыков. Выработать у детей умение самостоятельно помогать себе
62	В стране Знаний Лабиринты	Закреплять представления о составляющих успеха. Вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу. Развивать положительную самооценку

63	Мне скоро в школу	Повышение уровня коммуникативной компетенции. Учить применять полученные знания
64	Итоговое	Понимать свою индивидуальность, свой внутренний и внешний мир

3. Организационный раздел Программы.

3.1. Развивающая предметно-пространственная среда

Кабинет педагога- психолога делится на несколько зон:

1. Зона первичного приёма и беседы с родителями. Она оснащена рабочим столом, компьютером, диваном.
2. Шкаф с необходимым диагностическим, методическим материалом, инструментарием для проведения психологического обследования, литература, картотеки. Стимульный материал к диагностико-коррекционным методикам и тестам в соответствии с возрастной дифференциацией.
3. Зона коррекционно-развивающей работы оснащена столами, мольбертом, фланелеграфом, ковром, разнообразным игровым материалом – развивающими пособиями, куклами би-ба-бо, куклами-марионетками, конструктором, и др.
4. Большое зеркало (для индивидуальной работы, направленной на эмоциональное развитие).
5. Специальные мягкие подушки (для снятия напряжения).
6. Релаксационный душ (для снижения уровня тревожности, формирования положительной самооценки)
7. Сенсорный стол для занятий с песком и водой.
9. Песочная терапия (ящик с голубыми бортами и песком, с набором мелких игрушек для коррекции агрессивности, снижения уровня тревожности, развития коммуникативных навыков, интеллектуальных способностей, развития тактильной чувствительности, формированию положительной самооценки).
10. Световой стол с подсветкой
11. Тропинка здоровья.

3.2. Методическое обеспечение Программы

1. Преодоление тревожности и страхов у детей 5-7 лет. Диагностика, занятия, рекомендации. Н.Ф. Иванова Волгоград 2009г.
2. Практикум по детской психокоррекции: Игры, упражнения, техники, Авт. Исратова О.Н.-Ростов н/д, 2009г
3. Программа коррекция страхов и тревожности у детей дошкольного возраста.
4. Учебное пособие. Социально - личностное развитие дошкольников. Старшие группы. Авт - Л.А. Загуменная.
5. Рисунки с изображениями эмоций, различных ситуаций и т.д.
6. Программа подготовки к школе. Ананьева Т.В. Программа психологического сопровождения дошкольника при подготовке к школьному обучению
7. О. Голенищева «Скоро в школу», «Мои первые слова», «Готов ли Ваш ребенок к школе?»

8. Зайцев В.Б. Найди отличия. Скоро в школу М.РИПОЛ, 2012.
9. Земцова О.Н. Умные книжки для детей 6- 7лет. Тесты
10. Рабочие тетради дошкольника: Гаврина С.Е, Кутявина Н.Л., Топоркова И.Т., Щербинина С.В. « Упражнения на развитие памяти, внимания, мышления» Часть 1, 2.
11. Развиваем зрительное восприятие у детей 5-6лет Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В.
13. Н.В. Чуб Большая книга заданий и упражнений Готовимся к школе.
14. Н. Ю. Панфилова, «Умные игры», «Игры на каждый день» методическое пособие для занятий с детьми 4-6 лет.
15. Н.Ю.Куражева, Н.В.Вараева Психологические занятия с дошкольниками «Цветик-Семицветик», -СПб.: Речь, 2005г
16. Инструментарий:«Психолого-педагогическая диагностика развития детей»/под ред.Е.А.Стребелевой.-3-е изд.-М.:Просвещение,2007.
17. «Проблемные дети:основы диагностической и коррекционной работы психолога»/Н.Я.Семаго,М.М. Семаго.-М.2003.
18. «Диагностика развития понятийных форм мышления»/В.М.Астапов – М.: АРКТИ, 2000.
19. С.В. Крюкова, Н.П.Слободняк «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь», Москва, 2007
20. И.А. Пазухина «Давай познакомимся» Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет; СПб, 2014
21. С.И. Семенака Уроки добра. Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет. Москва, 2005
22. Н.И. Монакова «Путешествие с гномом» Развитие эмоциональной сферы дошкольников, СПб, 2008
23. В.Я.Зедгенидзе. Предупреждение и разрешение конфликтов у дошкольников, Москва, 2006
24. О.В. Баженова Тренинг эмоционально-волевого развития, СПб, 2010