

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 8»

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 20 17 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «ДС № 8»
Сидорова С.В. Сидоренко
«31» августа 20 17 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Аптечка для души»

Возраст обучающихся: 5 – 6 лет
Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Котович Евгения Георгиевна,
педагог - психолог

г. Трёхгорный, 2017 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	Ошибка! Закладка не определена.
1.2 Цели и задачи программы	Ошибка! Закладка не определена.
1.3 Содержание программы.....	<u>4</u>
2. ОРГАНИЗАЦИОННО –ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.....	6
2.1 Календарный учебный график.....	6
2.2 Методики исследования эмоционально-волевой и личностной сферы..	10
2.3 Материально- техническое обеспечение.....	11
Литература.....	12

1.Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Психологическое сопровождение выступает важнейшим условием повышения качества образования в современном детском саду. Педагог-психолог дошкольной образовательной организации создает условия для гармоничного становления личности ребенка, обеспечивает его эмоциональное благополучие, помогает дошкольнику продуктивно реализовать индивидуальный путь развития. В нашем ДООУ функционирует кружок под названием «Аптечка для души»

Как известно, более 80% информации в процессе общения передается невербальным способом. А у ребенка «живой язык» спонтанных движений и жестов гораздо в большей

степени отражает характер его коммуникации и появляется задолго до отчетливых речевых навыков. Поэтому включение телесно-ориентированных психотехник и приемов в психокоррекционные программы существенно расширяет их возможности. Способность ребенка контролировать телесные проявления является важным моментом его социализации и тесно связана с формированием основных черт его психики. У ребенка возникает ощущение возможности использовать свое тело как инструмент взаимодействия с окружающим миром. Он учится доверять своему телу, собственным впечатлениям, различать эмоции, усваивает приемы самоконтроля. Телесное взаимодействие является способом поддержания контакта и выхода из него, учит понимать другого человека, т.е. развивает чувство эмпатии и притяжения. Особенно важно формировать позитивные чувства в детской среде.

Программа имеет как профилактически-развивающую направленность в работе с детьми, так и коррекционно-компенсаторную. Программа построена на основе целостного подхода к личности ребенка, принципа единства и гармоничного развития всех сфер его жизнедеятельности, с учетом естественной динамики развития ребенка с основным акцентом на развитие его психомоторной функции.

Игры и упражнения программы помогут развитию координации и равновесию, повышению сенсорной чувствительности, развитию мелкой моторики, зрительного анализатора, снятию психомоторного напряжения, обучению основам саморегуляции, развитию эмоциональной сферы.

Представленная программа построена на основе целостного подхода к личности ребенка с учетом естественной динамики его развития. Основной акцент при этом направлен на совершенствование психомоторной функции. Занятия проводятся один раз в неделю в игровой форме. Каждое занятие состоит из нескольких частей и занимает не более 30-40 минут, что полностью соответствует возрастным, психологическим и

физическим возможностям детей. Цикл занятий рассчитан на девять месяцев (32 занятия). Проводятся занятия в помещении в послеобеденное время. Занятия способствуют формированию положительной самооценки и эмоциональной устойчивости у детей 5–7 лет.

1.2. Целью программы является: формирование у детей навыков самостоятельной деятельности; развитие навыков межличностного взаимодействия. Создание собственного «эмоционального фонда», с помощью которого сможет ориентироваться в своих чувствах и в чувствах других людей.

Основные задачи курса

- ✓ Развивать умение устанавливать и поддерживать контакты со сверстниками и взрослыми.
- ✓ Формировать коммуникативные навыки.
- ✓ Развивать умение чувствовать и понимать другого;
- ✓ Развивать умение осознанно воспринимать эмоции, чувства, переживания других людей, контролировать собственные.
- ✓ Повышать самооценку детей, их уверенность в себе;
- ✓ Способствовать развитию творческих способностей и воображения, индивидуальному самовыражению детей;
- ✓ Развивать любознательность, наблюдательность;
- ✓ Способствовать сплочению группы;
- ✓ Обучать детей приемам мышечного расслабления - базового условия для аутогенной тренировки.

Эти задачи реализуются в процессе разнообразных видов деятельности: игровой, коммуникативной, познавательной-исследовательской, продуктивной.

Методы и средства: Игры, развивающие навыки невербального взаимодействия и вербального общения, беседы, этюды, дидактические игры, рисование, чтение художественных текстов, мимические гимнастики, имитационные игры, психогимнастика, техники и приемы саморегуляции, элементы сказкотерапии.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Месяц	Тема	Теория/практика	Контроль
Сентябрь	1. психодиагностика 2 Психодиагностика 3,4 Вводное занятие	агрессивность -тревожность, самооценка знакомство с группой; изучение психомоторного развития детей, диагностика дыхания; снятие эмоционального напряжения, создание позитивного настроения.	Результаты диагностики
Октябрь	5.Органы чувств 6. Ориентирование в схеме тела. 7. Ориентирование в схеме тела 8. Контакт с телом	отработка навыка группового взаимодействия; ознакомление детей с понятием «органы чувств», с их ролью в познании окружающего мира. ознакомление детей со строением и основными частями тела с использованием собственного тактильного контакта, прикосновениям к частям тела.	Наблюдение
Ноябрь	9. Контакт с телом 10. Контакт с телом 11. Контакт с телом 12. Тело в контакте	развитие сенсорной чувствительности, слуховой и зрительной памяти, дифференциация ощущений.	Наблюдение
Декабрь	13. Тело в контакте 14. Тело в контакте 15. Тело в контакте 16. Развитие невербальной коммуникации	Осознание телесной активности в процессе межличностного взаимодействия, установление различных способов контакта	Наблюдение
Январь	17. Развитие невербальной	- развитие невербальной коммуникации:	Наблюдение

	<p>коммуникации</p> <p>18. Развитие невербальной коммуникации</p> <p>19. Развитие невербальной коммуникации</p>	<p>мимики, пантомимики, жестикуляции</p>	
Февраль	<p>20. Отработка эмоций</p> <p>21. Радость, грусть</p> <p>22. Радость, грусть</p> <p>23. Радость, грусть</p>	<p>Дифференсация собственных чувств и эмоций, а также чувств окружающих</p> <p>Закрепление с детьми эмоций; определение чувств и эмоций по телесным проявлениям-через мимику и пантомимику</p> <p>Акцентирование внимание детей при обсуждении поступков героев фильмов и книг на их положительные черты характера и показ ребенку, что и в отрицательном герое есть черты заслуживающие уважение.</p>	Наблюдение
Март	<p>24.Обида</p> <p>25.Обида</p> <p>26.Злость, гнев</p> <p>27. Злость, гнев</p>	<p>- ознакомление детей с чувством обиды, со способами выражения обиды в вербальной и графической формах</p> <p>Отработка чувства злости и гнева, изучение их форм.</p>	наблюдение
Апрель	<p>28. Злость, гнев</p> <p>29.Злость, гнев</p> <p>30. Страх</p> <p>31.Страх</p>	<p>обучения способам выхода из этих эмоций</p> <p>Создание условий для формирования навыков выплескивания негатива приемлемыми способами.</p> <p>Отработка эмоции страха, и обучение умению справляться с чувством страха через игру, мимику, пантомимику</p>	наблюдение

Май	32. Страх 33. Заключительное занятие 34. Повторная диагностика	Отработка эмоции страха, и обучение умению справляться с чувством страха через игру, мимику, пантомимику Закрепление пройденного материала Проследить динамику изменения в поведении (агрессивность, тревожность, самооценку детей по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми)	Результаты диагностики
-----	--	---	------------------------

Раздел 2

2.1 Календарный учебный график

№	месяц	число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	07	16.15	подгрупповая	30 мин	Психодиагностика	Кабинет психолога	Результаты тестирования
2.	сентябрь	14	16.15	подгрупповая	30 мин	Психодиагностика	Кабинет психолога	Результаты тестирования
3.	сентябрь	21	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Вводное	Кабинет психолога	Работы детей
4.	сентябрь	28	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Вводное	Кабинет психолога	Работы детей
5.	октябрь	05	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Органы чувств	Кабинет психолога	Работы детей

6.	октябрь	12	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Ориентирование в схеме тела	Кабинет психолога	Работы детей
7.	октябрь	19	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Ориентирование в схеме тела	Кабинет психолога	Работы детей
8.	октябрь	26	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Контакт с телом	Кабинет психолога	Работы детей
9.	ноябрь	02	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Контакт с телом	Кабинет психолога	Работы детей
10	ноябрь	09	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Контакт с телом	Кабинет психолога	Работы детей
11	ноябрь	16	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Контакт с телом	Кабинет психолога	Работы детей
12	ноябрь	23	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Тело в контакте	Кабинет психолога	Работы детей
13	ноябрь	30	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Тело в контакте	Кабинет психолога	Работы детей
14	декабрь	07	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Тело в контакте	Кабинет психолога	Работы детей
15	декабрь	14	16.15	подгрупповое	30-35 ми н	Тело в контакте	Кабинет психолога	Работы детей

16	декабрь	21	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Развитие невербальной коммуникации	Кабинет психолога	Работы детей
17	декабрь	28	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Развитие невербальной коммуникации	Кабинет психолога	Работы детей
18	январь	11	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Развитие невербальной коммуникации	Кабинет психолога	Работы детей
19	январь	18	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Развитие невербальной коммуникации	Кабинет психолога	Работы детей
20	январь	25	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Эмоции	Кабинет психолога	Работы детей
21	февраль	01	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Радость, грусть	Кабинет психолога	Работы детей
22	февраль	08	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Радость, грусть	Кабинет психолога	Работы детей
23	февраль	15	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Радость, грусть	Кабинет психолога	Работы детей
24	февраль	22	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Радость, грусть	Кабинет психолога	Работы детей
25	март	01	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Обида	Кабинет психолога	Работы детей

26	март	15	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Обида	Кабинет психолога	Работы детей
27	март	22	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Злость, гнев	Кабинет психолога	Работы детей
28	март	29	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Злость, гнев	Кабинет психолога	Работы детей
29	апрель	05	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Злость, гнев	Кабинет психолога	Открытое занятие
30	апрель	12	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Злость, гнев	Кабинет психолога	Работы детей
31	апрель	19	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Страх	Кабинет психолога	Работы детей
32	апрель	26	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Страх	Кабинет психолога	Работы детей
33	май	03	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Страх	Кабинет психолога	Работы детей
34	май	10	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Заключительное	Кабинет психолога	Результаты тестирования
35	май	17	16.15	подгрупповое	30-35 мин	Психодиагностика	Кабинет психолога	Результаты тестирования

2.2 Психолого - педагогическое обследование личностной и эмоционально-волевой сферы детей

Инструментарий для проведения диагностики:

- Методика «Рисунок семьи» – Хоментаскас Г.Т.
- «Тест тревожности» Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен.
- Методика «Страхи в домиках» модификация М.А. Панфиловой.
- Опросник «Критерии определения тревожности у ребенка» П. Бейкер, М. Алворд
- Опросник для выявления тревожности у ребенка Г.П. Лаврентьевой и Т.М.

Титаренко

- Методика «Эмоционально-цветовой аналогии» А. Лутошкин

2.3 Материально-техническое обеспечение

Расположение кабинета. Кабинет педагога-психолога находится в стороне от помещений хозяйственного и бытового обслуживания. Родители имеют свободный доступ к кабинету.

Кабинет небольшой, пропорциональный и хорошо освещенный. Цветовое сочетание и общий фон не яркие и не подавляющие. Используются успокаивающие тона. Эта цветовая гамма способствует адаптации к помещению и к ситуации взаимодействия с психологом.

Зона игровой терапии имеет особое значение. Здесь происходит устранение возможного напряжения ребенка при контакте с психологом. В кабинете имеются игрушки, которые находятся в свободном доступе для детей. Наличие свободного пространства для активных игр и занятий.

Зона релаксации и психического расслабления помогает снимать усталость, располагает к отдыху и расслаблению. Зона представлена: пузырьковой колонной, волшебной нитью с контролером, пучком волокон с боковым точечным свечением «Звездный дождь», светильником «Пламя», креслом -пуфом с гранулами, мячом –гигантом, детским подвесным цилиндром, матом, кривым зеркалом, магнитофоном и музыкальными произведениями для релаксации.

Зона развивающих занятий оснащена детским столиком для занятий, детскими стульями, магнитной доской, и техническими средствами обучения (магнитофон, ПК).

Оборудование кабинета:

1. Шкаф-стеллаж для документации, методической литературы, инструментария.
2. Оргтехника: Компьютер, магнитофон, калькулятор.
3. Диски с произведениями классической музыки, звуками природы, релаксационным композициями, детскими песнями различного эмоционального содержания.

4. 2 стула для взрослых.
5. 6 детских стульчиков.
6. Стол детский для занятий.
7. Письменный стол.
8. Зеркало (для занятий с детьми).
9. Искусственное освещение (лампа дневного света).
10. Полки для рабочего материала.

Примерный перечень рабочего материала:

1. Практический материал для проведения психолого-педагогического обследования. Диагностический инструментарий, раздаточный тестовый материал, бланки методик для индивидуального тестирования.
2. Сюжетные или образные игрушки
3. Мозаика.
4. Книги для просмотра детьми.
5. Лото – тематика по предпочтениям (фрукты, овощи, животные, транспорт).
6. Счетный материал.
7. Игрушки-забавы.
8. Настольные, развивающие, дидактические игры: Развиваем память; Развиваем мышление; Развиваем внимание; Развиваем воображение; Лабиринты; Наши чувства и эмоции; Подбери картинку; Поймай рыбку; Волшебные узоры; Что к чему и почему; Предметы и контуры; Что лишнее; и тд.
10. Эмоциональный уголок: выставка картинок с эмоциями радости, грусти, страха, удивления.
11. Демонстрационный и раздаточный материал к коррекционно-развивающим занятиям.
 - Эмоциональные зеркала
 - Эмоциональный альбом
 - Сюжетные картинки по разделам
 - тематические карточки
12. Канцтовары
13. Методическая литература.

Литература:

1. И.В. Ганичева Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми (5-7 лет) Москва 2014
2. Л.А. Никифорова Вкус и запах радости Москва 2015