

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

СОГЛАСОВАНА
на заседании Педагогического совета
Протокол № 3 от 03.02.2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом Центра «Доверие»
от 04.02. 2026 г. № 5-од

**Адаптированная
дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
по развитию психических процессов для детей с задержкой психического развития
«Хочу всё знать»**

Возраст: 3-7 (8) лет

Направленность: социально-гуманитарная

Срок реализации: 4 года

Разработчик программы:
педагог-психолог
Петрова О.В.

г. Нижнеудинск

2026 г.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы для детей дошкольного возраста.	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Содержание программы	8
1.4. Планируемые результаты	20
2. Комплекс организационно-педагогических условий	24
2.1. Календарный учебный график	24
2.2. Условия реализации программы	24
2.3. Формы аттестации программы	24
2.4. Методические материалы	25
3. Список литературы	27

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы для детей

1.1. Пояснительная записка

Данная программа разработана с учётом основных нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. N 629 (вступает в силу 1 марта 2023 г.);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р;
- Письмо Минпросвещения России от 30.12.2022 № АБ3924/06 о направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Программа «Хочу всё знать» предназначена для детей в возрасте от 3 до 7 (8) лет, имеющих задержку психического развития (ЗПР). Она направлена на комплексное развитие психических процессов — восприятия, внимания, памяти, мышления, речи, воображения, а также на формирование эмоционально-волевой и коммуникативной сферы личности ребёнка. Программа реализуется в течение 4 лет и предусматривает постепенное, поэтапное развитие всех компонентов психической деятельности с учётом возрастной динамики и уровня текущего развития ребёнка. Продление срока реализации до 8 лет обусловлено необходимостью обеспечить устойчивое формирование базовых навыков, достаточных для успешного перехода к школьному обучению. Такой подход соответствует принципам индивидуализации, преемственности и инклюзивности в образовании.

Направленность программы: социально-гуманитарная

Актуальность:

Современные реалии свидетельствуют о росте числа дошкольников с признаками общей психической незрелости: сниженной познавательной активностью, фрагментарным восприятием, несформированностью произвольного внимания и памяти, трудностями в саморегуляции поведения и эмоций. Такие дети часто испытывают затруднения в усвоении образовательных программ, взаимодействии со сверстниками и взрослыми, а также в адаптации к школьным условиям. В этих условиях особенно актуальной становится системная, последовательная и длительная коррекционно-развивающая работа, учитывающая индивидуальные темпы созревания психики.

Отличительные особенности:

Основной формой реализации программы является обучающая игра, как наиболее продуктивная и естественная для дошкольного возраста. Игровая деятельность позволяет:

- стимулировать познавательную мотивацию;
- развивать мыслительные операции в контексте осмысленной деятельности;
- формировать навыки саморегуляции и социального взаимодействия;
- способствовать переносу усвоенного опыта в новые жизненные ситуации.

Программа разработана на основе методических подходов Н.Ю. Куражевой (программа «Цветик-семицветик») и дополнена занятиями с использованием игрового набора «Дары Фребеля», что способствует гармоничному развитию сенсорных эталонов, пространственного мышления, мелкой моторики и творческого воображения.

Адресат программы — дети с задержкой развития психических функций, проявляющейся в:

- фрагментарном, нецелостном восприятии;
- низком уровне концентрации и устойчивости внимания;
- слабо развитой кратковременной и долговременной памяти;
- трудностях в установлении причинно-следственных связей;
- эмоциональной неустойчивости, импульсивности или, наоборот, пассивности;
- несформированности навыков самоконтроля и саморегуляции;
- задержке речевого развития (бедный словарный запас, нарушения грамматического строя речи, недостаточность фонематического восприятия).

Программа «Хочу всё знать» создаёт условия для психологического «выравнивания» таких детей к моменту поступления в школу, формируя у них:

- устойчивый познавательный интерес;
- базовые навыки учебной деятельности;
- способность к сотрудничеству и эмпатии;

- уверенность в себе и положительную самооценку.

Таким образом, программа не только способствует развитию психических процессов, но и закладывает основы социально-эмоциональной зрелости, необходимой для успешной адаптации в современном обществе.

Возраст участников: 3–7 (8) лет

Срок реализации: 4 года

Общий объём программы: 296 академических часов

Формы обучения: очная (с соблюдением санитарно-эпидемиологических требований)

Режим занятий:

- 3–4 года — до 15 минут;
- 4–5 лет — до 20 минут;
- 5–6 лет — до 25 минут;
- 6–7 (8) лет — 25–30 минут.

Количество занятий — 2 раза в неделю, с перерывом не менее 10 минут. Продолжительность и частота могут корректироваться в зависимости от уровня психологической зрелости ребёнка.

Педагогические технологии:

Игровые технологии, сказкотерапия, арт-терапия, элементы тренингов, проектная деятельность, развивающие игры (в том числе с «Дарами Фребеля»).

Структура типового занятия:

1. Ритуал приветствия;
2. Введение в тему через сказку, историю или проблемную ситуацию;
3. Развивающие игры и упражнения на развитие психических процессов;
4. Творческая деятельность (рисование, лепка, конструирование);
5. Подвижная или ролевая игра;
6. Рефлексия в кругу («Что я узнал?», «Что мне понравилось?»);
7. Ритуал прощания (сказкой, добрым пожеланием).

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы:

Создание условий для полноценного развития ребенка с ЗПР через комплексное воздействие на когнитивную, эмоциональную и личностную сферы, а также через целенаправленное формирование навыков коммуникации и самоконтроля, обеспечивающих успешный переход к систематическому школьному обучению.

Задачи программы по годам обучения

Задачи первого года обучения (3–4 года):

- Формировать у детей первичные представления об основных эмоциях (радость, грусть, злость, страх) и их проявлениях;
- Развивать способность распознавать эмоции по мимике, жестам, интонации голоса, а также на схематических изображениях;
- Способствовать снижению тревожности, страхов и импульсивных реакций через игровые и релаксационные техники;
- Формировать элементарные навыки саморегуляции: умение успокоиться, подождать, следовать простым правилам и ритуалам;
- Развивать положительное отношение к себе, чувство безопасности и доверия к окружающим;
- Стимулировать развитие коммуникативной активности: умение вступать в контакт, отвечать на вопросы, участвовать в совместных играх;
- Активизировать базовые психические процессы — внимание, восприятие, память, воображение — через сенсорно-игровую деятельность;
- Развивать мелкую моторику и координацию движений как основу для речевого и когнитивного развития.

Задачи второго года обучения (4–5 лет):

- Расширять эмоциональный словарь и знания об эмоциях (включая удивление, обиду, стыд, скуку);
- Развивать навыки распознавания и дифференциации эмоций у себя и других по невербальным и вербальным признакам;
- Формировать умение выразить свои чувства социально приемлемыми способами (словами, рисунком, движением);
- Снижать уровень неуверенности, тревожности и нерешительности в новых или стрессовых ситуациях;
- Закреплять навыки соблюдения правил, ритуалов, временного регламента занятий;
- Развивать навыки сотрудничества: умение работать в паре, делиться, договариваться, уважать границы других;
- Продолжать развитие познавательных процессов — целостного восприятия, устойчивого внимания, образной памяти, наглядно-действенного мышления;
- Формировать начальные рефлексивные навыки: «Как я себя чувствую?», «Что мне понравилось?».

Задачи третьего года обучения (5–6 лет):

- Закреплять и систематизировать знания об эмоциях и их причинах;
- Развивать способность к эмпатии: понимать чувства других, проявлять заботу, сочувствие, желание помочь;
- Формировать умение управлять своими эмоциями в конфликтных и фрустрирующих ситуациях («Я злюсь, но не кричу»);
- Развивать произвольность: умение сосредоточиться, завершить начатое, следовать инструкции;
- Укреплять позитивную самооценку и уверенность в своих силах;
- Развивать навыки вербальной коммуникации: формулировать мысли, задавать вопросы, аргументировать выбор;
- Совершенствовать психические процессы — переключение внимания, запоминание по смыслу, логическое мышление на наглядной основе;
- Формировать начальные навыки самоконтроля и самонаблюдения.

Задачи четвертого года обучения (6–7 лет):

- Развивать эмоциональный интеллект: осознание сложных эмоций (гордость, вина, благодарность), понимание их связи с событиями;
- Формировать устойчивые навыки конструктивного разрешения конфликтов и саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- Развивать внутреннюю позицию дошкольника, готового к школе: ответственность, инициативность, стремление к знаниям;
- Совершенствовать коммуникативные навыки: умение вести диалог, слушать, учитывать точку зрения другого;
- Развивать словесно-логическое и критическое мышление, способность к анализу, сравнению, обобщению;
- Формировать устойчивую познавательную мотивацию и учебную активность;
- Закреплять навыки самоконтроля, планирования и оценки своей деятельности;
- Подготавливать ребёнка к адаптации в школьной среде через моделирование учебных и социальных ситуаций.

Задачи дополнительного года обучения (7–8 лет):

- Обеспечить устойчивое закрепление всех сформированных навыков саморегуляции, эмоциональной устойчивости и социального взаимодействия;
- Развивать рефлексивное мышление: умение оценивать свои поступки, эмоции, успехи и трудности;

- Формировать внутреннюю мотивацию к обучению, чувство ответственности за свои действия;
- Развивать навыки самоподдержки и психологической устойчивости в условиях повышенных требований (например, при подготовке к школе или в начале школьного обучения);
- Совершенствовать коммуникативную компетентность: умение выстраивать отношения со сверстниками и взрослыми, отстаивать границы, проявлять уважение;
- Обеспечить переход от игровой к учебной деятельности через развитие произвольности, умения работать по плану, выполнять задания в срок;
- Поддерживать позитивную Я-концепцию и уверенность в себе как в будущем школьнике;
- Гармонизировать эмоционально-личностную сферу для успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи построены с учётом принципа преемственности: каждая последующая ступень опирается на результаты предыдущей, обеспечивая постепенное и устойчивое развитие всех компонентов психики ребёнка с ЗПР. Пятый год обучения выступает как завершающий этап коррекционно-развивающей работы, направленный на психологическое «выравнивание» и создание прочной основы для успешного старта в школьном образовании.

1.3. Содержание программы

Содержание программы «Хочу всё знать» разработано с учётом особенностей психического развития детей с ЗПР: общей незрелости высших психических функций, сниженной познавательной активности, фрагментарного восприятия, несформированности произвольности, эмоциональной неустойчивости и трудностей в коммуникации. Программа построена по принципу «от простого к сложному», с постепенным наращиванием объёма, темпа и уровня сложности заданий. Все занятия имеют четкую структуру, повторяющиеся ритуалы и ясные инструкции, что создаёт у ребёнка чувство безопасности и предсказуемости.

Основные направления содержания программы:

- развитие общей и мелкой моторики (в том числе артикуляционной и кистевой), как базы для формирования речи, внимания и саморегуляции;

- коррекция и развитие высших психических функций — восприятия, памяти, внимания, мышления, воображения;
- формирование эмоционально-волевой сферы — осознания, выражения и регуляции эмоций, развития произвольности и самоконтроля;
- развитие навыков коммуникативного поведения — установления контакта, сотрудничества, понимания социальных норм;
- формирование самосознания, самооценки и позитивного отношения к себе.

Все методы и приёмы адаптированы под низкий уровень психологической зрелости и повышенную утомляемость детей с ЗПР. Акцент делается на наглядность, многократное повторение, игровую форму, сенсорную насыщенность и эмоциональную поддержку.

Основные методические компоненты программы:

1. Психогимнастические игры

На основе структуры самосознания В.С. Мухиной, адаптированной для детей с ЗПР:

- принятие своего имени (игры «Моё имя — мой дом», «Имя в движении»);
- принятие своих качеств («Я — как солнышко/тучка/цветок»);
- осознание психологического времени («Моё вчера — сегодня — завтра» в виде картинок, сказок, календаря);
- понимание прав и обязанностей в доступной форме («Что я могу? Что я должен?» через игровые ситуации).

Для детей с ЗПР эти игры проводятся в замедленном темпе, с опорой на наглядные символы, повторяющиеся ритуалы и поддержку взрослого.

2. Ролевые методы

Учитывая трудности с ролевым поведением у детей с ЗПР (неспособность к децентрации, жёсткая привязанность к одной роли), используются:

- ролевая гимнастика с простыми, чёткими образами («идём как мишка», «прыгаем как лягушка»);
- пальчиковые игры и драматизации — как щадящая форма ролевого поведения, развивающая мелкую моторику и речь;
- психодрама — в упрощённой форме: разыгрывание коротких сцен с участием 2–3 персонажей, часто с элементами терапевтической сказки («Как зайчик победил страх»).

Особое внимание уделяется смене ролей и переживанию положительного исхода — это формирует у ребёнка опыт успешности и уверенности.

3. Коммуникативные игры

Направлены на преодоление социальной пассивности и трудностей в установлении контакта:

- игры на «поглаживание» («Скажи добрые слова другу», «Подари улыбку»);
- упражнения на взаимодействие в паре («Построй башню вместе», «Пройди лабиринт, держась за руки»);
- задания на совместное решение задачи («Собери пазл всей группой»).

Для детей с ЗПР важно моделирование ситуаций общения, пошаговое обучение и позитивное подкрепление даже минимальных проявлений инициативы.

4. Игры на развитие произвольности

Учитывая слабость волевой регуляции, используются:

- игры с чёткими правилами и сигналами («Сделай, когда скажу», «Замри — двигайся»);
- упражнения на выполнение инструкции из 2–3 шагов;
- введение понятий «хозяин своих чувств», «сила воли» через метафоры («Волшебный щит от злости», «Кнопка спокойствия»).

5. Развитие воображения

С учётом ограниченного жизненного опыта и бедности представлений:

- вербальные игры — с опорой на знакомые сюжеты («Что будет, если котик научится говорить?»);
- невербальные игры — изображение животных, предметов с помощью тела, голоса, мимики;
- мысленные картинки — в упрощённой форме: прослушивание короткой истории под спокойную музыку, затем рисование или выбор готовых карточек, отражающих настроение.

6. Терапевтические метафоры

Адаптированы для детей с ЗПР:

- короткие, конкретные сказки с ясным конфликтом и решением;
- акцент на внутренних ресурсах героя («У него был волшебный камешек смелости»);
- после прослушивания — рисование, лепка или драматизация, чтобы закрепить образ решения.

Это формирует у ребёнка установку на возможность преодоления трудностей и доверие к себе.

7. Эмоционально-символические методы

- рисование чувств по шаблонам («Нарисуй, как выглядит радость» — солнце, улыбка);
- групповое обсуждение с опорой на рисунки: «Почему этот мальчик нарисовал себя большим?»;
- направленное рисование после сказки или релаксации — как способ невербального выражения переживаний.

8. Релаксационные техники

Адаптированы под повышенную возбудимость или, наоборот, заторможенность:

- упрощённая нервно-мышечная релаксация (напряжение и расслабление только крупных групп — рук, плеч);
- дыхательные упражнения в игровой форме («Подуй на одуванчик», «Надуй шарик»);
- визуально-кинестетические образы («Ты — мягкий плюшевый мишка», «Ты — лёгкое облачко»).

Все компоненты программы интегрированы в единый процесс, где каждое занятие сочетает двигательную, эмоциональную, познавательную и коммуникативную активность. Для детей с ЗПР особенно важна преемственность, ритмичность, эмоциональная окраска и индивидуальный подход. Содержание программы позволяет не только корректировать недостатки развития, но и раскрывать потенциал каждого ребёнка, формируя у него чувство собственной значимости, уверенности и готовности к новым вызовам, включая школьное обучение.

Учебный план

1 год обучения (3–4 года)

№	Наименование блока (раздела)	Всего часов
1	Диагностика (входная, промежуточная, итоговая)	4
2	Формирование эмоциональной безопасности и адаптации к новой среде	10
3	Знакомство с основными эмоциями: радость, грусть, злость, страх	11
4	Развитие первичных навыков саморегуляции и взаимодействия в группе	12
	Итого	37

2 год обучения (4–5 лет)

№	Наименование блока (раздела)	Всего часов
1	Диагностика (динамика развития психических функций и эмоциональной сферы)	4

№	Наименование блока (раздела)	Всего часов
2	«Кто я?» — формирование образа «Я», развитие позитивного отношения к себе	10
3	Распознавание и выражение эмоций через мимику, жесты, голос, рисунок	11
4	Развитие навыков общения: умение играть рядом, делиться, откликаться на обращение	12
	Итого	37

3 год обучения (5–6 лет)

№	Наименование блока (раздела)	Всего часов
1	Диагностика (оценка уровня произвольности, коммуникативных навыков, эмоциональной устойчивости)	4
2	Уверенность в себе: «Я могу!», «Я умею!» — развитие инициативности и самостоятельности	10
3	Основы общения: сотрудничество, помощь, дружба; знакомство с социальными ролями	11
4	Формирование произвольности: умение следовать правилам, завершать начатое, ждать своей очереди	12
	Итого	37

4 год обучения (6–7 лет)

№	Наименование блока (раздела)	Всего часов
1	Диагностика (готовность к школьному обучению: эмоциональная, коммуникативная, когнитивная)	4
2	Моральные чувства и правила поведения: добро и зло, справедливость, уважение к другим	10
3	Самооценка и рефлексия: «Какой я?», «Что у меня получается?»	11

№	Наименование блока (раздела)	Всего часов
4	Закрепление навыков саморегуляции, эмпатии и конструктивного поведения в конфликтных ситуациях	12
	Итого	37

5 год обучения (7–8 лет)

№	Наименование блока (раздела)	Всего часов
1	Диагностика (итоговая оценка уровня психологической зрелости и готовности к школе)	4
2	«Я — будущий школьник»: ответственность, самостоятельность, учебная мотивация	10
3	Глубокая рефлексия и самопринятие: «Мои сильные стороны», «Как я справляюсь с трудностями»	11
4	Интеграция навыков: применение эмоциональной устойчивости, коммуникации и саморегуляции в новых условиях (моделирование школьных ситуаций)	12
	Итого	37

Примечания:

- Диагностический блок включает наблюдение, беседы, игровые диагностические методики, адаптированные для детей с ЗПР.
- Все темы реализуются через игровую, сказочную, художественно-творческую и двигательную деятельность, с учётом сниженной работоспособности и потребности в частой смене видов активности.
- В 5-м году акцент сделан на преемственности с начальной школой: моделирование учебных задач, развитие умения работать по инструкции, удерживать внимание, планировать действия.
- Объём часов соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям и возрастным особенностям детей с ЗПР.

Этот учебный план обеспечивает постепенное, системное и индивидуализированное развитие всех ключевых сфер личности ребёнка с ЗПР, создавая условия для успешной социальной и школьной адаптации.

Учебно-тематический план

1 год обучения (3–4 года)

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
Диагностика	Сентябрь	Входная диагностика (наблюдение, беседа, игровые методики)	2
Формирование эмоциональной безопасности и адаптации	Сентябрь	Знакомство. Имя — мой дом	1
		Волшебные слова: «здравствуй», «спасибо», «пожалуйста»	1
	Октябрь	Правила поведения на занятии (простые ритуалы)	1
		Листопад: чувства осени	1
		Цвета осени — радость природы	1
		Давайте дружить: улыбка — первый шаг	1
	Ноябрь	Моя радость (рисуем счастье)	1
		Моя грусть (что делать, когда грустно?)	1
		Мой гнев (куда девать злость?)	1
		Словарик эмоций: картинки-смайлики	1
Формирование первичных навыков общения и саморегуляции	Декабрь	Здравствуй, зима!	1
		Восприятие цвета: овощи и фрукты	1
		Восприятие формы: круг, квадрат, треугольник	1
		Письмо Деду Морозу: «Чему я научился»	1
	Январь	Новый год — праздник доброты	1
		Большой–маленький (размеры игрушек)	1
		Широкий–узкий (дорожки для машинок)	1
	Февраль	Сказка «Сбежавшие игрушки»	1
		Сказка «Теремок»: все нужны,	1

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
		все важны	
		«Федорино горе»: порядок в доме	1
		«Маша-растеряша»: одежда и обувь	1
Закрепление навыков. Подведение итогов года	Март	Сказка «Репка»: вместе мы сила	1
		Дружба и помощь — как в «Репке»	1
		Здравствуй, весна!	1
		Приметы весны: птицы, солнце, лужи	1
	Апрель	День смеха: смеёмся вместе	1
		Музыканты: слушаем и повторяем	1
		Я слышу и вижу мир	1
		Насекомые весной	1
	Май	Мой дом — моя крепость	1
		Каким я стал? (сравнение с началом года)	1
		Чему я научился?	1
		Здравствуй, лето!	1
Диагностика	Май	Итоговая диагностика	2
Итого			37

2 год обучения (4–5 лет)

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
Диагностика	Сентябрь	Диагностика уровня эмоциональной и коммуникативной сферы	2
«Кто я?» — формирование образа «Я»	Сентябрь	Знакомство: «Меня зовут...»	1
		Мы все разные — и это хорошо!	1
	Октябрь	Давайте дружить: правила дружбы	1
		Правила поведения: слушать, ждать, не перебивать	1
		Цвета осени — моё настроение	1
		Волшебные слова: «извини», «помоги»	1
	Ноябрь	Моя радость и грусть	1
		Мой гнев — как с ним быть?	1
		Словарик эмоций: карточки-настроения	1

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
		Цвет, форма, величина — свойства предметов	1
Выражение чувств через органы восприятия	Декабрь	Тяжёлый–лёгкий, сухой–мокрый	1
		Здравствуй, зима!	1
		Письмо Деду Морозу: «Я умею...»	1
		Мои помощники — ручки и ножки	1
	Январь	Новый год — праздник семьи	1
		Мои глазки, ушки, носик — что они знают?	1
		Цвет зимы: белый, серебристый, синий	1
	Февраль	Учимся честно говорить: «Это сделал я»	1
		Что нам надо кушать? Здоровье и еда	1
		Папин день — благодарность отца	1
		Сказка «Теремок»: каждый важен	1
Закрепление навыков. Подведение итогов года	Март	Мамин праздник — любовь и забота	1
		Всегда ли мы поступаем правильно?	1
		Девочки-припевочки: игры на внимание	1
	Апрель	Приметы весны	1
		День смеха	1
		Время: утро, день, вечер	1
		Часы: стрелки и режим дня	1
	Май	Мой дом — где я живу	1
		Моя семья — мои опоры	1
		Каким я стал?	1
Диагностика	Май	Чему я научился?	1
		Здравствуй, лето!	1
		Итоговая диагностика	2
Итого			37

3 год обучения (5–6 лет)

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
Диагностика	Сентябрь	Диагностика произвольности и эмоциональной устойчивости	2
Уверенность в себе	Сентябрь	Знакомство: «Я — особенный»	1

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
		Путешествие в деревню: новые впечатления	1
	Октябрь	Страна «Психология»: чувства и мысли	1
		Прогулка вслепую: доверие и поддержка	1
		Моя семья — мои корни	1
		Радость и грусть: как их отличить?	1
	Ноябрь	Пойми меня: невербальные сигналы	1
		Старичок-лесовичок: мудрость природы	1
		Праздник Осени — благодарность за урожай	1
		Словарик эмоций: расширение	1
Умение общаться. Социальные роли	Декабрь	В гостях у сказки: герои и их чувства	1
		Снежная баба: доброта и одиночество	1
		Новый год — праздник надежды	1
		Хитрая лиса: обман и правда	1
	Январь	Морозко: труд и награда	1
		Какие мы разные — и дружим!	1
		Покажи, изобрази: мимика и жесты	1
	Февраль	Я большой — я могу помочь!	1
		Моя семья — мои обязанности	1
		Из чего сделаны мальчишки? (эмоции и тело)	1
		Слушай своё тело: усталость, напряжение	1
Закрепление. Рефлексия	Март	Мамин день — забота и любовь	1
		Я и мои друзья	1
		Дружная компания	1
		Мирись, мирись: разрешение конфликтов	1
	Апрель	День смеха	1
		В гостях у сказки: выбор героя	1
		Ловкие и смелые: преодоление страхов	1
		Черты характера: добрый–злой, трудолюбивый–ленивый	1
	Май	Я внимательный	1
		Необычные дела: фантазия и реальность	1
		Неразлучники: дружба навсегда	1
		Я особенный — и это здорово!	1
Диагностика	Май	Итоговая диагностика	2
Итого			37

4 год обучения (6–7 лет)

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
Диагностика	Сентябрь	Готовность к школе: эмоциональная зрелость	2
Моральные чувства и правила	Сентябрь	Знакомство: «Я — будущий школьник»	1
		Создание Лесной школы — правила дружбы	1
	Октябрь	Букет учителю — уважение к взрослым	1
		Смешные страхи: как с ними справиться?	1
		Игры в школе: учиться — интересно!	1
		Школьные правила: вежливость, порядок	1
	Ноябрь	Собираем портфель: ответственность	1
		Белочкин сон: чистота и порядок	1
		Госпожа Аккуратность	1
		Подарки на день рождения: щедрость	1
Развитие самооценки	Декабрь	Домашнее задание: «Я справлюсь!»	1
		Школьные оценки: не страшно ошибаться	1
		Ленивец и списывание: честность	1
		Здравствуй, Новый год!	1
	Январь	Подсказка: помощь или обман?	1
		Обманный отдых: лень vs труд	1
		Бабушкин помощник — забота о старших	1
	Февраль	Прививка: страх и мужество	1
		Больной друг: сочувствие	1
		Ябеда: доверие и справедливость	1
Закрепление навыков		Шапка-невидимка: быть честным	1
	Март	Спорщик и обида: как мириться?	1
		Хвосты: зависть и радость за другого	1
		Драки: агрессия и контроль	1
		Солнышки: доброта внутри меня	1
	Апрель	Грубые слова: как их заменить?	1
		Дружная страна: все равны	1
		Наши мечты: цели и желания	1
		Какой Я? Самооценка	1
	Май	Мои эмоции и Я	1
		По морям, по волнам: путешествие	1

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
		знаний	
		Сказочное путешествие: итоги года	1
		До свидания, Лесная школа!	1
Диагностика	Май	Итоговая диагностика	2
Итого			37

5 год обучения (7–8 лет)

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
Диагностика	Сентябрь	Итоговая оценка психологической готовности к школе	2
«Я — школьник»: ответственность и мотивация	Сентябрь	Знакомство: «Я готов к школе!»	1
		Мой школьный портфель: что нужно знать?	1
	Октябрь	Учусь управлять временем	1
		Правила школьного поведения	1
		Мои школьные обязанности	1
		Учусь работать по плану	1
	Ноябрь	Как справляться со стрессом?	1
		Конфликты в классе: как решать?	1
		Уважение к учителю и одноклассникам	1
		Мои учебные цели	1
Глубокая рефлексия и самопринятие	Декабрь	Мои сильные стороны	1
		Когда мне трудно — я знаю, что делать	1
		Я и мои чувства: дневник настроения	1
		Новогодние мечты и цели	1
	Январь	Учусь просить помощи	1
		Учусь говорить «нет»	1
		Я и мои ошибки: учусь на них	1
	Февраль	День защитника Отечества: мужество и забота	1
		8 Марта: благодарность женщинам	1
		Дружба в школе: как сохранить?	1
Интеграция навыков.		Мои достижения: портфолио успехов	1
	Март	Моделирование урока: «Я —	1

Наименование блока	Месяц	Темы занятий	Кол-во часов
Подготовка к школе		ученик»	
		Перемена: как вести себя?	1
		Учусь слушать и отвечать	1
		Учусь работать в паре и группе	1
	Апрель	Мои права и обязанности в школе	1
		Как сдать контрольную без страха?	1
		Учусь радоваться своим успехам	1
		Проект: «Моя будущая школа»	1
	Май	Итоговое занятие: «Я вырос!»	1
		Прощание с дошкольным центром	1
		Праздник выпускников	1
		«Мои советы первоклассникам»	1
Диагностика	Май	Финальная диагностика и рекомендации	2
Итого			37

Примечания:

- Все темы адаптированы под низкий уровень произвольности, повышенную утомляемость и эмоциональную неустойчивость детей с ЗПР.
- Активно используются наглядные материалы, ритуалы, повторение, сказкотерапия, пальчиковые игры, релаксация.
- В 5-м году акцент на преемственность с начальной школой: моделирование учебных ситуаций, развитие учебной мотивации, самоконтроля и ответственности.
- Диагностика проводится в игровой форме, с использованием проективных и наблюдательных методик.

Этот план обеспечивает постепенное, системное и индивидуализированное развитие ребёнка с ЗПР на протяжении 5 лет, создавая прочную основу для успешной школьной адаптации.

1.4. Планируемые результаты

Программа «Хочу всё знать» учитывает особенности психического развития детей с ЗПР: замедленные темпы созревания высших психических функций, сниженную произвольность, фрагментарность восприятия, эмоциональную неустойчивость, трудности в коммуникации и саморегуляции. Поэтому планируемые результаты носят постепенный, реалистичный и индивидуализированный характер, соответствующий возможностям ребёнка с ЗПР. Цель — не просто «догнать норму», а обеспечить

устойчивое развитие личности на доступном уровне, формируя базу для успешной школьной адаптации.

Ожидаемые результаты к концу первого года обучения (3–4 года):

- Ребёнок знает своё имя, пол, возраст; может назвать себя при обращении взрослого;
- Умеет показать базовые эмоции (радость, грусть, злость, страх) с помощью мимики, жестов или голоса;
- Имеет представление об основных эмоциональных состояниях и может отличить «весело» от «грустно» по картинке или ситуации;
- Проявляет первичные формы сопереживания: подходит к плачущему сверстнику, может дать игрушку или позвать взрослого;
- Способен следовать простым правилам поведения в группе (не толкаться, слушать, когда говорят);
- Проявляет интерес к окружающему миру (животные, природа, предметы быта);
- Начинает проявлять познавательную активность: повторяет за взрослым, отвечает на простые вопросы;
- При поддержке взрослого может выразить своё состояние через действия (обнять, отвернуться, уйти);
- Умеет успокаиваться после эмоционального возбуждения с помощью релаксационных приёмов (дыхание, счёт, поглаживание).

Ожидаемые результаты к концу второго года обучения (4–5 лет):

- Ребёнок осознаёт себя как отдельную личность: говорит о себе в настоящем времени («Я люблю...», «Я умею...»);
- Расширяет эмоциональный словарь: различает и называет радость, грусть, злость, страх, удивление, обиду;
- Умеет распознавать эмоции других по мимике, интонации, поведению;
- Начинает использовать простые способы саморегуляции: «Я злюсь — я подышу», «Мне страшно — я возьму игрушку»;
- Снижается уровень импульсивности: может подождать, выполнить инструкцию из 2 шагов;
- Проявляет желание играть с другими детьми, участвует в совместных играх по правилам;
- Формируется начальная самооценка: «Я хороший», «Я могу помочь»;
- Развивается познавательная активность: проявляет интерес к новому, стремится завершить начатое;

- При поддержке взрослого может выразить просьбу или отказ словами, а не криком или агрессией;
- Умеет утешить другого ребёнка простыми действиями (дать платок, обнять, сказать «не плачь»).

Ожидаемые результаты к концу третьего года обучения (5–6 лет):

- Ребёнок принимает себя: знает свои сильные стороны, начинает понимать, что ошибаться — нормально;
- Осознаёт свои чувства и может обсудить их с взрослым: «Мне было обидно, потому что...»;
- Умеет находить простые выходы из конфликтов: «Давай поделим», «Я не хочу — скажу прямо»;
- Развивается произвольность: может сосредоточиться на задании 5–7 минут, завершить его;
- Проявляет самостоятельность в бытовых и игровых ситуациях;
- Уважительно относится к сверстникам и взрослым: здоровается, благодарит, слушает;
- Активно участвует в групповых занятиях, выполняет роль в ролевой игре;
- Познавательный интерес становится устойчивым: ребёнок стремится узнать «почему?», «как?»;
- Умеет оказывать элементарную помощь другому ребёнку (подать салфетку, позвать взрослого);
- Начинает понимать разницу между «хорошо» и «плохо» в поведении.

Ожидаемые результаты к концу четвёртого года обучения (6–7 лет):

- Ребёнок имеет целостное представление о себе: «Я — добрый, я — старательный, у меня есть друзья»;
- Способен управлять своими эмоциями в знакомых ситуациях: использует «техники спокойствия» (дыхание, счёт, внутренний диалог);
- Умеет договариваться, предлагать компромиссы в конфликтах: «Давай поиграем по-другому»;
- Проявляет эмпатию: замечает, когда другому плохо, предлагает поддержку;
- Следует правилам поведения без постоянного напоминания;
- Понимает значение обязанностей (убрать игрушки, помочь другу);
- Умеет ставить простую цель («Я хочу собрать пазл») и действовать для её достижения;

- Проявляет учебную мотивацию: интересуется буквами, числами, заданиями «как в школе»;
- Свободно выражает мысли и чувства в доступной форме (речь, рисунок, игра);
- Уважает границы других: не берёт чужое, просит разрешения.

Ожидаемые результаты к концу дополнительного пятого года обучения (7–8 лет):

- Ребёнок уверенно идентифицирует себя как личность, принимает свои особенности и уважает индивидуальность других;
- Обладает устойчивыми навыками саморегуляции: может справиться со стрессом, гневом, тревогой в рамках своих возможностей;
- Умеет конструктивно разрешать конфликты, отстаивать своё мнение без агрессии;
- Проявляет ответственность за свои поступки: признаёт ошибки, стремится исправить последствия;
- Понимает свои права («иметь друзей», «быть в безопасности») и обязанности («слушать учителя», «беречь вещи»);
- Имеет устойчивую учебную мотивацию и готовность к школьному обучению;
- Способен работать по инструкции, выполнять задания в срок, оценивать свой результат с помощью взрослого;
- Поддерживает доброжелательные отношения в коллективе, выступает посредником в спорах при поддержке педагога;
- Проявляет познавательную самостоятельность: ищет информацию, задаёт вопросы, проявляет инициативу;
- Осознаёт ценность дружбы, помощи, сотрудничества; умеет строить доверительные отношения.

Эти результаты отражают достижимые ориентиры для ребёнка с ЗПР и свидетельствуют о его психологической готовности к школьному обучению. Программа не только корректирует недостатки развития, но и формирует внутренние ресурсы личности, необходимые для успешной адаптации в школе и дальнейшего личностного роста.

2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:

2.1. Календарный учебный график представлен в приложении 1.

2.2. Условия реализации программы

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется в специально оборудованном кабинете педагога-психолога, отвечающем требованиям безопасности, доступности и развивающей среды для детей с задержкой психического развития (ЗПР). Кабинет оснащён следующим:

Библиотечный фонд:

- печатные пособия по возрастной, коррекционной и детской психологии, арт-, сказко- и игротерапии;
- электронная библиотека с методическими, диагностическими и дидактическими материалами, адаптированными для детей с ЗПР.

Компьютерные средства:

- ноутбук;
- принтер.
- слайд-проектор (диапроектор), экран (на штативе).

2.3. Форма аттестации

Учитывая специфику задержки психического развития, оценка эффективности программы осуществляется через комплексную психодиагностическую работу, проводимую не менее двух раз в год — в начале и в конце учебного года. Цель диагностики — выявить уровень актуального развития, проследить динамику формирования познавательных процессов, эмоционально-волевой и коммуникативной сфер, а также скорректировать индивидуальный маршрут сопровождения с учётом пятилетнего срока обучения.

График проведения диагностики:

1. Первичная диагностика — в течение первых двух недель после зачисления ребёнка. Позволяет определить исходный уровень развития внимания, памяти, мышления, речи, эмоциональной регуляции, навыков общения и самоконтроля. На основе

полученных данных составляется индивидуальный план психологического сопровождения и перспективный план работы на 5 лет.

2. Контрольная диагностика — ежегодно в конце учебного года. Направлена на оценку динамики развития, уровня сформированности целевых компетенций и готовности к переходу на следующий этап программы.

3. Промежуточная (внеплановая) диагностика — может проводиться в декабре–январе при необходимости уточнения уровня развития, корректировки содержания занятий или направления ребёнка на углублённое обследование в ПМПК.

Психодиагностический инструментарий включает:

- Методику «Экспресс-диагностика в детском саду» (Н.Н. Павлова, Л.Г. Руденко, изд-во «ГЕНЕЗИС», 2008), адаптированную для детей с ЗПР;
- Наблюдение за поведением, эмоциональными реакциями, взаимодействием с детьми и взрослыми;
- Анализ продуктов деятельности (рисунки, поделки, игровые сюжеты);
- Диагностические беседы и игры, направленные на выявление:
 - уровня познавательного развития;
 - способности к концентрации внимания и удержанию инструкции;
 - эмоциональной устойчивости и саморегуляции;
 - навыков сотрудничества и разрешения конфликтов;
 - представлений о себе, других людях и социальных нормах.

Результаты диагностики фиксируются в психологической карте ребёнка, используются для анализа эффективности программы, планирования коррекционно-развивающей работы и подготовки рекомендаций для родителей и педагогов.

2.4. Методические материалы

Все материалы подобраны с учётом особенностей психического развития детей с ЗПР: замедленного темпа усвоения информации, трудностей в концентрации внимания, эмоциональной неустойчивости, недостаточной сформированности волевой регуляции и коммуникативных навыков.

Обеспечение программы методическими и дидактическими средствами включает:

Дидактический материал:

- карточки и фотографии с изображением базовых и сложных эмоций;
- подборка терапевтических сказок, направленных на развитие уверенности, эмпатии, навыков общения и саморегуляции;

- игры на развитие внимания, памяти, мышления, воображения, эмоционально-волевой сферы;
- разрезные картинки, сюжетные серии, карточки для классификации, обобщения и установления причинно-следственных связей;
- аудиозаписи спокойной музыки, звуков природы, релаксационных и дыхательных упражнений.

Оборудование и материалы для занятий:

- маски, шапочки, куклы, мягкие игрушки, пальчиковые театры;
- коврики для релаксации и двигательной активности;
- детские стульчики, платочки, мячи разных цветов и размеров;
- микрофон (для развития речевой инициативы и уверенности);
- верёвка, барабан, зеркало (для развития координации, ритма, самовосприятия);
- бумага, краски, кисточки, карандаши, пластилин;
- мячи разного размера и цвета;
- микрофон (игровой или реальный);
- наборы для сюжетно-ролевых и дидактических игр.

Канцелярские и расходные материалы:

- листы бумаги формата А4;
- цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, краски, кисточки;
- безопасные ножницы, клей, пластилин.

Все материалы ориентированы на наглядность, многократное повторение, игровую форму подачи, что соответствует особенностям восприятия и усвоения информации детьми с ЗПР. Пятилетний срок реализации программы позволяет постепенно, в соответствии с индивидуальным темпом развития, формировать устойчивые навыки, необходимые для успешной социализации и дальнейшего обучения.

3. Список литературы

1. Агапутова О.Е. Кондратьева С.Ю. Коррекционно-игровые занятия в работе с дошкольниками с задержкой психического развития. М.: СПб., Детство-Пресс, 2008.
2. Бабкина, Н.В. Психологическое сопровождение детей с задержкой психического развития в условиях образовательной интеграции / Н.В. Бабкина // Воспитание и обучение детей с нарушениями в развитии. – 2012. – № 1. – С. 23-31.
3. Бабкина, Н.В. Саморегуляция в познавательной деятельности у детей с задержкой психического развития : монография / Н.В. Бабкина. – М. : Гуманитарный издат. центр ВЛАДОС, 2016. – 143 с.
4. Бабкина, Н.В. Выбор индивидуального образовательного маршрута для ребенка с задержкой психического развития / Н.В. Бабкина // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2017. – № 2. – С. 16-22.
5. Бабкина, Н.В. Особые образовательные потребности детей с задержкой психического развития в период начального школьного обучения / Н.В. Бабкина // Педагогика и психология образования. – 2017. – № 3.
6. Венгер Л.А. Дидактические игры и упражнения по сенсорному воспитанию дошкольников. М.: Просвещение. 1995
7. Гаврина С.Е. Развиваем внимание и мышление (рабочая тетрадь). Школа для дошколят 5-6 лет.
8. Дьяченко, О.М. Психологические особенности развития дошкольников / О.М. Дьяченко, Т.В. Лаврентьева. – М. : Эксмо, 2000.
9. Ермакова Е.С., Румянцева И.Б., Целищева И.И. Развитие гибкости мышления детей. Дошкольный и младший школьный возраст. СПб., Речь, 2007
10. Иванова Т.Б., Илюхина В.А., Кошулько М.А. Диагностика нарушений в развитии детей с ЗПР: Методическое пособие: СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011 – 112 с.

11. Квач Н.В.. Развитие образного мышления и графических навыков у детей 5-7 лет. М.:Владос, 2001.
12. Колосова Н. Развитие познавательных способностей у старших дошкольников с задержкой психического развития на этапе предшкольного образования. Изд.:Аркти, 2018, 96 с.
13. Психолого-педагогическая диагностика / под ред. И.Ю. Левченко, С.Д. Забрамной. –М.: Академия, 2004.
14. Психолого-педагогическая диагностика развития детей дошкольного возраста / под ред. Е.А. Стребелевой. – М.: Полиграфсервис, 1998.
15. Стребелева Е.А. Коррекционно-развивающее обучение детей в процессе дидактических игр. – М.: Владос, 2008.
16. Стребелева Е.А. Формирование мышления у детей с отклонениями в развитии: Пособие для педагога-дефектолога: материал для индивидуальной работы с детьми. – М.:Владос, 2008.
- 17.Шевченко, С.Г. Диагностика и коррекция задержки психического развития у детей/
18. С.Г. Шевченко, Н.Н. Малофеев, А.О. Дробинская и др. ; под ред. С.Г. Шевченко. – М. :АРКТИ, 2001.
19. Шевченко, С.Г. Подготовка к школе детей с задержкой психического развития / С.Г.
20. Шевченко и др.; под общ. ред. С.Г. Шевченко. – М. : Школьная Пресса, 2003. – Кн. 1., 2.