

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи  
муниципального образования Плавский район  
«ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ «ДОВЕРИЕ»

Программа рассмотрена  
на заседании  
психолого-методического совета  
протокол № 6 от  
«03» сентября 2013 г.

«Утверждаю»  
приказ № \_\_\_\_\_ от «03» сентября 2013 г.  
Директор МБОУ МО Плавский район  
«ЦДИК «Доверие» О. А. Шибяев



**Дополнительная  
образовательная  
индивидуально – ориентированная  
коррекционно-развивающая программа  
подготовки детей к школе  
«СОЛНЕЧНЫЙ КРУГ»**

*Уровень программы:* дополнительное образование детей  
*Направленность:* коррекционно-развивающая  
*Срок реализации:* 8,5 часов (17 занятий)  
*Возраст:* 6-7 лет

*Составитель:* Мазепова О.В.  
педагог-психолог  
МБОУ МО Плавский район  
«ЦДИК «Доверие»

г. Плавск  
2013 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На современном этапе одной из важных задач психологического сопровождения детей в образовательных учреждениях является помощь в развитии и социализации старших дошкольников, психологическая подготовка детей к школе.

Период дошкольного детства является наиболее благоприятным для формирования необходимых психических функций и социально-значимых качеств личности. Это наиболее сензитивный период для формирования базовых положительных качеств личности, необходимых для развития механизмов межличностного взаимодействия. Именно в это время закладываются основы будущей учебной деятельности ребенка, идет активная подготовка к школьному обучению.

Для детей старшего дошкольного возраста характерны следующие особенности эмоционального развития, такие как: освоение социальных норм выражения чувств, изменение роли эмоций в его деятельности, формирование эмоционального предвосхищения. Развитие чувств у подрастающего дошкольника становятся более осознанными, обобщенными и произвольными. В этом возрасте у ребенка происходит активное формирование высших чувств: интеллектуальных, этических и нравственных.

Дети в это время очень нуждаются в эмоциональной поддержке и помощи взрослых. Чтобы ребенку легче давалось регулировать свое поведение, необходимо научить его адекватно выражать свои чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций.

По наблюдениям психологов у многих старших дошкольников перед поступлением в школу наблюдается недостаточное развитие произвольной сферы, отмечаются поведенческие проблемы и трудности в развитии эмоционально-личностной сферы. С целью сохранения психологического здоровья детей целесообразно начинать работу по развитию эмоциональной сферы дошкольников с раннего детства.

Понимая важность психологической подготовки детей к школьному обучению, учитывая многочисленные обращения родителей за консультацией по данной проблеме, возникла необходимость в организации целенаправленных развивающих занятиях со старшими дошкольниками по развитию эмоционально –личностной сферы детей.

Данная программа развития эмоциональной сферы детей **«Солнечный круг»** рассчитана на старших дошкольников и построена с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей 6-7-летнего возраста.

Предлагаемая программа ориентирована на оказание психологической помощи старшим дошкольникам в становлении личности ребенка дошкольного возраста, развитии его самосознания, умении дифференцировать и адекватно интерпретировать эмоциональные состояния. Занятия по данной программе способствуют формированию у ребенка адекватной реакции на различные явления окружающей действительности, развитию его индивидуальности, повышению самооценки, снижению тревожности, повышению уверенности в себе.

В основу данной коррекционно-развивающей программы легло методическое пособие Е.Н. Юрчук: Программа эмоционального развития дошкольников (2008г).

Программа была дополнена составителем различными играми и психотехническими упражнениями.

## **ЦЕЛЬ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ:**

- развитие эмоционально-личностной сферы старших дошкольников; профилактика школьной дезадаптации.

## **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

- Способствовать формированию у дошкольников навыков конструктивного межличностного общения и сотрудничества, сохранению психологического здоровья детей;
- Обучать умению адекватно выражать эмоции, умению понимать эмоциональные состояния другого.
- Обучать различению эмоционального состояния по его внешнему проявлению и выражению через мимику, пантомимику, интонацию.
- Развивать произвольную регуляцию своего эмоционального состояния, произвольную регуляцию поведения.
- Развивать коммуникативные навыки детей; повышать у детей уверенность в себе, способствовать снижению тревожности.

## **ОСНОВНЫЕ БЛОКИ ПРОГРАММЫ**

1. **Диагностический блок:** диагностика уровня самооценки, тревожности, произвольной регуляции своего поведения и эмоционального состояния, диагностика развития коммуникативных навыков детей ( в начале и в конце курса занятий).
2. **Информационный блок (обучающий):** основные эмоциональные состояния (радость, грусть, страх, стыд, вина, обида); различение эмоциональных состояний человека по его внешнему признаку, выражению через мимику, пантомимику, интонацию. Обучение приемам саморегуляции и расслабления.
3. **Развивающий блок:** развитие творческого воображения, навыков владения монологической речью; коммуникативных навыков, развитие произвольности, умения действовать по правилу.

## **ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ ПРОГРАММЫ**

Предлагаемая программа групповых развивающих занятий предназначена для старших дошкольников, не имеющих глубоких личностных проблем и психиатрических отклонений. В группу «Солнечный круг» могут входить дети с

различным уровнем развития эмоциональных навыков, с акцентуацией различных проблем. Это важно для того, чтобы дошкольники в группе помогали друг другу в приобретении новых психологических навыков. Но прежде всего данная программа направлена на детей, испытывающих некоторые трудности в развитии эмоционально-волевой и эмоционально-личностной сферы, а также для дошкольников, не посещающих детские дошкольные учреждения.

## **СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Курс включает в себя 17 групповых занятий в течение 4-5ти месяцев (8,5часов) (ориентировочно октябрь – февраль). Продолжительность каждого занятия 25-30 минут с перерывами и разминками в зависимости от состояния детей и других обстоятельств работы. Периодичность занятий – один раз в неделю. Численность развивающей группы «Солнечный круг» не должна превышать 10-12-ти человек.

## **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ**

Каждое групповое занятие включает в себя следующие элементы:

1. Приветствие. Разминка. Цель: настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между участниками группы.
2. Основная часть занятия. На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. Игры и упражнения на развитие эмоционально-волевой сферы и коммуникативных навыков, релаксационные упражнения. Рисование изучаемой эмоции.
3. Рефлексия. Эмоциональная оценка занятия. Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятиях.

Коррекционно – развивающие занятия проводятся в светлом и проветриваемом помещении, где достаточно места для подвижных игр, используется магнитофон с релаксационной музыкой.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ:**

- Создание ситуации безопасности, доверия;
- эффект неожиданности, непривычности задания, игры, решения, поощрения;
- поддержка ребенка в ситуации неудачи; одобрение поведения, создание ситуации успеха; поощрение, комплимент, констатация успеха;
- игнорирование нежелательного поведения детей;
- анализ игровой ситуации; обмен мнениями, рефлексия занятия;
- ролевое проигрывание ситуаций; анализ образцов поведения сказочных героев;
- придумывание терапевтических сказок; элементы сказкотерапии и арт-терапии.
- прослушивание аудиозаписей, музыки медитативной и для релаксации, «звуков природы» и др.

## **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ОКОНЧАНИИ ГРУППОВОЙ РАБОТЫ:**

- Динамика в развитии у дошкольников произвольной регуляции поведения и выражения своих эмоций;
- умение распознавать эмоциональные состояния других людей и адекватно на них реагировать;
- устойчивая положительная самооценка и снижение тревожности;
- динамика в развитии коммуникативных навыков дошкольников.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ ДЛЯ СРЕЗОВОЙ ДИАГНОСТИКИ:**

1. Тест тревожности Тэмпл-Дорки-Амен
2. Проективная методика «Дерево» (тест Коха)
3. ЦТО Люшер
4. Наблюдения за поведением, общением и игрой дошкольников.
5. Методика «Лесенка» (Щур)

**Календарно-тематический план дополнительной образовательной индивидуально-ориентированной программы развития эмоциональной сферы старших дошкольников «Солнечный круг»**

Дата занятия	№ занятия	Тема	Количество часов
	1.	Путешествие в мир эмоций. Мои чувства, мое настроение. Вводный инструктаж по технике безопасности.	0,5 ч.
	2.	Мы разные.	0,5 ч.
	3.	Вкус и запах радости.	0,5 ч.
	4.	Чаша доброты.	0,5 ч.
	5.	Грусть	0,5 ч.
	6	Поссорились-помирились	0,5 ч.
	7.	Приходи ко мне играть. В гостях у веселых клоунов.	0,5 ч.
	8.	Дружба и доверие. Я учусь дружить.	0,5 ч.
	9.	Страх. Повторный инструктаж по технике безопасности.	0,5 ч.
	10.	Обида. Обиженный и обижающий человек.	0,5 ч.
	11.	Стыд. Вина.	0,5 ч.
	12.	Как преодолеть свой гнев	0,5 ч.
	13.	Тренинговое занятие «Мое настроение»	0,5 ч.
	14.	Шкатулка сказок»	0,5ч.
	15.	Сказочная страна. Рисование эмоций	0,5ч.
	16	Разные чувства. Закрепление знаний о чувствах.	
	17	Мы вместе. Заключительное занятие.	
			<b>Итого: 17занятий, 8,5 часов.</b>

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Бармашова Е. Игровая мозаика/Журнал «Школьный психолог»-№1,2005
2. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.- М.:Генезис,2005
3. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей.-М.,1997
4. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых. М.,2000
5. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению: характер, коммуникативность.- Ярославль: Академия развития, 1997
6. Панфилова М.А. Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры.-М.: Издательство ГНОМ и Д, 2001
7. Рябцева С.В., Спиридонова И.В. Формирование психологической готовности к школе.М.,Издательство Скрипторий 2003, 2011
8. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет.Психологические игры, упражнения, сказки.-М.: Генезис, 2007
9. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников.-М.: Генезис, 1999
10. Чистякова М.И. Психогимнастика.- М.: Просвещение,1990

**Календарно-тематический план дополнительной образовательной индивидуально-ориентированной программы развития эмоциональной сферы старших дошкольников  
«Солнечный круг»  
Вторая подгруппа (четверг)**

<b>Дата занятия</b>	<b>№ занятия</b>	<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
03.10.13	1.	Путешествие в мир эмоций. Мои чувства, мое настроение. Вводный инструктаж по технике безопасности.	0,5 ч.
10.10.13	2.	Мы разные.	0,5 ч.
17.10.13	3.	Вкус и запах радости.	0,5 ч.
24.10.13	4.	Добро и доброта	0,5 ч.
31.10.13	5.	Грусть	0,5 ч.
07.11.13	6	Поссорились-помирились	0,5 ч.
14.11.13	7.	Приходи ко мне играть. В гостях у веселых клоунов.	0,5 ч.
21.11.13	8.	Дружба и доверие. Я учусь дружить.	0,5 ч.
28.11.13	9.	Страх.	0,5 ч.
05.12.13	10.	Обида. Обиженный и обижающий человек.	0,5 ч.
12.12.13	11.	Стыд. Вина. Повторный инструктаж по технике безопасности	0,5 ч.
19.12.13	12.	Как преодолеть свой гнев	0,5 ч.
26.12.13	13.	Тренинговое занятие «Мое настроение»	0,5 ч.
23.01.14	14.	Шкатулка сказок	0,5ч.
30.01.14	15.	Сказочная страна. Рисование эмоций.	0,5ч.
06.02.14	16	Разные чувства. Закрепление знаний о чувствах.	0,5 ч.
10.02.14	17	Мы вместе. Заключительное занятие.	0,5 ч
			<b>Итого: 17 занятий,</b>

			<b>8,5</b> <b>часов.</b>
--	--	--	-----------------------------

