

Муниципальное казенное образовательное учреждение для детей, нуждающихся  
в психолого-педагогической и медико-социальной помощи  
«Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции г. Нижнеудинск»  
(Центр «Доверие»)

РАССМОТРЕНО:  
на заседании педагогического совета  
протокол № 3  
от «28» августа 2020 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом по МКОУ «Центр  
психолого-педагогической  
реабилитации и коррекции г.  
Нижнеудинск»  
№ 35/1-од от «31» августа 2020 г.

## Дополнительная общеразвивающая программа

социально-гуманитарной направленности

### «ТРОПИНКА К СВОЕМУ Я»

Возраст обучающихся: старший дошкольный возраст

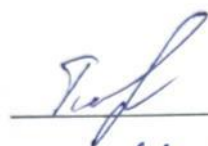
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель программы:

Петрова О.В.

педагог-психолог высшей квалификационной  
категории

«СОГЛАСОВАНО»  
Зам. директора ОУ по УВР

 /Тимошенко Л.В.  
«21» декабря 2020 г.

Лист изменений в ДОП «Тропинка к своему Я»

№	Разделы программы	Внесенные изменения
1	Пояснительная записка	Изменена направленность программы: социально-гуманитарная
2	УП и содержание программы	
3	Календарный учебный график	
4	Условия реализации программы	
5	Формы контроля успеваемости. Оценочные материалы.	
6	Методическое обеспечение	
7	Список литературы	

Все изменения программы рассмотрены и одобрены на заседании педагогического совета Учреждения: протокол № 4 от 23.12.2020.

# **I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

## **1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Направленность программы:** социально-гуманитарная.

**Актуальность:**

Программа ориентирована на психолого-педагогическую поддержку детей дошкольного возраста, у которых проявляются трудности в эмоциональной и коммуникативной сферах, произвольной регуляции деятельности, в области самосознания и самооценки. Программа помогает находить способы, чтобы преодолевать эти трудности у дошкольников в процессе обучающей игры.

За последние года отмечается тревожная тенденция роста количества детей с нарушением эмоционально-волевой сферы, которые обусловлены биологическими, экологическими, социально-психологическими и другими факторами, а также их сочетанием.

Анализ результатов диагностики эмоционально-личностных проблем детей дошкольного возраста и младших школьников – тест В.Щур «Лесенка», тест «Несуществующее животное», анкетирование родителей (тест А.И.Захарова на оценку тревожности ребенка), показал наличие у детей тревожности, агрессивности, страхов, гиперактивности. Впоследствии данные нарушения могут оказать отрицательное воздействие на адаптацию детей к школе. Ребенок, который имеет подобные трудности, требует тщательного психолого-педагогического изучения для определения оптимальных и эффективных методов обучения.

Такие причины как: аномальное, травматическое течение родов; психосаматические заболевания; низкий уровень психологической грамотности родителей, педагогов, нередко не умеющих вести себя гибко, доброжелательно; большое количество стрессов и эмоциональных нагрузок; стиль семейного воспитания (подавляющий, отстраняющий, гиперопекающий) – все это способствует возникновению у детей эмоциональных нарушений, агрессивности, плаксивости и многого другого.

Развитие ребенка тесным образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний. Дети дошкольного возраста не могут управлять своими чувствами, а это приводит к неадекватному поведению, нарушению

коммуникативных навыков. Самому ребенку трудно разобраться в своих чувствах и переживаниях. Ему необходимо помочь научиться понимать свое состояние и переживания, учить контролировать свое поведение. Значительная часть детей, получив своевременную коррекционную помощь, усваивает программный материал и «выравнивается» к поступлению в начальную школу.

Данная коррекционно-развивающая программа необходима в условиях реального современного образования работы с детьми.

### **Отличительные особенности программы:**

Отличительной особенностью является то, что программа «Тропинка к своему Я» представляет собой особую форму психолого-педагогической деятельности, направленной на создание наиболее благоприятных условий для оптимизации психического развития личности ребенка, оказание ему специальной психологической помощи и включает в себя комплекс практических методов и приёмов, направленных на работу с нарушениями эмоционально-волевой сферы.

Усвоение знаний в один год обучения предполагает такой подбор материала, когда между составными частями его существует логическая связь, последующие занятия опираются на предыдущие. Определенная циклограмма образовательной деятельности Центра, позволяет использовать единую тему на занятиях всех специалистов Центра для прочного усвоения детьми материала с обязательным учетом индивидуальных особенностей развития ребенка. Выбор года обучения происходит из актуального уровня развития эмоционально-волевой, коммуникативной, интеллектуальной, личностной сферы ребенка.

### **Адресат программы:**

Дополнительная образовательная программа составлена для детей дошкольного возраста с эмоционально-волевыми нарушениями.

Категория детей с эмоционально-волевыми нарушениями теснейшим образом взаимосвязано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, являются “индикатором” состояния ребёнка, с другой – сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение. Определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений.

Маленькие дети часто находятся “в плену эмоций”, поскольку ещё не могут управлять своими чувствами, что может приводить к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. Лишь по мере личностного развития у них постепенно формируется способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей, развивается произвольность поведения, чувства становятся более устойчивыми и глубокими.

Дети расторможены, аффективны, слабо развита произвольность деятельности, нет целенаправленности и самоконтроля, что ведет к нарушению поведения. У этих детей задержано формирование личности, готовности к обучению.

**Объем программы:** 102 учебных часа.

**Срок освоения программы:** 102 учебных часов – 3 года обучения, по 1 занятию в неделю.

Единицей измерения учебного времени и основной формой организации образовательного процесса в Центре является занятие.

**Форма обучения:** очная, очно-заочная.

**Режим занятий:**

Продолжительность занятия при индивидуальной, подгрупповой и групповой форме обучения устанавливается в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, допустимой нагрузки с учетом санитарных норм и правил:

для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут,

для детей от 5 до 7 лет - не более 25 минут.

Количество занятий в неделю – 1 занятие.

Перерыв между занятиями 10 минут.

## **1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

**Цель программы:** Развитие высших психических процессов и эмоционально-волевой сферы у детей дошкольного возраста, повышение социального статуса обучающихся и обеспечение их всестороннего и гармоничного развития.

### **Задачи первого года обучения:**

- развивать эмоциональную сферу детей, знакомить их с основными эмоциями – радостью, грустью, злостью, страхом, удивлением, обидой;
- развивать у детей навыки распознавать свои эмоциональные проявления и эмоциональные проявления других людей по мимике, пантомиме, голосу, а также определять эмоции по схематическим изображениям и графическим образам;
- снижать психоэмоциональное напряжение в коллективе дошкольников, способствовать коррекции тревожности, а также неуверенности и нерешительности – в ситуациях выбора, негативных ожиданий, в соревновательных ситуациях;
- развивать у детей умение конструктивно справляться с отрицательными эмоциями – грустью, страхом, гневом, отвращением, скукой, стыдом; способствовать преодолению обидчивости у детей; способствовать преодолению страхов;
- развивать у детей умение соблюдать правила, ритуалы, а также временный регламент;
- развивать у детей позитивное отношение к своему «Я», повышать уверенность в себе;
- формировать и развивать у детей коммуникативные навыки: умение взаимодействовать в коллективе, работать в парах и группах, уважать мнение окружающих; развивать у детей способность к эмпатии, сопереживанию;
- развивать познавательные и психические процессы - восприятие, память, мышление, внимание, воображение.

### **Задачи второго года обучения:**

- развивать эмоциональную сферу детей, знакомить их с основными эмоциями – радостью, грустью, злостью, страхом, удивлением, обидой; закреплять у детей знания об основных эмоциях;
- развивать у детей навыки распознавать свои эмоциональные проявления и эмоциональные проявления других людей по мимике, пантомиме, голосу, а также определять эмоции по схематическим изображениям и графическим образам;

- развивать у детей умение открыто проявлять эмоции и чувства различными социально приемлемыми способами: словесными, физическими, творческими;
- формировать у детей навыки саморегуляции и самоконтроля; формировать произвольность;
- развивать познавательные и психические процессы - восприятие, память, мышление, внимание, воображение;
- развивать у детей умение соблюдать правила, ритуалы, а также временный регламент;
- развивать у детей систему самосознания и самооценки, а также рефлексивные способности; формировать у них позитивное отношение к своему «Я», повышать уверенность в себе;

**Задачи третьего года обучения:**

- развивать эмоциональную сферу, введение ребенка в мир человеческих эмоций;
- развивать коммуникативные умения, необходимые для успешного протекания процесса общения;
- развивать личностную сферу — формировать адекватную самооценку, повышать уверенность в себе;
- развивать познавательные и психические процессы - восприятие, память, мышление, внимание, воображение;
- развивать интеллектуальную сферу — мыслительные умения, наглядно- образное, наглядно-действенное, словесно-логическое, творческое и критическое мышление;
- развивать волевую сферу - произвольность и психические процессы, саморегуляцию, необходимую для успешного обучения в школе;
- формировать позитивную мотивацию к обучению.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### Учебный план

##### 1 год обучения

N	наименование раздела	всего часов
1	Диагностика	4
2	Формирование «детских чувств» дошкольника. Какой Я.	10
3	Развитие свободы своих чувств через органы восприятия	10
4	Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились	10
Итого		34

##### 2 год обучения

N	наименование раздела	всего часов
1	Диагностика	4
2	Формирование уверенности в себе. Что мы умеем.	10
3	Формирование умения общаться.	10
3	Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились.	10
Итого		34

##### 3 год обучения

N	наименование раздела	всего часов
1	Диагностика	4
2	Формирование моральных чувств. Правила поведения на занятии.	10
3	Развитие самооценки ребенка. Знаю ли я себя?	10
3	Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились.	10
Итого		34



## Содержание учебно-тематического плана

### Этапы работы по реализации:

#### 1. Организационно-методический этап.

Включает в себя набор детей в группу, определение индивидуальной программы. Набор детей в группу планируется осуществлять по рекомендации ППк и решению педагогического совета.

#### 2. Диагностический этап.

Проведение индивидуальной и групповой диагностики детей, сбор анамнестических данных. Диагностическое обследование ребенка проводит каждый специалист (педагог – психолог, учитель – логопед, воспитатель).

#### 3. Коррекционно – развивающий этап.

Индивидуальные и групповые занятия со специалистами.

#### 4. Заключительный этап.

Проведение итоговой диагностики. Подведение итогов.

В программу включены задания, учитывающие степень и уровень развития ребенка, обучение от простого к сложному. В определенном разделе программы содержится блок занятий в количестве 10. Любое занятие проходит в несколько этапов, с целью закрепления полученных знаний. Содержание работы на занятии включает в себя несколько направлений: развитие движений (общей и мелкой моторики), развитие высших психических функций, развитие эмоционально-волевой сферы, самостоятельности и навыков коммуникативного поведения.

В процессе групповой работы используются приёмы, содержание которых отвечает развивающим, профилактическим и коррекционным задачам программы. В основном это разработки авторов программы «Тропинка к своему Я». В программу включено много полифункциональных упражнений, с одной стороны, дающих возможность решать несколько задач, с другой – позволяющих оказывать на разных детей различное воздействие. Методические приёмы классифицированы по теоретическим основаниям, формам осуществления, решаемым задачам.

Ролевые игры построены на понимании необходимости ролевого развития человека. Для обеспечения психологического здоровья необходимо адекватное ролевое развитие. К основным нарушениям ролевого развития у детей относят

неумение переходить из роли в роль, неумение принимать любую роль, неумение продуцировать новые образы, принятие патологических ролей. Соответственно ролевые методы проведения занятий предполагают принятие ребёнком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей, противоположных обычным; проигрывание своей роли в гротескном варианте. Ролевые методы в программе делятся на ролевую гимнастику (ролевые действия и ролевые образы) и психодраму.

Дошкольники начинают осваивать ролевую гимнастику с ролевых действий, которые усложняются по мере взросления детей (походить как кошечки, попрыгать как зайчики). Важным для дошкольников является включение в ролевые действия голоса (помяукать как испуганный котёнок, злой, радостный), а также пальчиковых игр (пальчиками походить как медведи, зайцы).

Для старших дошкольников чаще используются ролевые образы животных (льва и зайца, волка и цыпленка), сказочных персонажей (Кощея Бессмертного, Змея Горыныча, Бабы Яги, Ивана-царевича), социальных и семейных ролей (учителя, директора, мамы, бабушке), неодушевлённых предметов (стола, шкафа, машины). Роль изображается при помощи мимики и жестов, иногда озвучивается.

В основе психодрамы может быть разыгрывание расправы с пугающими объектами. При этом либо используется смена ролей (ребёнок играет поочередно роли нападающего и жертвы), либо создаётся ситуация подвига и включается эмоциональное сопереживание объектам нападения. Кроме того, могут быть драматически разыграны или «оживлены» мысленные картинки, составленные детьми, или предложенные ведущим терапевтические сказки. Достаточно интересно и эффективно проходят пальчиковые драматизации, то есть разыгрывание этюдов или сказок только пальцами.

Психогимнастические игры основываются на теоретических положениях социально-психологического тренинга о необходимости особым образом формировать среду, в которой становятся возможными преднамеренные изменения. Эти изменения могут происходить в состоянии группы как целого, а могут – в состояниях и характеристиках отдельных участников. Однако изменения, предусматриваемые социально-психологическим тренингом, недостаточны для

формирования психологического здоровья и не соответствуют возрастным особенностям детей. Поскольку важнейшие необходимые нам изменения – это формирование самопринятия и принятия других людей, для структурирования изменений была выбрана структура самосознания личности В.С. Мухиной, согласно которой в самосознании выделяется имя человека, притязание на социальное признание, психологическое время личности (её прошлое, настоящее, будущее), социальное пространство (её права и обязанности). Таким образом, в психогимнастических играх у детей формируются:

- а) принятие своего имени;
- б) принятие своих качеств характера;
- в) принятие своего прошлого, настоящего, будущего;
- г) принятие своих прав и обязанностей.

Коммуникативные игры, используемые в программе делятся на три группы:

- 1) игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому вербальное или невербальное «поглаживание»;
- 2) игры и задания, способствующие углублению осознания сферы общения;
- 3) игры, обучающие умению сотрудничать.

Особое внимание уделяется играм первой группы, так как обычно человек склонен фиксировать своё внимание прежде всего на недостатках другого. Многие люди имеют так называемые «запреты на поглаживания», суть которых является трудность, а иногда и невозможность продуцирования положительных оценок и принятия положительных оценок других людей.

Игры и задания, направленные на развитие произвольности. Для дошкольников особенно большое значение имеют игры, способствующие формированию произвольности. Однако, чтобы формирование осознанности осуществлялось достаточно осознанно, поэтому ещё дошкольникам вводятся понятия «хозяин своих чувств», «сила воли».

Игры, направленные на развитие воображения, можно разделить на три группы: игры вербальные, невербальные и «мысленные картинки».

Вербальные игры представляют собой либо придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации (например: «Что произойдёт, если учительница припрыгает в класс на одной ножке?»), либо коллективное сочинение сказок или подбор различных ассоциаций к какому-либо слову.

Невербальные игры предполагают изображение детьми «как можно интереснее», по своему, того или иного живого существа или неживого предмета. В этом они частично пересекаются с ролевыми методами.

Достаточно часто могут использоваться «мысленные картинки». Дети закрывают глаза и под музыку (звуки дождя, грома, моря, утреннего леса) придумывают картинку, а затем рассказывают её группе. Задание может усложниться тем, что детям даётся определённая тема для картинки (например тема дружбы или что-то очень страшное). Мысленная картинка может «оживляться». Автор картинки выбирает детей на роли героев и предметов своей картинки, объясняет им, где стоять, как двигаться, что говорить. По команде «раз, два, три, картинка оживи» герои и предметы картинки начинают двигаться, затем все дети хлопают автору и актёрам картинки.

Задания с использованием терапевтических метафор. Главная особенность саморазвития – это то, что личность берёт на себя ответственность за своё развитие. Для этого необходимо, чтобы у человека присутствовало знание о своих ресурсах и был доступ к ним. Наиболее эффективным для этого знания является использование терапевтических метафор, поскольку уже в самой структуре метафоры заложено обращение к ресурсам. Обычно выделяют следующие компоненты терапевтической метафоры

- метафорический конфликт, или появление ситуации, в которой герою становится плохо из-за имеющейся у него проблемы (непохожести на других, наличия страхов);

- метафорический кризис – наступление невыполняемой для героя ситуации, несущей символику смерти;

- поиск и нахождение ресурсов внутри себя – открытие героем в себе новых возможностей, необходимых для разрешения кризиса;

- торжество и праздник – приход ситуации успеха, признание со стороны окружающих.

Чаще всего метафоры соответствуют тому или иному симптому и той или иной трудной для ребёнка ситуации. Помимо снятия симптомов и разрешения трудных ситуаций, систематическое предъявление детям метафор приведёт к усвоению ими основной идеи :в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведёт к успеху. Таким образом, у ребёнка формируется «механизм самопомощи»: ищи силы для разрешения конфликта в самом себе, ты их обязательно найдёшь и наверняка сможешь победить трудности.

Эмоционально-символические методы основываются на представлении К. Юнга и его последователей о том, что формирование символов отражает стремление психики к развитию и превращение символов или образцов фантазии в осязаемые факты с помощью рисования, сочинения рассказов и стихов, лепки способствует личной интеграции. В программе используются две основные модификации эмоционально-символических методов, предложенные Дж. Алланом.

А) Групповое обсуждение различных чувств: радости, обиды, гнева, страха, печали, интереса. Как необходимый этап обсуждения используются детские рисунки, выполненные на темы чувств. Причём на стадии рисования иногда исследуются и обсуждаются чувства и мысли, которые не удаётся раскрыть в процессе вербального общения.

Б) Направленное рисование, то есть рисование на определённые темы. В программе используется рисование при прослушивании терапевтических метафор. Детям предлагается рисовать всё, что навеивается метафорой.

Релаксационные методы построены как антипод стресса. В программу включены упражнения, основанные на методе активной нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона, дыхательные и визуально-кинестетические техники.

Метод нервно-мышечной релаксации предполагает достижение состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела. Из дыхательных техник используются глубокое дыхание и ритмичное дыхание с задержкой. Визуально-кинестетические техники предполагают использование визуально-кинестетических образов.

## Учебно-тематический план

### 1 год обучения

наименование раздела	темы занятий	кол-во учебных часов
Диагностика		2
		2
Формирование «детских чувств» дошкольника. Какой Я	Знакомство	1
	Мы все разные	1
	Давайте дружить	1
	Правила поведения на занятии	1
	Цвета осени	1
	Моя радость	1
	Моя грусть	1
	Мой гнев	1
	Словарик эмоций	1
	Разноцветный паровоз	1
Развитие свободы своих чувств через органы восприятия	Восприятие величины	1
	Здравствуй, зима!	1
	Письмо Деду Морозу. Чему я научился.	1
	Новый год	1
	Что нам надо кушать?	1
	Цвет зимы	1
	Учимся честно говорить о проступке	1
	Я жалуясь	1
	Сказка «Теремок»	1
	Папин день	1
Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились	Девочки-припевочки	1
	Мамин праздник	1
	Всегда ли мы поступаем правильно	1
	Приметы весны	1
	Время	1
	Часы	1
	Мой дом	1
	Каким я стал	1
	Чему я научился	1
	Здравствуй лето	1
всего		34

## 2 год обучения

наименование раздела	темы занятий	кол-во часов
Диагностика		2
		2
Формирование уверенности в себе. Что мы умеем.	Знакомство	1
	Путешествие в деревню	1
	Страна звуков	1
	Прогулка вслепую	1
	Моя семья	1
	Птички в гнездах	1
	Пойми меня	1
	Старичок-лесовичок	1
	Глазастики	1
	Давайте дружить	1
Формирование умения общаться	Жадность и щедрость	1
	Снежная баба	1
	Новый год	1
	Хитрая лиса	1
	Морозко	1
	Какие мы разные	1
	Покажи, изобрази	1
	Я большой	1
	Моя семья	1
Мои помощники	1	
Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились.	Мамин день	1
	Слушай свое тело	1
	Дружная компания	1
	Миришь, миришь	1
	«Неразлучники»	1
	«В гостях у сказки»	1
	Ловкие и смелые	1
	День смеха	1
	Я внимательный	1
Необычные дела	1	
всего		34

## 3 год обучения

наименование раздела	темы занятий	кол-во часов
Диагностика		2
		2
Формирование моральных чувств. Правила поведения на занятии.	Знакомство	1
	Созвездие	1

	Подарки феи	1
	Добрый мир	1
	Доброта	1
	Вежливость	1
	Фея правды	1
	Чистота	1
	Дружба	1
	Подарки в день рождения	1
Развитие самооценки ребенка. Знаю ли я себя?	Здравствуй, Новый год	1
	Фея сказок	1
	В гостях у сказки	1
	Мои эмоции и я	1
	Какой Я?	1
	Наши мечты	1
	Свет, мой зеркальце...	1
	Дружное трио	1
	Какой я есть, и каким бы я хотел стать?	1
	Шапка-невидимка	1
Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились.	Отзывчивость. Заботливость. Мамин день.	1
	Путешественники	1
	Холодно-тепло	1
	Солнышки	1
	Сегодня, вчера, завтра	1
	Фантазеры	1
	Моя планета	1
	Зернышки	1
	По морям, по волнам	1
	Сказочное путешествие	1
ВСЕГО		34

#### 1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

##### Ожидаемые результаты к концу первого года обучения:

- ребёнок будет знать своё имя, пол, возраст;
- ребёнок будет уметь показать заданную эмоцию;
- ребёнок будет иметь представление об основных эмоциональных состояниях (грусть, злость, обида, радость, забота);
- у ребёнка будет сформирована способность к эмоциональному сопереживанию, состраданию, стремлению помочь другим;



- у ребёнка будет сформировано положительное эмоциональное принятие других людей и уважительное к ним отношение;
- ребёнок будет адекватно себя вести в соответствии с окружающими условиями и событиями;
- ребёнок расширит представления о жизни животных, явлениях природы, взаимоотношениях между людьми;
- у ребёнка будет сформирована познавательная активность;
- ребёнок научится утешать, приласкать тех, кто плачет, кого обидели, мирить поссорившихся;
- ребёнок будет понимать своё эмоциональное состояние и состояние других людей.

#### **Ожидаемые результаты к концу второго года обучения:**

- ребёнок будет знать своё имя, пол, возраст;
- ребёнок будет иметь представления о своём прошлом, настоящем, уметь строить планы на будущее;
- ребёнок будет осознавать свои эмоции, чувства, уметь обсуждать их;
- ребёнок будет уметь избавляться от обид, находить выход из конфликтных ситуаций;
- у ребёнка будут формироваться морально-волевые и нравственные качества (регуляция поведения адекватно обстановке, выдержка, самостоятельность, инициативность);
- значимые мотивы поведения начнут преобладать над личными;
- ребёнок научится передавать образы через мимику, пантомимику, художественно изобразительные средства;
- ребёнок будет уметь расслабляться;
- у ребёнка сформируется уважительное отношение к сверстникам, взрослым;
- ребёнок получит навыки конструктивного, ненасильственного взаимодействия со сверстниками, саморегуляции;
- ребёнок расширит представления о социальных ролях в обществе;
- у ребёнка наблюдается устойчивый познавательный интерес, познавательная активность;

- ребёнок свободно и естественно будет проявляет свои чувства, эмоции, осознанно регулировать эмоциональные состояния;
- ребёнок будет оказывать помощь и поддержку сверстнику, если тот огорчён, опечален, расстроен, рассержен;
- ребёнок будет принимать на себя даже отрицательные роли.

### **Ожидаемые результаты к концу третьего года обучения:**

- ребёнок принимает своё имя, возраст, пол, своё прошлое, настоящее, будущее, себя и других людей, адекватно воспринимает свои и чужие достоинства и недостатки умеет строить планы на будущее;
- ребёнок осознаёт свои эмоции, чувства, уметь обсуждать их;
- ребёнок умеет избавляться от обид, находить выход из конфликтных ситуаций;
- ребёнок контролирует своё поведение адекватно обстановке, проявляет выдержку, самостоятельность, инициативность;
- у ребёнка преобладают значимые мотивы поведения над личными;
- ребёнок умеет находить в трудных ситуациях силы внутри самого себя, принимать ответственность за свою жизнь на самого себя;
- у ребёнка сформировано уважительное отношение к сверстникам, взрослым;
- ребёнок использует навыки конструктивного, ненасильственного взаимодействия со сверстниками, саморегуляции;
- у ребёнка сформирован устойчивый познавательный интерес, познавательная активность, потребность в самоизменении;
- ребёнок свободно и естественно проявляет свои чувства, эмоции, осознанно регулирует и контролирует эмоциональные состояния;
- ребёнок оказывает помощь и поддержку сверстнику, если тот огорчён, опечален, расстроен, рассержен;
- ребёнок принимает на себя роли, даже отрицательные;
- ребёнок принимает свои права и обязанности.

## II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1. Начало учебного года: 2 сентября 2020 года (среда)
2. Окончание учебного года: 29 мая 2021 года – 34 рабочих недели
3. Регламентирование образовательного процесса на учебный год:

3.1. Продолжительность учебных занятий по четвертям в учебных неделях и рабочих днях

	Дата		Продолжительность	
			Количество учебных недель в четверти	Количество рабочих дней в четверти при 6-дневной рабочей неделе
I модуль	02.09.20	28.10.20	8 недель	48
II модуль	05.11.20	26.12.20	7 недель + 3 дня	45
III модуль	12.01.21	20.03.21	10 недель	59
IV модуль	29.03.21	29.05.21	9 недель	54
Итого в 2019/2020 учебном году			34 недели	206

3.2. Продолжительность каникул и праздничных дней в 2020/2021 учебном году

	Дата начала каникул	Дата окончания каникул	Продолжительность каникул, праздничных и выходных дней (в календарных днях)
Осенние каникулы	29.10.2020 г.	04.11 2019 г.	7
Зимние каникулы	28.12.2020 г.	11.01.2021 г.	15
Весенние каникулы	22.03.2021 г.	28.03.2021 г.	7
Летние каникулы	01.06.2021 г.	31.08.2021 г.	92
Итого	-	-	121

#### Дополнительные дни отдыха, связанные с праздниками:

23 февраля - «День защитника Отечества»

8 марта – «Международный женский день»

1 мая – «День весны и труда»

9 мая – «День Победы»

## **2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Дополнительная общеразвивающая программа «Тропинка к своему Я» реализуется в кабинете педагога-психолога № 6.

Полезная площадь: 20 кв.м. Предназначен для проведения занятий. Санитарное состояние кабинета удовлетворительное. Кабинет имеет сквозное проветривание. Тип освещения: естественное (1 окно) и искусственное (4 потолочных светильника). Пол деревянный, покрыт линолеумом. Стены окрашены краской пастельных тонов. Достаточное озеленение в кабинете. Уборка кабинета осуществляется по графику и по мере загрязнения.

В наличии акт-разрешение № 6 на проведение занятий в кабинете от 04.08.2020

Оснащение кабинета:

- библиотечный фонд (книгопечатная продукция, электронная библиотека)
- компьютерные средства (Ноутбук – Lenovo, принтер)
- технические средства (ТСО): слайд-проектор (диапроектор), экран (на штативе или навесной)
- канцелярия для проведения занятий (листы бумаги А 4, , цветные карандаши, фломастеры)

## **2.3. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ**

Психологическая диагностика осуществляется не менее двух раз в год, включая первичное и контрольное диагностические мероприятия и проводится по следующему графику:

1. Первичная диагностика – проводится в первые 2 недели после зачисления ребенка в Центр для определения уровня психологической зрелости и составления индивидуального учебного плана и перспективного плана психологической работы.
2. Контрольная диагностика – проводится в конце учебного года и /или после окончания сроков реализации программы для определения уровня обученности.

Возможна организация внеплановых диагностических мер (промежуточной диагностики) в декабре-январе учебного года в отношении обучающихся, демонстрирующих недостаточную динамику для корректировки учебного плана и/или направления ребенка на ПМПК.

## **2.4. ОЦЕННОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

При проведении психодиагностического обследования используется следующий психодиагностический инструментарий:

Методика «Экспресс-диагностика в детском саду» Н.Н. Павлова, Л.Г. Руденко. Комплект материалов для педагогов-психологов детских дошкольных образовательных организаций. Москва ГЕНЕЗИС, 2008.

Для детей, с нормой интеллектуального развития предлагаются субтесты, соответствующие возрасту ребенка.

Субтест 1 «Лесенка» - выявление самооценки ребенка.

Субтест 2 «Нелепицы» - выявление общей осведомленности ребенка.

Субтест 3 «Времена года» - выявление уровня сформированности представлений о временах года.

Субтест 4 «Найди такую же картинку» - выявление способности устанавливать тождество, сходство и различие предметов (сравнение) на основе зрительного анализа; оценка степени развития наблюдательности, устойчивости внимания, целенаправленности восприятия.

Субтест 5 «10 предметов» - анализ объема непосредственной образной памяти.

Субтест 6 «Найди «семью»» - выявление уровня развития наглядно-образного мышления, элементов логического мышления, умения группировать предметы по их функциональному значению (классификация), подбирать обобщающие слова (обобщение).

Субтест 7 «Рыбка» - определение уровня развития наглядно-образного мышления, организации деятельности, умения действовать по образцу, анализировать пространство.

Субтест 8 «Рисунок человека» - выявление сформированности образных и пространственных представлений у ребенка, уровня его мелкой моторики.

Субтест 9 «Последовательные картинки» - выявление способности ребенка понять сюжет в целом, умения устанавливать причинно-следственные связи, составлять последовательный рассказ.

Субтест 10 «Разрезные картинки» - выявление уровня развития восприятия, умения воспроизводить целостный образ предмета.

Субтест 11 «На что это похоже?» - выявление уровня развития воображения ребенка, оригинальности и гибкости мышления».

Результаты обследования заносятся в психологическую карту ребенка. Данные методики сопровождаются достаточно подробным изложением процедур проведения и анализируемых показателей выполнения.

## **2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **Методы обучения:**

- словесные – устное изложение, беседа, объяснение;
- наглядные – показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдение.

**Тип занятия:** комбинированный, диагностический.

**Формы проведения занятий:** беседа, игра-путешествие, сказка, занятие-игра, открытое занятие, тренинг, экскурсия.

Обеспечение программы методическими видами продукции, дидактическим материалом представлено:

Библиотечным фондом – книгопечатной продукцией и электронной библиотекой.

Дидактическим материалом:

- фотографии с изображением различных эмоциональных состояний;
- подборка игр на эмоционально-волевое развитие, на развитие коммуникативных навыков, терапевтических сказок;
- карточки с изображением эмоций;
- разрезные картинки;
- аудиозаписи спокойной музыки, звуков природы.

Оборудованием:

Маски, шапочки, коврики для релаксации, детские стульчики, платочки, игрушки, бумага, мячи разного цвета, микрофон, верёвка, барабан, краски, кисточки, карандаши.

**Педагогические технологии** – в данной программе используются игровые технологии. В результате применения методов игрового обучения достигаются следующие цели:

- стимулируется познавательная деятельность
- активизируется мыслительная деятельность
- самопроизвольно запоминаются сведения
- формируется ассоциативное запоминание
- усиливается мотивация к изучению предмета

#### **Структура занятия**

- ритуал приветствия друг друга;
- представление истории (сказки);
- развивающие игры, экспрессивные этюды;
- рисование, подвижная игра;
- обсуждение в кругу;
- ритуал прощания друг с другом (сказкой).

### **III. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья.- СПб., 1998
2. Дубровина И.В. «Психическое здоровье детей и подростков». -М.: Академия, 2000. - 256 с.
3. Дьяченко О.М., Лаврентьева Т.Н. Психическое развитие дошкольников. - М.: Педагогика, 1984.
4. Мухина В.С. Возрастная психологии :Учебник для студ. Вузов.-7-е изд. Стереотип.- М.:Издательский центр «Академия»,»2003.- 456с.
- 5.Обухова Л.Ф. Детская психология. -М.: Российское педагогическое агентство, 1999, -285 с.
6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. - М., 1996.- 425 с.
- 7.Смирнова Е.О. Психология ребенка: от рождения до 7 лет. - М., 1994.- 264
8. Хухлаева О.В. Формирование психологического здоровья у школьников: Автореф. дис. ...докт. психол. наук. М., 2001.- 142с.
- 9.Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детском возрасте. - М.: Просвещение, 1995
10. Юраш А.Г. Актуальность охраны психологического и психического здоровья детей на современном этапе развития общества// Психологическая газета, 1997, № 10(25)
11. Афанасьева Р.А., Карпушенко В.И. Социально-адаптационные занятия по развитию эмоционально-волевой сферы детей 3-7 лет. – ГОУ ВПО «Восточно-Сибирская государственная академия образования», 2009
12. Куружаева Н.Ю. «Цветик-семицветик», программа психолого-педагогических занятий для дошкольников. – Речь, Санкт-Петербург – Москва, 2014