

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

СОГЛАСОВАНА  
на заседании педагогического совета  
Протокол №2 от 31.10.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом Центра «Доверие»  
№ 38/1-од 01.11. 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
по развитию психических процессов  
«Познай себя»**

Возрастная категория: 3-8 лет  
Направленность: социально-гуманитарная

Срок реализации: 4 года

Разработчики программы:  
Иванова М.Н. - педагог-психолог  
Петрова О.В. - педагог-психолог

г. Нижнеудинск  
2023 г.

## Содержание

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по развитию психических процессов
  - 1.1. Пояснительная записка
  - 1.2. Цель и задачи программы
  - 1.3. Содержание программы
  - 1.4. Планируемые результаты
2. Комплекс организационно-педагогических условий
  - 2.1. Календарный учебный график
  - 2.2. Условия реализации программы
  - 2.3. Формы аттестации программы
  - 2.4. Методические материалы
3. Список литературы

# 1. Комплекс основных характеристик адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы для детей с ЗПР

## 1.1. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением 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";
- 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;

Данная программа разработана в соответствии с учетом индивидуальных особенностей психического развития контингента обучающихся с нормой развития.

Единые образовательные стандарты предполагают, что моделью успешного современного человека должна стать творческая, активная личность, способная проявить себя в нестандартных условиях, которая может гибко и самостоятельно использовать приобретенные знания в разнообразных жизненных ситуациях.

Одним из путей решения данной проблемы является создание условий для развития способностей каждого ребёнка. Программа «Познай себя» призвана начать эту работу с детьми дошкольного возраста. Она предназначена для детей 3-8 лет и задаётся целью эмоционально-познавательного развития личности ребёнка. Занятия направлены на развитие у детей определённых личностных качеств и различных психических функций, которые создают основу для успешного развития дошкольника.

**Направленность:** социально-педагогическая.

### **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.

Самой продуктивной формой обучения в данном возрастном периоде является игра, поэтому реализация программы «Познай себя» осуществляется на основе погружения в игровое пространство. Доказано, что обучающая задача, поставленная в игровой форме, имеет то преимущество, что ребёнок учится и приобретает умения без особого над собой усилия. Условия игры сами диктуют ребёнку необходимость приобретения новых действий и навыков. Развивающая игра является активной и осмысленной для ребёнка деятельностью, потому что в ней он может проявить себя, реализовать свой творческий потенциал и перенести приобретённые умения в другие условия. Перенос усвоенного опыта в новые ситуации является важным показателем развития творческой инициативы ребёнка.

За последние года отмечается тревожная тенденция роста количества детей с несформированностью психических процессов, эмоционально-коммуникативной сферы, которые обусловлены экологическими, социально-психологическими и другими факторами, а также их сочетанием.

Значительная часть детей, получив своевременную коррекционную помощь, усваивает программный материал и «выравнивается» к поступлению в начальную школу.

Ребенок, который имеет подобные трудности в своем развитии, требует тщательного психолого-педагогического изучения для определения оптимальных и эффективных методов обучения.

**Отличительные особенности:**

Отличительной особенностью программы является то, что она предусматривает непрерывное психологическое сопровождение и развитие ребенка на протяжении всего дошкольного возраста, с учётом динамики развития каждого психического процесса и каждой сферы психики по месяцам в течение каждого года.

Рабочая программа разработана на основе программы Н.Ю. Куражевой «Цветик-семицветик», дополнена занятиями в течение учебного года на развитие психических процессов с использованием игрового набора «Дары Фребеля».

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:** дети дошкольного возраста 3 – 8 лет

Программа составлена для детей с нормой интеллектуального развития, у которых есть нарушения в развитии психических процессов и эмоционально-волевой сферы.

Развитие ребёнка 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.

Ребёнок воспринимает окружающий его социальный мир, не совсем так, как видим и понимаем его мы, взрослые. В силу малого жизненного опыта, особенностей развития процессов восприятия, мышления, воображения, ещё только формирующихся представлений и понятий, высокой эмоциональности ребёнок принимает и понимает социальный мир по-своему.

Сложности в развитии психического здоровья представляет собой общую психическую незрелость, низкую познавательную активность, которая проявляется, хотя и не равномерно, но во всех видах психической деятельности. Этим обусловлены особенности восприятия, памяти, внимания, мышления и эмоционально-волевой сферы детей. Отмечается недостаточность процесса переработки сенсорной информации. Зачастую дети не могут целостно воспринимать наблюдаемые объекты, они воспринимают их фрагментарно, выделяя лишь отдельные признаки. У них беден и узок круг представлений об окружающих предметах и явлениях. Представления нередко не только схематичны, не расчленены, но даже и ошибочны, что самым отрицательным образом сказывается на содержании и результативной стороне всех видов их деятельности.

Среди характерных нервно-психических нарушений наиболее ярко проявляется следующее: нарушение умственной работоспособности, произвольной деятельности и поведения детей, быстрой истощаемостью любым видом деятельности, повышенной возбудимостью, раздражительностью, двигательной расторможенностью, эмоциональной неустойчивостью, нарушений функций внимания, памяти. В одних случаях проявляется гипертормозимость - признаки общего и двигательного беспокойства, в других – проявление заторможенности, вялости, пассивности. Недостаточно сформирована моторика пальцев рук.

Своеобразна и речь детей. Речевые нарушения проявляются в недостаточности развития всех сторон речи. Недостаточная сформированность устной речи сочетается с недоразвитием фонематического анализа и синтеза, в связи с этим дети испытывают выраженные трудности в усвоении навыков чтения и письма. Негрубое недоразвитие речи может проявляться в нарушениях звукопроизношения, бедности и недостаточной дифференцированности словаря, трудностях усвоения логико-грамматических конструкций. У значительной части детей наблюдается недостаточность фонетико-фонематического восприятия, снижения слухоречевой памяти.

**Объем программы:** 296 академических часов

**Форма обучения:** очная, дистанционная.

**Методы обучения:**

- словесные (рассказ, беседы, работа по устным рекомендациям, проведение викторин, конкурсов, информирование);
- наглядные (демонстрация иллюстративного материала, показ приёмов работы, работа по заданиям, просмотр видеоматериалов, исторических мультфильмов, документальных фильмов);
- практические (организация продуктивной деятельности);
- эвристические, поисковые;
- электронные образовательные ресурсы (ЭОР) (аудио-, видео-, компьютерные презентации).

**Срок освоения программы:** 4 года

**Режим занятий:**

Продолжительность занятия устанавливается в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, допустимой нагрузки с учетом санитарных норм и правил:

для детей от 3 до 4 лет – не более 15 минут,

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

для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут,

для детей от 6 до 7 лет – 25 минут.

Последовательность предъявления тем и количество часов в каждую тему могут варьироваться в зависимости от интереса детей и результатов наблюдений психолога.

Количество занятий в неделю – 2 занятия, количество может быть изменено в зависимости от уровня психологической зрелости ребенка. Перерыв между занятиями 10 минут.

## **1.2. Цель и задачи программы**

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

### **Задачи программы:**

#### **Задачи первого года обучения:**

- развивать эмоциональную сферу детей, знакомить их с основными эмоциями – радостью, грустью, злостью;
- развивать у детей навыки распознавать свои эмоциональные проявления и эмоциональные проявления других людей по мимике, голосу, а также определять эмоции по схематическим изображениям и графическим образам;
- развивать у детей умение конструктивно справляться с отрицательными эмоциями – грустью, страхом, гневом; способствовать преодолению обидчивости у детей; способствовать преодолению страхов;
- развивать у детей умение соблюдать правила, ритуалы;
- 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;
- 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 третьего 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;
- формировать у них позитивное отношение к своему «Я», повышать уверенность в себе;

#### **Задачи четвертого 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 блока (раздела)	всего часов
1	Диагностика	8
2	Формирование успешной эмоциональной адаптации ребенка в учреждении	20
3	Формирование эмоциональной отзывчивости ребенка. Дружба и взаимопомощь.	22
4	Формирование основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились?	24
Итого		74

### 2 год обучения

N	Наименование блока (раздела)	всего часов
1	Диагностика	8
2	Формирование «детских чувств» дошкольника. Какой Я.	20
3	Развитие свободы выражения своих чувств через органы восприятия	22
4	Формирование основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились?	24
Итого		74

### 3 год обучения

N	Наименование блока (раздела)	всего часов
1	Диагностика	8
2	Формирование уверенности в себе. Что мы умеем?	20
3	Формирование умения общаться. Полороловое поведение.	22
4	Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились?	24



Итого	74
-------	----

#### 4 год обучения

N	Наименование блока (раздела)	всего часов
1	Диагностика	8
2	Формирование моральных чувств. Правила поведения на занятии.	20
3	Развитие самооценки ребенка. Знаю ли я себя?	22
4	Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились?	24
Итого		74

В программу включены задания, учитывающие степень и уровень развития ребенка, обучение от простого к сложному. 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 «Цветик - семицветик», «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 (Кошечка Бессмертного, Змея Горыныча, Бабы Яги, Ивана-царевича), социальных и семейных ролей (учителя, директора, мамы, бабушке), неодушевленных 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 блока (раздела)	Месяц	Темы занятий	Количество часов	
			теория	практика
Диагностика	Сентябрь		2	2
Формирование успешной эмоциональной адаптации ребенка в учреждении	Сентябрь	Знакомство	1	1
		Волшебные слова	1	1
	Октябрь	Правила поведения на занятии	1	1
		Листопад	1	1
		Цвета осени	1	1
	Ноябрь	Давайте дружить	1	1
		Моя радость	1	1
		Моя грусть	1	1
		Мой гнев	1	1
		Словарик эмоций	1	1
Формирование эмоциональной отзывчивости ребенка. Дружба и взаимопомощь.	Декабрь	Здравствуй, зима!	1	1
		Восприятие цвета. Обобщение: овощи, фрукты.	1	1
		Восприятие формы	1	1
		Письмо Деду Морозу. Чему я научился.	1	1
	Январь	Новый год	1	1
		Восприятие величины (большой-маленький)	1	1
		Восприятие величины (широкий-узкий)	1	1
	Февраль	Сказка «Сбежавшие игрушки». Обобщение: игрушки.	1	1
		Сказка «Теремок». Обобщение: животные	1	1
		К.И. Чуковский «Федорино	1	1

		горе». Обобщение: посуда		
		Л.Ф. Воронкова «Маша-растеряша». Обобщение: одежда, обувь.	1	1
Формирование основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились?	Март	Сказка «Репка». Обобщение: мебель.	1	1
		Сказка «Репка». Дружба, взаимопомощь	1	1
		Здравствуй весна!	1	1
		Приметы весны	1	1
	Апрель	День смеха	1	1
		Музыканты	1	1
		Я слышу и вижу мир	1	1
		Здравствуй весна. Обобщение: насекомые	1	1
	Май	Мой дом	1	1
		Каким я стал	1	1
		Чему я научился	1	1
	Здравствуй лето	1	1	
Диагностика	Май		2	2
Всего			74	

## 2 год обучения

Наименование блока (раздела)	Месяц	Темы занятий	Количество часов	
			теория	практика
Диагностика	Сентябрь		2	2
Формирование «детских чувств» дошкольника. Какой Я.	Сентябрь	Знакомство	1	1
		Мы все разные	1	1
	Октябрь	Давайте дружить	1	1
		Правила поведения на занятии	1	1
		Цвета осени	1	1
		Волшебные слова	1	1
	Ноябрь	Моя радость, грусть	1	1
		Мой гнев	1	1
	Словарик эмоций	1	1	
	Восприятие свойств сенсорных эталонов предметов (цвет, форма, величина)	1	1	
Развитие свободы своих чувств через органы восприятия	Декабрь	Восприятие свойств предметов (тяжелый-легкий, прозрачный-непрозрачный,	1	1

		сухой-мокрый, горячий-холодный)			
		Здравствуй, зима!	1	1	
		Письмо Деду Морозу. Чему я научился.	1	1	
		Мои помощники ручки, ножки	1	1	
Январь		Новый год	1	1	
		Мои помощники глазки, ушки, носик	1	1	
		Цвет зимы	1	1	
Февраль		Учимся честно говорить о проступке	1	1	
		Что нам надо кушать?	1	1	
		Папин день	1	1	
		Сказка «Теремок»	1	1	
Формирование основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились?	Март	Мамин праздник	1	1	
		Всегда ли мы поступаем правильно	1	1	
		Девочки-припевочки	1	1	
		Приметы весны	1	1	
	Апрель	День смеха	1	1	
		Время	1	1	
		Часы	1	1	
		Мой дом	1	1	
	Май	Моя семья	1	1	
		Каким я стал	1	1	
	Чему я научился	1	1		
	Здравствуй лето	1	1		
Диагностика	Май		2	2	
Всего			74		

### 3 год обучения

Наименование (блока) раздела	Месяц	Темы занятий	Количество часов	
			теория	практика
Диагностика	Сентябрь		2	2
Формирование уверенности в себе. Что мы умеем.	Сентябрь	Знакомство	1	1
		Путешествие в деревню	1	1
	Октябрь	Страна «Психология»	1	1
		Прогулка вслепую	1	1
		Моя семья	1	1
		Радость, грусть	1	1
	Ноябрь	Пойми меня	1	1
		Старичок-лесовичок	1	1

		Праздник Осени	1	1	
		Словарик Эмоций	1	1	
Формирование умения общаться	Декабрь	В гостях у сказки	1	1	
		Снежная баба	1	1	
		Новый год	1	1	
			Хитрая лиса	1	1
	Январь	Морозко	1	1	
		Какие мы разные	1	1	
			Покажи, изобрази	1	1
	Февраль	Я большой	1	1	
		Моя семья	1	1	
			Из чего же сделаны наши мальчишки?	1	1
			Слушай свое тело	1	1
Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились.	Март	Мамин день	1	1	
		Я и мои друзья	1	1	
		Дружная компания	1	1	
			Миришь, миришь	1	1
	Апрель	День смеха	1	1	
		«В гостях у сказки»	1	1	
			Ловкие и смелые	1	1
			Страна Я. Черты характера (добрый-злой, ленивый-трудолюбивый, щедрый-жадный)	1	1
	Май	Я внимательный	1	1	
		Необычные дела	1	1	
		Неразлучники	1	1	
Я особенный		1	1		
Диагностика	Май		2	2	
Всего			74		

#### 4 год обучения

Наименование (блока) раздела	Месяц	Темы занятий	Количество часов	
			теория	практика
Диагностика	Сентябрь		2	2
Формирование моральных чувств. Правила поведения на занятии.	Сентябрь	Знакомство	1	1
		Создание Лесной школы	1	1
	Октябрь	Букет учителю	1	1
		Смешные страхи	1	1
		Игры в школе	1	1
		Школьные правила. Вежливость	1	1
	Ноябрь	Собирание портфеля	1	1

		Белочкин сон. Чистота	1	1
		Госпожа Аккуратность	1	1
		Подарки в день рождение	1	1
Развитие самооценки ребенка. Знаю ли я себя?	Декабрь	Домашнее задание	1	1
		Школьные оценки	1	1
		Ленивец, списывание	1	1
		Здравствуй, Новый год	1	1
	Январь	Подсказка	1	1
		Обманный отдых	1	1
		Бабушкин помощник	1	1
	Февраль	Прививка	1	1
		Больной друг	1	1
		Ябеда	1	1
		Шапка-невидимка	1	1
Закрепление основных эмоционально-волевых качеств ребенка. Чему мы научились.	Март	Спорщик, обида	1	1
		Хвосты	1	1
		Драки	1	1
		Солнышки	1	1
	Апрель	Грубые слова	1	1
		Дружная страна	1	1
		Наши мечты	1	1
		Какой Я?	1	1
	Май	Мои эмоции и Я	1	1
		По морям, по волнам	1	1
		Сказочное путешествие	1	1
		До свидания, Лесная школа!	1	1
Диагностика	Май		2	2
Всего			74	

#### 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, умеет осознанно регулировать и контролировать 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.

### **3. Комплекс организационно – педагогических условий**

**2.1. Календарный учебный график** на учебный год представлен в Приложении 1. **2.2.**

#### **Условия реализации программы**

Занятия по реализации данной программы проводятся в кабинете педагога-психолога. Площадь обеспечивает ребенку свободу движений, возможность смены деятельности. Обеспечена доступность дидактических материалов, право выбора. Создана комфортная психологически безопасная среда.

#### **Электронные образовательные ресурсы для педагогов и родителей:**

- <http://www.deti-66.ru/> - интересный портал для педагогов и родителей;
- [Особое детство https://www.osoboedetstvo.ru/](https://www.osoboedetstvo.ru/) Сайт для родителей детей с нарушениями развития и специалистов. Представлена информационная база, содержащая законодательные и сопутствующие материалы по защите прав ребенка на образование и реабилитацию; библиографический аннотированный каталог книг, классифицированных по типам нарушений развития и видам терапии; страницы с личными историями детей; в разработке - информация об организациях и учреждениях;
- <http://www.montessori-press.ru> – интернет журнал «Монтессори», все о системе Марии Монтессори;
- <http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы;
- <http://logozavr.ru/> - Логозаврия: сайт детских компьютерных игр. Представлены обучающие, развивающие и развлекающие онлайн (online) флеш-игры для детей от 3 до 12 лет и взрослых. Для обучения дошкольников и младших школьников особый интерес представляет раздел "Уроки мудрой совы";
- <http://adalin.mospsy.ru/> - развивающие занятия с детьми, подготовка к школе;
- <http://www.solnet.ee/prize06.html> - детский портал «Солнышко»;
- [Наши детки https://ourkids.ru/](https://ourkids.ru/) большое количество практического материала для всестороннего развития детей

#### **2.3. Форма аттестации**

Изучение уровня актуального развития ребёнка имеет важное значение для педагогов. Зная его уровень актуального развития, его особенности - педагог сможет с первых дней обучения продумать индивидуальный подход к каждому ребёнку, выстроить линию по созданию условий успешного психологического развития каждого ребёнка.

Форма аттестации подразумевает проведение диагностических занятий.

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.

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.

## **2.4. Методические материалы**

### **2.5.**

#### **Центр сенсорного развития в кабинете педагога-психолога**

1. Звучащие игрушки (погремушки, пищалки, свистки, дудочки, колокольчики, бубен).
2. Презентация с записью для развития слухового восприятия.
3. Предметные картинки с изображениями зверей и птиц.
4. Настольно-печатные игры для развития зрительного восприятия и профилактики нарушений письменной речи («Узнай по контуру», «Чья тень?», «Чего не хватает?», «Узнай по деталям»).
5. Палочки Кюизенера.
6. Занимательные игрушки для развития тактильных ощущений («Тактильные кубики», «Тактильные коврики»).
7. «Волшебный бассейн» с мелкими деревянными, резиновыми и пластиковыми игрушками.

#### **Центр моторного и конструктивного развития в кабинете педагога-психолога**

1. Плоскостные изображения предметов и объектов для обводки по изучаемым лексическим темам.
2. Разрезные картинки по изучаемым темам.
3. «Пальчиковые бассейны» с различными наполнителями (крупа перловка, цветной рис).
4. Массажные мячики разных цветов су-Джок.
5. Игрушки-шнуровки, игрушки-застежки.
6. Мелкая и средняя мозаики и схемы выкладывания узоров из них.
7. Мелкие и средние бусы разных цветов и леска для их нанизывания.

#### **Центр игр и игрушек для мальчиков**

1. Модели машин разного размера из разных материалов.
2. Сборные модели машин.
3. Игрушки трансформеры
4. Строительный набор
5. Фигурки для обыгрывания построек
6. Разрезные картинки и пазлы (машины, мотоциклы, самолеты)
7. Артикуляционная гимнастика для мальчиков.

#### **Центр игр и игрушек для девочек**

1. Куклы и комплекты одежды для них
2. Кукольный домик
3. Набор мебели для кукол
4. Кукольный сервиз
5. Плоскостные изображения кукол и одежда для них
6. Разрезные картинки и пазлы с изображениями кукол
7. Артикуляционная гимнастика для девочек

#### **Центр уединения**

1. Подушки

- 2.Игушки-моталки
- 3.Игрушки-антистресс
- 4.Массажные мячики

### **Центр песочной терапии**

- 1.Юнгианская песочница
- 2.Набор песочный
- 3.Набор кистей

### **3.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
13. Ротарь Н.В., Карцева Т.В. Занятия для детей с задержкой психического развития. – Волгоград: Учитель, 2014. – 153с.