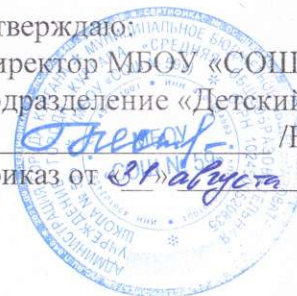


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №59» структурное подразделение «Детский сад «Звездочка»

Принята на заседании
педагогического совета
от 31 августа 2021 г.
протокол № 10

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №59» структурное
подразделение «Детский сад «Звездочка»
Е.Н. Несговорова
приказ от 31 августа 2021 г. № 70



Дополнительная общеразвивающая
программа социально-гуманитарной направленности

«Познай себя»

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Срок реализации: 2021-2022 уч.год

Автор-составитель: Сеногноева Наталья Михайловна

Педагог-психолог высшей квалификационной категории

г. Курган 2021

Содержание

Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы. Планируемые результаты	4
Рабочая программа	4
Учебный план	4
Содержание программы	5
Тематическое планирование	7
Комплекс организационно-педагогических условий	7
Календарный учебный график	8
Формы текущего контроля	8
Материально-техническое обеспечение	8
Методические материалы	9
Предполагаемый результат	9
Оценочные материалы	9
Список литературы	9

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы	Психолого-педагогическая
Актуальность программы	Сейчас дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они всегда не способны не только понять чужие эмоции, но и осознать свои, не могут выразить свои чувства, а если и выражают их, то зачастую в резкой форме. Отсюда возникают проблемы в общении со сверстниками и взрослыми. К тому же обеднённая эмоциональная сфера является причиной замедления развития сферы интеллектуальной. У детей с угнетённой эмоциональной сферой процесс социализации проходит довольно трудно, им сложно усвоить правила поведения в обществе, и это может привести к негативным последствиям. Поэтому, эмоции играют важную роль в жизни детей.
Отличительные особенности программы	Программа реализуется в старшей группе № 6 МБОУ «СОШ №59» структурное подразделение «Детский сад «Звездочка»
Адресат программы	Занятия кружка «Познай себя» проводятся с детьми старшего дошкольного возраста (5-6 лет)
Срок реализации (освоения) программы	Продолжительность программы: 36 недель
Объем программы	Общее количество учебных часов - 18
Формы обучения, особенности организации образовательного процесса	Формы обучения: малой группой , парные, индивидуальные Очная форма обучения, численный состав группы - 6 детей Режим занятий: 2 раза в месяц, длительность - 25 минут, по понедельникам
Уровни сложности содержания программы	Стартовый (ознакомительный)

1.2. Цели и задачи программы. Планируемые результаты

Цель: способствовать развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста

Задачи:

1. Сформировать у детей представление о внутреннем мире человека, о его месте в окружающем мире;
2. Развивать умение чувствовать и понимать другого;
3. Повысить самооценку детей, их уверенность в себе;
4. Способствовать развитию творческих способностей и воображения, индивидуальному самовыражению детей;
5. Развивать любознательность, наблюдательность;
6. Способствовать сплочению детского коллектива;

Ожидаемые конечные результаты программы

1. Расширение у детей круга понимаемых эмоций
2. Дети научились выражать свое эмоциональное состояние вербально, мимикой, в рисунке, движениями;
3. Дети знают способы, как выплеснуть свои эмоции и никому не навредить.;
4. Повысится уровень саморегуляции.

1.3. Рабочая программа Учебный план

	Название раздела программы	1 квартал (сентябрь, октябрь, ноябрь)			2 квартал (декабрь, январь, февраль)			3 квартал (март, апрель, май)		
		Количество часов			Количество часов			Количество часов		
		всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика
1.	«Я сам»	6 часов	60 мин	90мин						
	Промежуточная аттестация	Методика самооценки - рисунок «Ежик», «Дом- дерево- человек»								
2.	«Я и другие дети»				6 часов	30 мин	120 мин			
	Промежуточная аттестация				Методика самооценки - рисунок «Кактус» «Какое я животное»					
3.	«Я и культура общения»							6 часов	30 мин	120мин
								Методика самооценки - рисунок «Я в детском саду» Выставки творческих работ для детей и родителей, фотоотчет		

Содержание программы

Раздел 1. «Я сам»

Тема 1. Я сам «Мое имя».

Количество часов: теория -10 мин, практика - 15 мин.

Теория: Формировать, конкретизировать представление о себе.

Практика: рассказать о себе, визитную карточку: что люблю, что умею, чему хочу научиться, что считаю правильным. Рисунок своего имени, кем ты себя представляешь.

Тема 2. Я сам «Мое имя».

Количество часов: теория -10 мин, практика - 15 мин.

Теория: Продолжить формировать, конкретизировать представление о себе.

Практика: рассказать о себе, визитную карточку: мои мечты. . Рисунок своей ладони, на каждом пальце нарисовать свои мечты.

Тема 3. Я сам «Кто я такой».

Количество часов: теория -10 мин, практика - 15 мин.

Теория: Продолжить формировать, конкретизировать представление о себе.

Практика: рассказать о себе, визитную карточку: индивидуальные особенности своей внешности, возраст, пол. Рисунок - автопортрет

Тема 4. Я сам «Кто я такой».

Количество часов: теория -10 мин, практика - 15 мин.

Теория: Продолжить формировать, конкретизировать представление о себе.

Практика: рассказать о себе, визитную карточку: сравнение своей внешности с другими детьми группы с кем попохож в своей семье..

Рисунок - автопортрет, как я буду выглядеть когда вырасту, каким я себя представляю.

Тема 5 Я сам «Мое настроение»

Количество часов: теория -10 мин, практика - 15 мин.

Теория: Продолжить формировать, конкретизировать представление о себе.

Практика: рассказать о себе, визитную карточку: что меня раздражает, что радует, что обижает. Рисунок «Дом-дерево-человек»

Тема 6 Я сам «Мое настроение»

Количество часов: теория -10 мин, практика - 15 мин.

Теория: Продолжить формировать, конкретизировать представление о себе

Практика: рассказать о себе, визитную карточку: почему я злюсь. на кого. Рисунок «Кактус»

Раздел 2 «Я и другие дети»

Тема 7 Я и другие дети «Грусть»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: формировать дифференцированное представление о разных эмоциональных состояниях (грусть,обида, злость, страх,радость. удивление)

Практика: беседа- что меня огорчает почему происходит смена настроения где живет грусть. Рисунок -цвет грусти

Тема 8 Я и другие дети «Обида»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: формировать дифференцированное представление о разных эмоциональных состояниях (грусть, обида, злость, страх, радость, удивление)

Практика: беседа- на кого я обижаюсь, почему, что я делаю, когда мне обидно. Рисунок - коллективная работа «Мы хотим заплакать дождиком закапать»

Тема 9 Я и другие дети «Злость»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: формировать дифференцированное представление о разных эмоциональных состояниях (грусть, обида, злость, страх, радость, удивление)

Практика: беседа- на кого я злюсь, почему, что я делаю, когда злюсь. Оценка своего поведения. Рисунок «Ежик».

Тема 10 Я и другие дети «Страх»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: формировать дифференцированное представление о разных эмоциональных состояниях (грусть, обида, злость, страх, радость, удивление)

Практика: беседа- чего боюсь, кто меня спасает от моих страхов. Интеллектуализация страхов. Нейрографика. (рисунок волнистых линий, скругление в местах пересечения, закрашивание в спокойные цвета.)

Тема 11 Я и другие дети «Радость»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: формировать дифференцированное представление о разных эмоциональных состояниях (грусть, обида, злость, страх, радость, удивление)

Практика: беседа- что меня радует, в какой части моего тела живет радость. Какого цвета радость. Раскрашивание акварелью «Мой любимый клоун»

Тема 12 Я и другие дети «Удивление»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: формировать дифференцированное представление о разных эмоциональных состояниях (грусть, обида, злость, страх, радость, удивление)

Практика: беседа- расскажи что тебя удивляет. Каким ты считаешь это чувство? Оно тебе нравится? Рисунок «Какое я животное»

Раздел 3 «Я и культура общения»

Тема 13 Я и культура общения «Поделись с другом радостью»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: способствовать проявлению потребности в ориентации на социально одобряемые поступки.

Практика: беседа- когда мне радостно с кем я поделюсь, как я делюсь радостью. Вырезание «Мой любимый клоун»

Тема 14 Я и культура общения «Удивительное рядом»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: способствовать проявлению потребности в ориентации на социально одобряемые поступки.

Беседа- расскажи удивительную историю из своей жизни. Рисунок - коллективная работа «Клоуны на арене цирка».

Тема 15 Я и культура общения «Я сегодня злюсь расскажи мне сказку»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минт.

Практика: беседа- как помочь другу когда он злится. Оценка социально негативных поступков. Рисунок коллективная работа в нетрадиционной технике с использованием пластмассовых вилок.

Тема 16 Я и культура общения «Человек и его поступки»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: способствовать проявлению потребности в ориентации на социально одобряемые поступки.

Практика: оценка поступков - беседа по картинкам. Разыгрывание ситуаций.

Тема 17 Я и культура общения «Мы все такие разные»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: способствовать проявлению потребности в ориентации на социально одобряемые поступки.

Практика: Беседа - плохое настроение не делает человека плохим. Я расскажу вам какое у меня сегодня настроение. Коллаж «Я сегодня такой котик»

Тема 18 Я и культура общения «Полянка настроений»

Количество часов: теория 5 минут, практика 20 минут.

Теория: способствовать проявлению потребности в ориентации на социально одобряемые поступки.

Практика: Коллективная работа с использованием нетрадиционной техники - рисование пеной для бритья.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела программы	Дата проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма текущего контроля / промежуточной аттестации
1.	<i>Я сам</i>	20.09.2021	25 мин	<i>Мое имя</i>	Тематическое занятие	Методика самооценки - рисунок «Ежик», «Дом-деревочеловек»
		04.10.2021	25 мин	<i>Мое имя</i>		
		18.10.2021	25 мин	<i>Кто я такой</i>	Интегрированное занятие	
		01.11.2021	25 мин	<i>Кто я такой</i>		
		15.11.2021	25 мин	<i>Мое настроение</i>		
		29.11.2021	25 мин	<i>Мое настроение</i>		

2	<i>Я и другие дети</i>	13.12.2021	25 мин	<i>Грусть</i>	Интегрированное занятие	Методика самооценки - рисунок «Кактус» «Какое я животное»
		27.12.2021	25 мин	<i>Обида</i>		
		10.01.2022	25 мин	<i>Злость</i>		
		24.01.2022	25 мин	<i>Страх</i>		
		07.02.2022	25 мин	<i>Радость</i>		
		21.02.2022	25 мин	<i>Удивление</i>		
3	<i>Я и культура общения</i>	07.03.2022	25 мин	<i>Поделись с другом радостью</i>	Интегрированное занятие	Выставки творческих работ для детей и родителей, фотоотчет
		21.03.2022	25 мин	<i>Удивительное рядом</i>		
	04.04.2022	25 мин	<i>Я сегодня злюсь...</i>			
	18.04.2022	25 мин	<i>Человек и его поступки</i>			
	26.05.2022	25 мин	<i>Мы все такие разные</i>			
	30.05.2022	25 мин	<i>Полянка настроений</i>			

2. Комплекс организационно-педагогических условий Календарный учебный график

Количество учебных недель	36 недель
Первое полугодие	с 1.09.2021 по 31.01.2022 г., 17 учебных недель
Второе полугодие	с 10.01.2022 по 31.05.2022 г., 19 учебных недель
Промежуточная аттестация	29.11.2021г., 29.03.2022г. 31.05.2022г.

Формы текущего контроля: 1 раз в квартал, самооценочные работы, выставки творческих работ для детей и родителей, фотоотчет.

Материально-техническое обеспечение:

Спокойная музыка

Ноутбук

Мольберт

Карандаши

Акварель, гуашь, кисти, ватные палочки, клей

Бумага, ватман

Нитки, шнурки, пена для бритья, вилки, одноразовая посуда

Ножницы

Методические материалы

Раздаточные и демонстрационные картинки с ситуациями для бесед.

Стихи, рассказы, сказки нравственной направленности

Конспекты занятий

Предполагаемый результат:

Умение видеть, какие чувства испытывают другие люди.

Формирование готовности демонстрировать социально одобряемое поведение.

Оценочные материалы Самооценочные работы в конце квартала, выставка работ детей в конце года.

Список литературы

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Психологические игры и занятия с детьми. Развиваем эмоциональный интеллект - 2-е изд. - М.: Издательство АСТ, 2020
2. Грабенко Т.М. Просто о важном. Цикл книг. Серия вторая «Эмоциональная жизнь продолжается»: игры, дошкольное и начальное образование. - Сергиев Посад: ООО «Все для вас - Сергиев Посад», 2016
3. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д., Грабенко, Т.М. Практикум по креативной терапии. — Текст/Т.М. Грабенко,Т.Д. Зинкевич-ЕвстигнееваМ.: Речь, 2003
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Мастер сказок - 2-е изд., исп. И доп. - СПб.: Речь, 2016
5. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми.
6. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникативность. Популярное пособие для родителей и педагогов - Ярославль: «Академия развития», 1997
7. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь»