

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
БЕРДЮЖСКОГО РАЙОНА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКИЙ САД «МАЛЫШОК» ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО
ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ
ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ**

ул. Кирова, 8, с.Бердюжье, Бердюжского района, Тюменской области, 627440, тел/факс (34554) 2-23-90, 2-18-43

СОГЛАСОВАНО
Решением педагогического
совета МАУ Бердюжского района
ДО детский сад «Малышок»
Протокол №1 от «___»___ 2023 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ Бердюжского района
ДО детский сад «Малышок»
_____ Г.А. Грачёва
«___»___ 2023 год

**Дополнительная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Познай себя»**

Сроки реализации программы: 8 месяцев, 32 часа
Программа рассчитана на детей в возрасте 4 – 5 лет

Автор-составитель: Судник Лилиана Вячеславовна,
педагог – психолог МАУ Бердюжского района ДО детский сад
«Малышок»

с. Бердюжье
2023г

Содержание

| | | |
|------------|--|----|
| Раздел I. | Комплекс основных характеристик программы | 3 |
| 1. | Пояснительная записка | 3 |
| 2. | Целеполагание программы | 4 |
| 3. | Учебный план | 5 |
| 4. | Содержание программы | 7 |
| Раздел II. | Комплекс организационно-педагогических условий | 8 |
| 5. | Календарный учебный график | 8 |
| 6. | Методические материалы | 8 |
| 7. | Формы контроля. Оценочные материалы | 9 |
| 8. | Информационное и материально-техническое обеспечение программы | 9 |
| 9. | Список используемой литературы | 10 |

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Познай себя» (далее - программа) относится к программам **социально-гуманитарной направленности**.

Данная программа направлена на повышение самооценки детей, сплочению детского коллектива, снижению конфликтности, развитию у детей эмпатии, творческих способностей, воображения самооценки и взаимооценки, наблюдательности, воспитание основ нравственности, профилактике и психокоррекции агрессивности, конфликтности, замкнутости и тревожности.

Актуальность программы: Личность развивается и совершенствуется под влиянием других людей, приспосабливается к выполнению в обществе конкретных обязанностей, несёт за своё поведение, действия и поступки определённую ответственность. Этот процесс получил название социализации, основным содержанием которого является передача обществом социально-исторического опыта, культуры, правил и норм поведения, ценностных ориентаций, кроме того, усвоение их индивидом.

Новизна: Программа направлена на создание условий развития ребёнка, открывающих возможности для его гармоничного личностного развития на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками; на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Педагогическая целесообразность программы «Познай себя»: При участии взрослых, которые организуют, контролируют и оценивают поведение и деятельность ребенка, происходит включение ребенка в социальные формы жизнедеятельности, в процессы познания и общения, в различные виды деятельности, включая игру и начальные формы труда. Взрослые, родители, воспитатели во многом определяют своеобразие и сложность психического развития дошкольника, поскольку они включают ребенка в разные сферы жизнедеятельности, корректируя процесс его развития.

2. Целеполагание программы

Цель: формирование у детей представления о его внутреннем мире человека, о его месте в окружающем мире.

Задачи:

Обучающие:

1. обучение навыкам расслабления и психомышечной тренировки;
2. обучение способам устранения беспокойства, возбуждения, скованности, восстановление сил.

Развивающие:

1. развитие любознательности, наблюдательности;
2. развитие умения чувствовать и понимать другого;
3. развитие памяти, внимания;
4. развитие речи;
5. развитие мышления.

Воспитательные:

1. воспитание вежливости, дружелюбия, уважительного отношения к окружающим;
2. воспитание заботливого отношения к себе и близким.

Отличительные особенности заключаются в том, что данная программа учитывает психологические, возрастные, индивидуальные особенности детей. Строится на принципах внимания к потребностям и возможностям воспитанников, создания атмосферы доверия и партнёрства.

Возраст детей, на которых рассчитана программа и срок ее реализации.

В программе участвуют дети среднего дошкольного возраста – 4 – 5 лет. Рассчитана программа на 1 год обучения. Срок реализации 8 месяцев: с октября по май.

Формы и режим занятий

Обучение проводится со всей группой присутствующих детей. Деятельность кружка проводится один раз в неделю. Продолжительность занятий для детей 4 – 5 лет – 20 минут, что равно одному академическому часу.

3. Учебный план

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Познай себя»

| № п/п | Тема | Кол-во занятий | | | Формы аттестации / контроля |
|-------|--------------------|----------------|--------|----------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Моё «Я» | 10 | 3 | 7 | Тест «Дерево с человечками» |
| 2 | «Плохие эмоции» | 11 | 3 | 8 | Оценка эмоционального состояния по типу сдвига цветовой чувствительности |
| 3 | «Забавные истории» | 11 | 3 | 8 | Анализ детских рассказов, с пометками. |
| | Итого | 32 | 9 | 23 | |

Содержание учебного плана

| п/п | Дата проведения | Тема, содержание занятия* | Кол-во часов | | |
|-----|-----------------|---|--------------|----------|-------|
| | | | теория | практика | всего |
| 1 | Октябрь | программа психологических занятий с детьми дошкольного возраста (3-7 лет) «цветик – семицветик» (куражева н.ю., вараева н.в., тузаева а.с., козлова и.а.) стр. 11 – 20. | 1 | 3 | 4 |
| 2 | Ноябрь | программа психологических занятий с детьми дошкольного возраста (3-7 лет) «цветик – семицветик» (куражева н.ю., вараева н.в., тузаева а.с., козлова и.а.) стр. 21 – 28 | 2 | 2 | 4 |
| 3 | Декабрь | программа психологических занятий с детьми дошкольного возраста (3-7 лет) «цветик – семицветик» (куражева н.ю., вараева н.в., тузаева а.с., козлова и.а.) стр. 29 – 33 | 1 | 3 | 4 |
| 4 | Январь | программа психологических занятий с детьми дошкольного возраста (3-7 лет) «цветик – | 1 | 3 | 4 |

| | | | | | |
|----------|----------------|---|---|----|----|
| | | семицветик» (куражева н.ю., вараева н.в., тузаева а.с., козлова и.а.) стр. 34 – 39 | | | |
| 5 | Февраль | программа психологических занятий с детьми дошкольного возраста (3-7 лет) «цветик – семицветик» (куражева н.ю., вараева н.в., тузаева а.с., козлова и.а.) стр. 40 – 49 | 1 | 3 | 4 |
| 6 | Март | программа психологических занятий с детьми дошкольного возраста (3-7 лет) «цветик – семицветик» (куражева н.ю., вараева н.в., тузаева а.с., козлова и.а.) стр. 50 – 59 | 1 | 3 | 4 |
| 7 | апрель | программа психологических занятий с детьми дошкольного возраста (3-7 лет) «цветик – семицветик» (куражева н.ю., вараева н.в., тузаева а.с., козлова и.а.) стр. 59 – 69 | 1 | 3 | 4 |
| 8 | Май | программа психологических занятий с детьми дошкольного возраста (3-7 лет) «цветик – семицветик» (куражева н.ю., вараева н.в., тузаева а.с., козлова и.а.) стр. 70 – 76 | 1 | 3 | 4 |
| | Итого | | 9 | 23 | 32 |

4.Содержание программы

Содержание программы строится на идеях развивающего обучения Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова, с учетом возрастных особенностей и зон ближайшего развития (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин).

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

В своей работе мы придерживались идеи не критичного гуманного отношения к внутреннему миру каждого ребенка (К. Роджерс).

Принцип лично – ориентированного подхода (Г.А. Цукерман, Ш.А. Амонашвили) предлагает выбор и построение материала исходя из индивидуальности каждого ребенка, ориентируясь на его потребности и потенциальные возможности.

Повышение эффективности основано на идеях поэтапного формирования действий (П.Я. Гальперин, Н.Ф. Талызина).

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий

5. Календарный учебный график

| Год обучения, срок учебного года (продолжительность обучения) | Форма обучения/ контроля | Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия | Всего академ. часов в год | Кол-во академ. часов в неделю |
|---|--------------------------|---|---------------------------|-------------------------------|
| 1 год обучения (стартовый уровень) с 01 октября по 31 мая (32 уч. недели) | Очная форма обучения | 1 раз в неделю по 1 часу (1 ак. час: для детей 4 – 5 лет – 20 минут) | 32 | 1 |

6. Методические материалы

Для реализации программы, используются различные методы обучения: словесные, наглядные, игровой, практический.

- **Игровой:** сюрпризный момент, игра. Такой метод обучения позволяет заинтересовать малышей, дольше удерживает их внимание, создает необходимый эмоциональный настрой и положительный мотив деятельности.

- **Словесный:** художественное слово (загадки, стихи, слушание музыкальных произведений, объяснение, поощрение и т. д.

- **Наглядный:** показ картин и иллюстраций, наблюдения за объектами природы, нетрадиционные материалы, игрушки, маски для детей. В процессе занятий наглядность используется в одних случаях для того, чтобы направить усилия ребенка на выполнение задания, в других – на предупреждение ошибок. В конце занятия наглядность используется для подкрепления результата, развития образного восприятия предметов, сюжета, замысла.

- **Практический:** показ способа действий; прием совместных действий педагога и ребенка - сотворчество; прием пассивных движений; упражнение.

Условия проведения программы:

- точное выполнение движений и приёмов;
- занятия должны проводиться в эмоционально комфортной, доброжелательной обстановке, если есть возможность – под спокойную музыку;
- занятия, проходящие в ситуации стресса, не имеют своего воздействия;

Каждое занятие содержит в себе следующие этапы:

1. *Организационный этап* - создание эмоционального настроения в группе; упражнения и игры с целью привлечения внимания детей;
2. *Мотивационный этап* - выяснения исходного уровня знаний детей по данной теме; сообщение темы занятия; появление персонажа;
3. *Практический этап* - подача новой информации на основе имеющихся данных;
задания на развитие познавательных процессов (восприятия, памяти,

мышления, воображения) и творческих способностей;
отработка полученных навыков на практике;

4. *Рефлексивный этап* - обобщение нового материала; подведение итогов занятия.

7. Форма контроля. Оценочные материалы

Для успешной реализации контроля предлагается систематическое отслеживание результатов деятельности ребенка. В программе предусмотрена бальная система оценивания. Также текущий контроль проводится на каждом занятии с целью выявления правильности применения теоретических знаний на практике. Текущий контроль осуществляется посредством следующих форм: педагогическое наблюдение, индивидуальные беседы, творческие работы, проблемные (ситуационные) задачи, практические работы и т. д. Комплексное применение различных форм позволяет своевременно оценить, насколько освоен обучающимся изучаемый материал, и при необходимости скорректировать дальнейшую реализацию программы.

Программа включает в себя входную (в начале года), промежуточную (в середине учебного года) и контрольную (в конце года) диагностику познавательных процессов; эмоциональной, личностной и волевой сферы. Её результаты могут быть использованы в индивидуальном подходе к ребенку на занятиях, в составлении коррекционной программы и в консультировании родителей и педагогов.

8. Информационное и материально-техническое обеспечение программы

Учебно-методический комплекс УМК программы состоит из трёх компонентов:

1. Учебные и методические пособия для педагога и детей.
2. Система средств обучения
3. Система средств контроля результативности обучения

Первый компонент включает в себя составленные педагогом списки литературы и интернет – источников, необходимых для работы педагога и детей, а также сами учебные пособия, включая раздаточный материал— для практических занятий и решения задач по соответствующей теме.

Второй компонент — система средств обучения.

Организационно-педагогические средства:

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа, конспекты занятий;

Дидактические средства:

- разработанные педагогом компьютерные презентации по темам программы;

Третий компонент состоит из:

- диагностических и контрольных материалов (анкеты для детей, тесты по итогам прохождения каждого этапа обучения, заданий по темам программы и т.д.);

Материально-техническое оснащение Программы

Для успешной реализации Программы необходимы:

- рабочее место педагога;
- столы, стулья (по количеству детей);
- стеллажи;
- компьютер
- магнитная доска
- методическое пособие (педагог);
- персональный компьютер с подключением к Интернету (педагог).
- Аудио – видеотека;
- настольно – печатные игры;
- предметные игрушки;
- цветные мелки;
- пластилин;
- краски, карандаши, фломастеры.

9.Список используемой литературы

1. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В. Программа психологических занятий с детьми дошкольного возраста «Цветик – семицветик» Москва: Творческий центр "Сфера", 2011. - 207 с.

2. Крюкова С.В., Донскова Н.И.: «Удивляюсь, злюсь, боюсь...». Программы групповой психологической работы с дошкольниками. Изд-во Генезис, 2014г.

3. Пазухина И.А.: «Развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет» Пособие для практических работников детских садов СПб.: «Детство-Пресс», 2004г.

4. Трясорукова Т.П. «Игры для дома и детского сада на снижение психоэмоционального и скелетно-мышечного напряжения». Ростов-на-Дону: Феникс, 2015г.-29с.

5. Трясорукова Т.П. «Психомоторика. Коррекционно-развивающие игры для детей дошкольного возраста». Ростов-на-Дону: «Март», 2014г.-27с.

6. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В. Диагностический альбом "Цветик-семицветик" для детей 4-5 лет, Москва: Творческий центр «Сфера», 2023г. - 72 с.