

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ
краевое государственное общеобразовательное бюджетное учреждение «Владивостокская
(коррекционная) начальная школа-детский сад VII вида»

Согласовано
Заместитель директора
по учебной работе КГОБУ
Владивостокской КШ-ДС VII вида
_____/Е.Н.Артишевская/
«__» _____ 2020 г.

Утверждено
директор КГОБУ
Владивостокской КШ-ДС VII вида
_____/И.В. Кормишкина/
Приказ № _____
от «__» _____ 2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «Уроки психологии. Дошкольники»
для воспитанников дошкольных групп
(средняя, старшая, подготовительная)
на 2020 – 2021 учебный год

Составитель:
педагог – психолог Стрельникова С.В.

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от «28» августа 2020 г.

г. Владивосток
2020 г.

I Пояснительная записка

Важная роль в современном образовательном обществе отводится здоровью берегающим технологиям, психологическому сопровождению детей дошкольного возраста с задержкой психического развития в образовательном учреждении, сохранению и укреплению их психологического здоровья. Сегодня проблема психологического здоровья является актуальной и разрабатывается рядом исследователей (В.А. Ананьев, А. Н. Леонтьев, А.М. Степанов, А.Б. Холмогорова и др.). Проблеме психологического здоровья детей посвящены труды И.В. Дубровиной, В.В. Давыдова, О.В. Хухлаевой, Г.С. Никифорова, Н.Ю. Куражевой, Н.В. Вараевой и др.).

Психологическое здоровье является условием адекватного выполнения ребенком своих возрастных, социальных и культурных ролей, обеспечивает возможность непрерывного развития в течение всей его жизни. Психологически здоровый ребенок – это, прежде всего ребенок жизнерадостный, веселый, открытый, познающий себя и окружающий мир, адекватно приспосабливающийся как к благоприятным, так и неблагоприятным условиям.

Рабочая программа педагога-психолога составлена на основе парциальных программ «Тропинка к своему Я» Дошкольники под редакцией Хухлаевой О.В. и «Цветик-семицветик» под редакцией Н.Ю. Куражевой, 2017 г.

Рабочая программа направлена на создание условий для сохранения и формирования психологического здоровья дошкольников, обеспечения эмоционального благополучия, развития адекватного социального поведения, формирования положительного отношения к себе, и отношения к другим людям, раскрытия внутреннего потенциала в разных видах детской деятельности, умения делать выбор и нести за него ответственность, готовности к школьному обучению на начальном этапе образования.

Рабочая программа педагога-психолога разработана и адаптирована для детей дошкольного возраста с задержкой психического развития от 3 до 7 лет.

Актуальность рабочей программы заключается в том, что она позволяет решать проблему психопрофилактики психологического состояния дошкольников в дошкольных возрастных группах, снизить риск отрицательно влияющих факторов (социально-психологических, социально-культурных и социально-экономических) на психологическое здоровье ребенка с задержкой психического развития.

Рабочая программа дополнена диагностическими и мониторинговыми материалами для обследования детей, которые позволяют отследить психическое здоровье дошкольников на трех возрастных уровнях и определить направления дальнейшего психологического сопровождения. Тем самым создаются оптимальные условия для сохранения психологического благополучия детей, коррекции и компенсации умственного и психического развития, успешной адаптации в условиях образовательного учреждения и в социуме.

Дошкольное детство (примерно от 3 до 7 лет) самый интересный и замечательный период в развитии ребёнка, когда фактически складывается личность, самосознание и мироощущение ребёнка. Эти процессы в первую очередь обусловлены общим психическим развитием, формированием новой системы психических функций, где важное место начинают занимать мышление, речь и память ребёнка. К трем годам у большинства детей формируется чувство «Я», т.е. восприятие себя как отдельного индивида, уменьшается чувство зависимости от родителей, появляется желание «расстаться» с матерью и стать более независимым. Мышление ребёнка отрывается от чисто наглядной основы, т.е. переходит от наглядно-действенного к наглядно-образному. Это позволяет перейти к новым типам деятельности - игровой, изобразительной, конструктивной. Кроме того, в этом возрасте уже возникает стойкая потребность в общении со сверстниками, в совместных играх с другими детьми. Поэтому следует, как можно раньше формировать разные источники положительных эмоций. К семи годам у дошкольников должно быть сформировано психологическое здоровье: саморегулируемость, принятие себя и

окружающих, потребность в саморазвитии, рефлексия. Эти качества помогут ребёнку быстро адаптироваться к условиям школьного обучения. Рабочая программа позволяет через групповую работу обучить детей социально приемлемым способам самовыражения, полноценному общению, положительному восприятию себя, адекватному поведению в соответствии с окружающими условиями и событиями, поддержанию положительного эмоционального настроя, воспитать доброжелательное отношение к окружающим, развить способность к эмоциональному сопереживанию.

Цель программы:

сохранение и укрепление психологического здоровья дошкольников с ЗПР, активное развитие всех сфер психики дошкольника (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь, коммуникации и эмоции).

Задачи:

- обучение рефлексивным умениям;
- формирование потребности в саморазвитии;
- содействие психическому здоровью и развитию детей;
- совершенствование коммуникативных навыков;
- формировать умения управлять своим поведением.

Особенности рабочей программы в том, что в неё включено много полифункциональных упражнений, с одной стороны, дающих возможность решать несколько задач, с другой – позволяющих оказывать на детей с разным уровнем эмоционально-волевой сферы коррекционное воздействие; охватывает все стороны формирования психологического здоровья дошкольников; учитывает гендерные различия. Представлены критерии контроля над состоянием психологического здоровья детей.

В диагностической работе используются методики согласно письма Минобрнауки России от 10.02.2015 N ВК-268/07 "О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи"(вместе с "Рекомендациями Министерства образования и науки РФ органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи")

Возраст детей: от 3 до 7 лет

Срок реализации программы: 3 года, 30 занятий в год

Режим групповых занятий:

1 раз в неделю

Средняя возрастная (дошкольная) группа – 20 минут

Старшая возрастная группа – 25 минут

Подготовительная к школе группа - 30 минут;

Форма реализации: групповые, подгрупповые и индивидуальные коррекционно - развивающие занятия с педагогом-психологом.

Ожидаемые результаты:

3-4 года

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется промежуточный контроль (май) – диагностика по критериям психологического здоровья (Экспресс-методика психологической диагностики детей 3 - 4 лет при поступлении в детский сад (Белопольская Н.Л.) (Исследование интеллекта и поведения);

Диагностический комплект Н.Я. Семаго, М.М. Семаго (Исследование особенностей развития познавательной сферы детей, углубленная оценка психического развития, в том числе регуляторной, когнитивной и аффективно-эмоциональной сфер, операциональных характеристик деятельности и межличностных отношений детей дошкольного и

младшего школьного возраста) **от 2,5 до 12 лет;**

Методики психолого-педагогической диагностики, разработанные Е.А.

Стребелевой (диагностический ящик) (Изучение уровня познавательного развития детей раннего и дошкольного возраста) **2 - 7 лет.)**

Ожидаемые результаты к концу первого года обучения:

- ребёнок должен знать своё имя, пол, возраст;
- ребёнок сможет показать заданную эмоцию;
- ребёнок должен иметь представление об основных эмоциональных состояниях (грусть, злость, обида, радость);
- 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;
- у ребёнка может быть сформирована познавательная активность в соответствии с имеющимися индивидуальными и потенциальными возможностями;
- ребёнок научится утешать тех, кто плачет, кого обидели;

5-6 лет

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется промежуточный контроль (май) – диагностика по критериям психологического здоровья (Диагностический комплект Н.Я. Семаго, М.М. Семаго (Исследование особенностей развития познавательной сферы детей, углубленная оценка психического развития, в том числе регуляторной, когнитивной и аффективно-эмоциональной сфер, операциональных характеристик деятельности и межличностных отношений детей дошкольного и

младшего школьного возраста) **от 2,5 до 12 лет;**

Методики психолого-педагогической диагностики, разработанные Е.А.

Стребелевой (диагностический ящик) (Изучение уровня познавательного развития детей раннего и дошкольного возраста) **2 - 7 лет;**

Методика диагностики мотивации учения у детей (Т.А. Нежнова, модификация А.М. Прихожан) (Выявление сформированности внутренней позиции школьника, его мотивации учения) **5 - 7 лет;**

Методика опосредованного запоминания (по А.Н. Леонтьеву) (стандартный набор изображений) (Исследование особенностей мыслительной деятельности ребенка позволяет оценить различные характеристики мышления, в частности критичность, осознание причинно-следственных отношений, умение обобщать и опосредовать, абстрактность, оригинальность мыслительных процессов) **4,5 - 8 лет.)**

Ожидаемые результаты к концу второго года обучения:

- ребёнок будет знать своё имя, пол, возраст;
- ребёнок сможет осознавать свои эмоции, чувства;
- у ребёнка будут формироваться морально-волевые и нравственные качества, исходя из реальных возможностей ребенка;
- ребёнок научится передавать основные образы через мимику, пантомимику, художественно - изобразительные средства;
- ребёнок научится расслабляться по словесной инструкции взрослого;
- у ребёнка сформируется толерантное отношение к сверстникам;
- ребёнок получит навыки не насильственного взаимодействия со сверстниками;
- ребёнок сможет, по мере возможности, естественно проявлять свои чувства, эмоции;
- ребёнок сможет оказать сочувствие сверстнику, если тот огорчён, опечален, расстроен;

6-7 лет

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется итоговый контроль (январь, май) – диагностика по критериям психологического здоровья

(Диагностический комплект Н.Я. Семаго, М.М. Семаго (Исследование особенностей развития познавательной сферы детей, углубленная оценка психического развития, в том числе регуляторной, когнитивной и аффективно-эмоциональной сфер,

операциональных характеристик деятельности и межличностных отношений детей дошкольного и младшего школьного возраста) **от 2,5 до 12 лет;**

Методики психолого-педагогической диагностики, разработанные Е.А.

Стребелевой (диагностический ящик) (Изучение уровня познавательного развития детей раннего и дошкольного возраста) **2 - 7 лет;**

Методика "Лесенка" В.Г. Щур (модиф. А.М.Прихожан) (Выявление системы представлений ребенка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой) **6 - 7 лет;**

Гуткина Н.И. Методика исследования мотивационной сферы детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста (Исследование мотивационной сферы) **Старший дошкольный и младший школьный возраст;**

Методика "Домик". Н.И. Гуткина (Позволяет выявить умение ребенка ориентироваться в своей работе на образец, умение точно скопировать его, выявляет особенности развития произвольного внимания, пространственного восприятия, сенсомоторной координации и тонкой моторики руки.) **Старший дошкольный и младший школьный возраст.**

Ориентировочный тест школьной зрелости Керна-Йерасека (Исследование готовности детей к обучению в школе) **Дошкольный и младший школьный возраст;**

Психологические рисуночные тесты (рисунок человека, рисунок несуществующего животного, рисунок семьи). А.Л. Венгер (Позволяют оценивать психологическое состояние и уровень умственного развития, личностные особенности, межличностные отношения, диагностировать психические заболевания.) и др.

Беседа о школе (модифицированная методика Т.А. Нежновой, А.Л. Венгера, Д.Б. Эльконина) (Выявление сформированности внутренней позиции школьника, его мотивации учения).

Диагностико-прогностический скрининг на начальных этапах обучения (Е.А. Екжанова) (Диагностика уровня развития перцептивно-двигательных навыков, фонематического слуха, внимания, сформированность навыков самоконтроля, планирования и организации произвольной деятельности. Данные обследования позволяют оценить готовность детей к успешному обучению в начальной общеобразовательной школе и их возможности самостоятельного овладения сложной постоянно меняющейся окружающей действительностью) **7 - 8 лет;**

Методика опосредованного запоминания (по А.Н. Леонтьеву) (стандартный набор изображений) (Исследование особенностей мыслительной деятельности ребенка позволяет оценить различные характеристики мышления, в частности критичность, осознание причинно-следственных отношений, умение обобщать и опосредовать, абстрактность, оригинальность мыслительных процессов) **4,5 - 8 лет.)**

Ожидаемые результаты к концу третьего года обучения:

- ребёнок принимает своё имя, возраст, пол, своё прошлое, настоящее, будущее, себя и других людей;
- ребёнок может осознать свои эмоции, чувства;
- ребёнок сможет контролировать своё поведение адекватно обстановке, проявляет самостоятельность, инициативность, в соответствии с имеющимися потенциальными возможностями;
- у ребёнка будет сформировано уважительное отношение к сверстникам, взрослым;
- ребёнок может использовать навыки ненасильственного взаимодействия со сверстниками, основы само-регуляции;
- ребёнок свободно и естественно проявляет свои чувства, эмоции;
- ребёнок оказывает помощь сверстнику, если тот огорчён, опечален, расстроен;
- ребёнок принимает на себя роли;

Формы подведения итогов работы по программе:

- отчеты по итогам учебного года, отчетность на ПМПк, заседаниях м/о, педагогических советах, совещаниях при директоре;
- открытые занятия для педагогов, родителей, специалистов образовательных специальных (коррекционных) ОУ
- анализ диагностики психологического здоровья дошкольников, наблюдения за деятельностью, общением детей в условиях ОУ;
- составление отчетной документации по итогам учебного года.

Возрастные особенности детей с ЗПР

3-4 года

Дети раннего возраста с ЗПР отличаются рядом особенностей. Как правило, это соматически ослабленные малыши, отстающие не только в психическом, но и в физическом развитии. В анамнезе отмечается задержка в формировании статических и локомоторных функций, при обследовании выявляется несформированность всех компонентов двигательного статуса (физического развития, техники движений, двигательных качеств) по отношению к возрастным возможностям. Обнаруживается снижение ориентировочно-познавательной деятельности, внимание ребенка трудно привлечь и удержать. Затруднена сенсорно - перцептивная деятельность. Такие дети не умеют обследовать предметы, затрудняются в определении их свойств. Однако, в отличие от умственно отсталых дошкольников, они вступают в деловое сотрудничество со взрослым и с его помощью справляются с решением наглядно-практических задач. Такие дети почти не владеют речью - пользуются или несколькими лепетными словами, или отдельными звуко- комплексами. У некоторых из них может быть сформирована простая фраза, но способность ребенка активно использовать фразовую речь значительно снижена. У этих детей манипулятивные действия с предметами сочетаются с предметными действиями. При помощи взрослого они активно осваивают дидактические игрушки, однако способы выполнения соотносящих действий несовершенны. Детям требуется гораздо большее количество проб и примериваний для решения наглядной задачи. Их общая моторная неловкость и недостаточность тонкой моторики обуславливают несформированность навыков самообслуживания - многие затрудняются в использовании ложки в процессе еды, испытывают большие трудности при раздевании и особенно в одевании, в предметно-игровых действиях. У таких детей снижены адаптивные возможности. Поступив в дошкольное учреждение, они чаще болеют. Требуется специальная система мер со стороны родителей, медицинских работников, педагогов, психологов для создания необходимых условий, облегчающих процесс адаптации в условиях учреждения.

Возрастные особенности детей с ЗПР

с 5 до 7 лет

Дети старшего дошкольного возраста с ЗПР - это дети с нереализованными возрастными возможностями. Все основные психические новообразования возраста у них формируются с запаздыванием и имеют качественное своеобразие. В дошкольном возрасте у детей с ЗПР выявляется отставание в развитии общей и, особенно, тонкой моторики. Главным образом страдает техника движений и двигательные качества (быстрота, ловкость, сила, точность, координация), выявляются недостатки психомоторики. Слабо сформированы навыки самообслуживания, технические навыки в лепке, рисовании, аппликации, конструировании. Для таких детей характерна рассеянность внимания, они не способны удерживать внимание достаточно длительное время, быстро переключать его при смене деятельности. Им свойственна повышенная отвлекаемость, особенно на словесный раздражитель. Деятельность носит недостаточно целенаправленный характер, дети часто действуют импульсивно, легко отвлекаются, быстро утомляются, истощаются. Могут наблюдаться и проявления инертности - в этом случае ребенок с трудом переключается с одного задания на другое. Также у них недостаточно сформирована способность к произвольной регуляции деятельности и поведения, что затрудняет выполнение заданий учебного типа. Сенсорное развитие также отличается качественным своеобразием. У детей с ЗПР зрение и слух физиологически сохранены, однако процесс восприятия несколько затруднен - снижен его темп, сужен объем, недостаточна точность восприятия (зрительного, слухового, тактильно-двигательного). Память детей с ЗПР отличается качественным своеобразием. В первую очередь у детей ограничен объем памяти и снижена прочность запоминания. Характерна неточность воспроизведения и быстрая утеря информации. В наибольшей степени страдает вербальная память.

Выраженность этого дефекта зависит от происхождения ЗПР. При правильном подходе к обучению, дети способны к усвоению некоторых мнемотехнических приемов, овладению логическими способами запоминания. Значительное своеобразие отмечается в развитии мыслительной деятельности. Отставание отмечается уже на уровне наглядных форм мышления, возникают трудности в формировании сферы образов-представлений. Отмечается подражательный характер деятельности детей с ЗПР, несформированность способности к творческому созданию новых образов, замедлен процесс формирования мыслительных операций. К старшему дошкольному возрасту у детей с ЗПР еще не сформирован соответствующий возрастным возможностям уровень словесно-логического мышления - дети не выделяют существенных признаков при обобщении, а обобщают либо по ситуативным, либо по функциональным признакам.

У детей с ЗПР снижен интерес к игре и к игрушке, с трудом возникает замысел игры, сюжеты игр тяготеют к стереотипам, преимущественно затрагивают бытовую тематику. Несформирована игра и как совместная деятельность: дети мало общаются между собой в игре, игровые объединения неустойчивы, часто возникают конфликты, дети мало общаются между собой, коллективная игра не складывается. Однако, у детей с ЗПР, в сравнении с нормой, уровень развития игровой деятельности достаточно низкий и требует коррекции.

Незрелость эмоционально-волевой сферы детей с ЗПР обуславливает своеобразие формирования их поведения, и личностные особенности. Страдает сфера коммуникации. По уровню коммуникативной деятельности дети отстают от нормально развивающихся детей. При задержке психического развития затруднено социальное развитие ребенка, его личностное становление - формирование самосознания, самооценки, системы "Я". В старшем дошкольном возрасте такой ребенок безынициативен, его эмоции недостаточно яркие, он не умеет выразить свое эмоциональное состояние, затрудняется в понимании состояний других людей. Ребенок не может регулировать свое поведение на основе усвоенных норм и правил, не готов к волевой регуляции поведения. Без специальной коррекционной педагогической помощи такой ребенок оказывается психологически не подготовленным к школе по всем параметрам. Задержка психического развития – наиболее распространенная психическая проблема среди детей. Зачастую ЗПР не является заболеванием и характеризуется лишь небольшим отставанием ребенка в развитии. Обычно обнаруживают, когда ребенку исполняется 6-7 лет, и он идет в школу. Дети с ЗПР несколько отстают от сверстников, хуже усваивают школьные знания, имеют проблемы с дисциплиной и предпочитают игровую деятельность учебной.

Дети со сложной структурой дефекта, обучающиеся в дошкольных группах инклюзивно, (РДА, синдром Дауна, дети с нервно-психическими нарушениями) имеют ряд общих особенностей в своем психомоторном развитии.

Нарушение активного произвольного внимания, которое негативно отражается на функционировании всей познавательной системы ребенка, так как нарушения внимания ведут к нарушениям в восприятии, памяти, мышлении, воображении, речи. Повышенная истощаемость всех психических процессов выражающаяся в низкой интеллектуальной работоспособности, нарушениях внимания, восприятия, памяти, мышления, в эмоциональной лабильности. При интеллектуальном перенапряжении появляются вторичные невротические осложнения. Иногда повышенная психическая истощаемость и утомляемость способствует патологическому развитию личности: возникает робость, страхи, пониженный фон настроения и пр. Затруднено переключение с одного вида деятельности на другой, наблюдается застревание на отдельных фрагментах учебного материала. Внимание этих детей устойчиво в течение буквально нескольких минут, а иногда и секунд. Для этих детей характерно реагирование на сенсорные раздражители.

У некоторой категории детей отмечается хорошая механическая память, что создает условия для сохранения следов эмоциональных переживаний. При восприятии речи заметно сниженная (или полностью отсутствующая) реакция на говорящего. «Игнорируя» простые, обращенные к нему инструкции, ребенок может вмешиваться в не обращенный к нему разговор.

Для данной категории детей составляется индивидуальная программа психолого-коррекционной работы в зоне ближайшего развития на каждый учебный год, с учетом индивидуальных особенностей развития и данных психологической диагностики.

II Календарно - тематическое планирование

Календарно - тематический план групповых и подгрупповых занятий

с детьми 3 – 4 лет (средняя группа)

Занятия с детьми 3-4 лет по реализации рабочей программы проводятся в форме практических занятий, основываясь на особенностях личностного и познавательного развития детей дошкольного возраста 1 раз в неделю, продолжительность занятия – 20 минут. Количество часов по программе – 30. Диагностика детей проводится в начале года (сентябрь – 3 недели), середине года и в конце года с обработкой диагностических данных (май).

Большое значение имеет размещение детей в комнате. Дошкольников лучше всего рассаживать полукругом. Это дает возможность психологу держать в поле своего внимания всю группу, а детям — хорошо его видеть. Дети 3 — 4 лет ставят по кругу свои стульчики.

Раздел	Тема	Кол-во часов	Краткое содержание занятий	Дата
I	«Чувства. Введение в мир психологии»	8 ч 1ч	<i>Занятие 1. «Знакомство»</i> Цель: формирование единого коллектива, адекватного расположения детей к педагогу и друг к другу, познакомить детей друг с другом, создать благоприятную атмосферу на занятии. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Ласковое имя», «Если он медведь, назови его ласково», «Я – мама зайчиха», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 2. «Весёлые – грустные»</i> Цель: привлечь внимание к эмоциональному миру человека, обучение распознаванию эмоций: радость, грусть. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Здравствуй, я котик», «Котик ласкает», «Раз, два, три, зайцы – замри», «У птички болит крылышко – пожалей птичку», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 3. «Весёлые – грустные»</i> Цель: знакомство с эмоцией «радость», «грусть», развитие умения распознавать эти эмоциональные состояния и учитывать их в процессе общения с другими людьми. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Здравствуй, я лисичка», «Лисичка веселая – грустная», «Лисичка грустная, потому что она упала», «Кто как веселиться», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 4. «Весёлые – грустные»</i> Цель: распознавание и выражение эмоций, тренировка мимических навыков, создание благоприятной атмосферы на занятии. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Здравствуй, я зайчик», «Зайчик веселый – грустный», «Зайчик позвонил по телефону», «Зайчик отправился в лес», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 5. «Весёлые – грустные»</i> Цель: самостоятельное оценивание эмоций детьми, закрепление мимических навыков.	

			Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Здравствуй. Я – мальчик Петя», «Петя грустный – веселый», «Петю наказали», «Петя в зоопарке», «Тихий час для мышат»	
		2 ч	<i>Занятие 6-7. «Страшный – веселый»</i> Цель: знакомство с эмоцией «страх», развитие умения распознавать эти эмоциональные состояния и учитывать их в процессе общения с другими людьми. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Здравствуй, я пластилинчик», «Превратись в пластилинчик», «Страшный – веселый стульчик», «Чего боялся зайчик?», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1 ч	<i>Занятие 8. «Радуется – боится»</i> Цель: распознавание и выражение эмоций, преодоление страхов, психо- профилактика Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Хорошие ушки, красивые глазки», «Кто погладит козочку?», «Кто, когда радуется и боится?», «Помяukai и похрюкай», «Тихий час для мышат» релаксация	
II	«Чувства нужно уметь распознавать»	5 ч	<i>Занятие 9. «Радость, страх, злость»</i>	
		1 ч	Цель: профилактика и коррекция страхов, выражение эмоций. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Пластилинчик», «Как выглядят чувства», «Покажи чувства язычком», «Покажи чувства руками», «Листочек падает», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1 ч.	<i>Занятие 10. «Радость, страх, злость»</i> Цель: коррекция страхов, управление своим поведением, проживание ситуаций Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Угадай чувство», «Как выглядят чувства», «Кто в домике живет?», «Походи как...», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 11. «Узнаю чувство по голосу»</i> Цель: развитие анализаторов, аудиовосприятия, невербальное определение детьми чувств на слух. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Кто самый похожий?», «Кто лучше разбудит?», «Что чувствует кошечка?», «Что хочет сделать Колина мама?», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1 ч	<i>Занятие 12. «Узнаю чувство по лицу»</i> Цель: развитие зрительных анализаторов, развитие внимания (концентрация, устойчивость) Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Посудный магазин», «Кто пришел к нам в гости?», «Что подарили гости», «Семья собачек», «Мягкий мишка и твердый солдатик», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1 ч	<i>Занятие 13. «Узнаю чувство по походке»</i> Цель: расширение понятий эмоционального выражения, развитие внимания (объем, концентрация, распределение)	

			Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Карандашик-кисточка», «Я иду на день рождения», «Вот так», «Тихий час для мышат» релаксация	
III	«Полезные чувства: радость, любовь, забота»	3ч 1ч	<i>Занятие 14. «Забота»</i> Цель: введение понятия «забота», выражение заботы, эмоциональные проявления Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Превратились - кошечки — радость», «Игрушечный магазин», «Поехали, поехали», «Маша упала», «Встану я утром», «Тихий час для мышат» релаксация	
		2 ч	<i>Занятие 15-16. «Радость, любовь»</i> Цель: знакомство с чувством «любовь», развитие умения распознавать эти эмоциональные состояния и учитывать их в процессе общения с другими людьми. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Пальцы-мышки», «Повторяй за мной», «Кто как радуется», «У кого больше любимок?», «Покажу, как я люблю», «Тихий час для мышат» релаксация	
IV	«Вредное чувство – обида»	3ч 1ч	<i>Занятие 17. «Кто как обижается»</i> Цель: знакомство с эмоцией «обида», развитие умения распознавать это эмоциональное состояния и учитывать их в процессе общения с другими людьми. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Пальцы-зайцы», «Мы — солдаты», «Кто как обижается?», «Обижаться не могу, ой, смеюсь, кукареку», «Кто медленнее?», «Тихий час для мышат» релаксация	
		2 ч	<i>Занятие 18-19. «Пожалей обиженного»</i> Цель: самостоятельное оценивание эмоций детьми, закрепление мимических навыков. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Пальцы-медведи», «Паровозик едет на полянку», «Хоровод», «Цветы на полянке», «В детский сад на самолете», «Тихий час для мышат» релаксация	
V	«Ссора. Какие чувства приводят к ссоре»	4ч 1ч	<i>Занятие 20. «Поссорились – помирились»</i> Цель: формирование коммуникативных навыков, управление поведением. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Добрые – злые», «Пальцы — звери добрые, пальцы — звери злые», «Звери поссорились», «Кто больше знает мирилок», «Утро—вечер», «Тихий час для мышат» релаксация	
		2 ч	<i>Занятие 21-22. «Разозлился – поссорился»</i> Цель: формирование коммуникативных навыков, управление поведением. Упражнения в выражении чувств, назывании, игровые ситуации, поиск примеров примирения «Превратились», «Большие—маленькие», «Смелый— трусливый», «Если да» — похлопай, если "нет" — потопай», «Пальчиковый этюд: поссорились, помирились», «Тихий	

			час для мышат» релаксация	
		1 ч	<p><i>Занятие 23. «Помирились все»</i></p> <p>Цель: обучение толерантности, обучение выбору поведенческих приемов, обучение приемам управления эмоциями.</p> <p>Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Пусть встанет тот, на кого я смотрю», «Моем стекло», «Покажи голосом», «Ну-ка, игрушки, поменяйтесь местами», «Дай мне игрушку», «Самолет летит, самолет отдыхает», «Пальчиковый этюд: Саша напугал Дашу», «Танец мира», «Тихий час для мышат» релаксация</p>	
VI	«Какие чувства живут в природе»	6 ч	<p><i>Занятие 24. «Природа умеет чувствовать»</i></p> <p>Цель: развитие анализаторов (слуховая образная), расширение понятий, развитие индивидуализации восприятия (собственное видение явлений).</p> <p>Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Чувство, замри!» , «Имя шепчет ветерок», «Чувства в природе», «Тихий час для мышат» релаксация</p>	
		1 ч	<p><i>Занятие 25. «Природа умеет чувствовать»</i></p> <p>Цель: развитие анализаторов (слуховая, образная), расширение понятий, развитие индивидуализации восприятия (собственное видение явлений)</p> <p>Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Имя шепчут волны», «Чувства в природе», «Ветер, ветерок, ураган». «Приласкай, ветерок», «Тихий час для мышат» релаксация</p>	
		2 ч	<p><i>Занятие 26-27. «Может ли плакать природа?»</i></p> <p>Цель: развитие творческого воображения, фантазии, восприятия.</p> <p>Упражнения в перевоплощении, назывании, игровые ситуации. «Что чувствует природа?», «Капелька, льдинка, снежинка», «Когда природа плачет», «Обиженный кустик», «Птенец в яйце», «Тихий час для мышат»</p>	
		1 ч	<p><i>Занятие 28. «Может ли плакать природа»</i></p> <p>Цель: развитие воображения, тактильных ощущений, обучение анализу.</p> <p>Упражнения в установлении причинно-следственных связей, назывании, игровые ситуации «Что чувствует природа?», «Капелька — ветер, ветерок, ураган», «Громко, тихо, средне», «Волшебный мешочек», «Пожалею...», «Тихий час для мышат» релаксация</p>	
		1 ч	<p><i>Занятие 29. «Радуюсь вместе с природой»</i></p> <p>Цель: развитие диалогической речи, коммуникативных навыков, репродуктивного воображения.</p> <p>Упражнения в оживлении эпизодов, подражании, игровые ситуации «Что чувствует природа?», «Походить как...», «Танец</p>	

			радости», «Тихий час для мышат» релаксация	
		1 ч	<i>Занятие 30.Итоговое</i> Цель: обобщение основных знаний и навыков, полученных в течение года. Упражнения в переносе словесного задания в действие, назывании эмоций по картинке, по просьбе, игровые ситуации «Любимая игра», «Ладочка-шарик», «Рассмотри, кто перед тобой», «Мишка ночью и днем», «Потерялась девочка»	
Всего:		30 часов		

Календарно - тематический план групповых и подгрупповых занятий с детьми 5-6 лет (старшая группа)

Занятия с детьми 5 -6 лет по реализации рабочей программы проводятся в форме практических занятий, основываясь на особенностях развития детей данного возраста 1 раз в неделю, продолжительность занятия – 25 минут. Количество часов по программе – 30. Диагностика детей проводится в начале года (сентябрь – 3 недели), середине года и в конце года с обработкой диагностических данных (май).

Большое значение имеет размещение детей на занятии. Дошкольников лучше всего рассаживать полукругом. Это дает возможность педагогу-психологу держать в поле своего внимания всю группу, а детям — хорошо его видеть, также можно рассаживать дошкольников «бусинками» прямо на ковре.

Раздел	Тема	Кол-во часов	Краткое содержание занятий	Дата
	«Кто я?»	4 ч 1 ч	<i>Занятие 1. «Я расту, изменяюсь»</i> Цель: осознание себя, как дошкольника старшей группы, снятие мышечного напряжения, повышение эмоционального тонуса, возможности активного самовыражения, развитие мыслительных операций анализа и синтеза. Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Самое интересное летом», «Я — маленький. Я — большой», «Я расту», «Интервью», «Ручеек радости» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 2. «Я расту, изменяюсь»</i> Цель: развитие воображения, развитие слухового восприятия, снятие мышечного напряжения, повышение эмоционального тонуса, возможности активного самовыражения, развитие мыслительных операций анализа и синтеза. . Упражнения в ролевых импровизациях, назывании, обобщении, игровые ситуации «Мысленная картинка». Ведущий просит детей закрыть глаза, вслушаться в тихую музыку и попробовать придумать какую-либо картинку, подходящую к этой музыке, а затем описать ее группе. «Умел — умею — буду уметь»,	

			«Линия времени», «Театр»- инсценировка Э Мошковской «Нос, умойся» «Ручеек радости» релаксация	
		1 ч	<i>Занятие 3. «Я мальчик, девочка»</i> Цель: осознания своего «Я» (гендерное развитие), формирование адекватных представлений о себе, как личности. Упражнения в изображении ролей в семье, выборе приоритетов, назывании действий, игровые ситуации «Мысленная картинка», «Девочки и мальчики умеют», «Я люблю», «Я — мама», «Театр»- инсценировка И. Мазнин. Почему киты молчат» «Ручеек радости» релаксация	
		1 ч	<i>Занятие 4. «Какие девочки, какие мальчики»</i> Цель: уточнение понятий, развитие воображения, мышления, творческих возможностей. Упражнения в подборе качественных характеристик, назывании действий членов семьи, проигрывание игровые ситуации. «Мысленная картинка», «Какие девочки — какие мальчики», «Что любят мальчики, что любят девочки», «Кто кого обидел», «Мама делает, папа делает», «Театр». Дети с помощью психолога инсценируют стихотворение Г. Кружкова. «Грозная хозяйка», «Ручеек радости» релаксация	
П	«Я хозяин своих чувств»	9ч 2ч	<i>Занятие 5-6. «Кто такой хозяин своих чувств?»</i> Цель: формирование личностных качеств, чувства ответственности, волевой сферы. Упражнения в перевоплощении, эмоциональном проживании образа, игровые ситуации «Мысленная картинка», «Собачка хочет ласки», «Хозяин чувств». «Стоп, кулак!», «Танцы для пальцев», «Театр» Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение С.Я. Маршака «Два маленьких котенка» «Ручеек радости». релаксация	
		2 ч	<i>Занятие 7-8. «Я учусь не драться»</i> Цель: воспитание толерантности, чувства уважения, сопереживания, умений поставить себя на место другого. Упражнения в нахождении детьми способов разрешения конфликта, игровые ситуации: «Мысленная картинка» с заданием представить себе что-нибудь волшебное, «Оживи картинку», «Стоп, кулак! А как?», «Сказочная страна», «Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение Л. Барбаса: «Вова-растеряшка», «Ручеек радости» релаксация	
		2 ч	<i>Занятие 9-10. «Я учусь не обзывать других»</i> Цель: воспитание толерантности, чувства уважения, сопереживания, умений поставить себя на место другого. Упражнения в обращении друг к другу, игровые ситуации «Мысленная картинка» на тему «Волшебство». «Кто	

			больше знает обзывалок», «Обзывалки, стоп», «Оживи картинку», «Акулы—рыбки», «Театр», «Ручеек радости» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 11. «Я учусь не обижаться»</i> Цель: формирование позитивной мотивации общения, развитие произвольности поведения, знакомство со способами разрешения конфликтных ситуаций. Упражнения в развитии мимической выразительности, игровые ситуации «Мысленная картинка» на тему «Обида», «Хозяин своих чувств», «Какими чувствами нужно уметь управлять?», «Обида, стоп», «Волк-волчишко, пусти переночевать», «Театр», «Ручеек радости» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 12. «Можно ли обидеться на маму?»</i> Цель: формирование доброжелательного отношения к маме, развитие репродуктивного воображения с элементами творческого (на основе работы со сказкой), развитие умения учитывать эмоциональное состояние другого человека при общении. Упражнения в действии, игровые ситуации, «оживление» эпизодов сказки при помощи инсценировки. «Мысленная картинка» на тему «Обида», «Хозяин своих чувств», «Обида, стоп!» Работа со сказкой «Можно ли обидеться на маму?» Дети слушают, придумывают окончание, а затем инсценируют сказку. «Как зайчик обиделся на свою маму», «Театр» стихотворение Квитко «Вася хозяйничает», «Ручеек радости» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 13. «Ты обиду не держи, поскорее расскажи»</i> Цель: знакомство со способами выражения эмоционального состояния (обида), формирование произвольности поведения, развитие умения выражать свои мысли, развитие умения слушать другого человека, знакомство со способами разрешения конфликтных ситуаций. Упражнения в подборе вариантов примирения, игровые ситуации. «Мысленная картинка» на тему «Мальчик (девочка) обиделся». «Простучи обиду на барабане», Работа со сказкой. Дети слушают и обсуждают сказку о лисенке. «Сказка о лисенке, который обиделся» (О. Хухлаева), «Чтоб не обижаться, надо расслабляться», «Театр» (Котауси и Мауси), «Ручеек радости» релаксация	
III	«Мои чувства»	13ч 1ч	<i>Занятие 14. «Страх»</i> Цель: обучение распознаванию и выражению страха, привлечение внимания к эмоциональному миру человека, распознавание эмоционального состояния героев сказки. Упражнения в выражении чувств и настроений, игровые ситуации «Мысленная картинка "Кто-то очень страшный"»,	

		<p>«Руки-звери», «Я страшилок не боюсь, в кого хочешь — превращусь», Работа со сказкой. Детям читают сказку о Зайчишке-трусишке. «Верь в себя» (О. Хухлаева), «Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение Б. Заходера. «Приятная встреча», «Ручеек радости» релаксация</p>	
2ч		<p><i>Занятие 15-16 «Кто живёт в темноте?»</i> Цель: профилактика и коррекция страхов у дошкольников, развитие произвольности поведения. Упражнения в подражании, игровые ситуации. «Мысленная картинка» на тему «Кто живет в темной комнате, «Темная комнатка», «Грустная Темнота», «Фу, убирай!», «Сказка по кругу». Дети сочиняют сказку по кругу, добавляя каждый по 1—2 предложения (см. Приложение с. 166-167). «Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение К. Кангура. «Сороконожка», «Ручеек радости» релаксация</p>	
1ч		<p><i>Занятие 17. «Злость»</i> Цель: обучение распознаванию и выражению эмоционального состояния (злости), привлечение внимания к эмоциональному миру человека, распознавание эмоционального состояния героев сказки, обучать отражать эмоциональное состояние мимически и действиями, умении выражать свои мысли. Упражнения, игровые ситуации. «Мысленная картинка» на тему «Что-то очень злое», «Злая Черная Рука», «Как Злую Черную Руку превратить в Добрую Белую Руку», Работа со сказкой. Дети слушают сказку. «Как злость Танечку и Ванечку в плен поймала» (О. Хухлаева), «Театр». Дети с помощью психолога инсценируют стихотворение М. Бородицкой. «Убежало молоко», «Ручеек радости» релаксация</p>	
1ч		<p><i>Занятие 18. «Злость»</i> Цель: обучение распознаванию и выражению злости, привлечение внимания к эмоциональному миру человека, распознавание эмоционального состояния героев сказки, профилактика и коррекция страхов у дошкольников, развитие произвольности поведения, в развитии эмоционального общения с товарищами. Упражнения в развитии эмоционального общения с товарищами, игровые ситуации «Мысленная картинка очень-очень добрая», «Подыши как...», «Кто больше всего боится злого», «Кто меньше всех боится злого?» , Работа со сказкой. Дети слушают и обсуждают сказку. «Сказка о храбрых зайчатах, которые думали, что они трусливые» (О. Хухлаева), «Волшебное животное», «Театр». Дети с помощью психолога инсценируют стихотворение С. Черного. «Кто?», «Ручеек</p>	

			радости» релаксация	
	1ч	<p><i>Занятие 19. «Любовь. Я люблю маму – мама любит меня»</i></p> <p>Цель: формирование доброжелательного отношения к маме, развитие репродуктивного воображения с элементами творческого (на основе работы со сказкой), развитие умения учитывать эмоциональное состояние другого человека при общении, формирование моральных представлений.</p> <p>«оживление» эпизодов сказки при помощи инсценировки «Ехал Грека...» , Работа со сказкой. Дети слушают и обсуждают сказку. «Сказка о букашке Сашке» (О. Хухлаева), «Как я люблю мою маму», «Театр». Дети с помощью психолога инсценируют стихотворение А. Фройденберг. «Великан и мышь», «Ручеек радости» релаксация</p>		
	1ч	<p><i>Занятие 20. «Я люблю папу – папа любит меня»</i></p> <p>Цель: формирование доброжелательного отношения к папе, развитие репродуктивного воображения с элементами творческого (на основе работы со сказкой), развитие умения учитывать эмоциональное состояние другого человека при общении, формирование моральных представлений.</p> <p>Упражнения в передаче эмоционального состояния, «оживление» эпизодов сказки при помощи инсценировки, игровые ситуации.</p> <p>«Погода на спине», «Я очень хорошая киска», «Угадай, кто зарычал», «Папа и две сестры». Дети инсценируют маленькую сказку «Как я люблю моего папу», «Театр». Дети с помощью психолога инсценируют стихотворение К. Чуковского «Черепашка», «Ручеек радости» релаксация</p>		
	1ч	<p><i>Занятие 21. «Я люблю мою семью – моя семья любит меня»</i></p> <p>Цель: формирование у детей позитивного эмоционального отношения к своим близким и к себе, развитие репродуктивного воображения с элементами творческого (на основе работы со сказкой), развитие умения учитывать эмоциональное состояние другого человека при общении, формирование моральных представлений.</p> <p>«оживление» эпизодов сказки при помощи инсценировки «Кидаемся словами», «Хочу — не хочу», «Руки-волны», «Я люблю свою семью, потому что...», «Имя моей мамы похоже...», «Не думай, что мы тебя не любим», «Нарисуем свою семью в виде цветов», «Театр». Дети инсценируют с помощью психолога стихотворение В. Дж. Смита «Час», «Ручеек радости» релаксация</p>		

		1ч	<p><i>Занятие 22. «Я люблю моих друзей – мои друзья любят меня»</i></p> <p>Цель: формирование доброжелательного отношения к своим друзьям и себе, развитие умения учитывать эмоциональное состояние другого человека при общении, выбирать роль в групповой игре, формирование моральных представлений.</p> <p>Упражнения в умении выражать свою мысль, игровые ситуации.</p> <p>«Разговор частей тела», «Бинарная гимнастика», «Звериное пианино», «Я знаю пять имен своих друзей», «Твое имя похоже...», «Ручеек радости» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 23. «Я люблю всех людей»</i></p> <p>Цель: формирование позитивного эмоционального отношения к людям, формирование умений работать в группе, слышать собеседника, развитие общей моторики в процессе подражания</p> <p>игровые ситуации</p> <p>«Поругаемся руками», «Массаж чувствами», «Кто пришел?» , «Пусть всегда будет...», «Большой круг — маленький круг», «Все, кого я люблю», «Ручеек радости» релаксация</p>	
		2ч	<p><i>Занятие 24-25. «Герой и подвиг»</i></p> <p>Цель: знакомство с понятиями, формирование моральных представлений, воспитывать любовь и уважение к тем, кто совершил подвиг.</p> <p>Упражнения в обучении приемам само -расслабления для сброса психо - эмоционального напряжения, игровые ситуации</p> <p>«Передай чувство», «Чьи колени», «Герой и его подвиг», «Рисунок героя», «Ручеек радости» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 26. «Я люблю мою землю – Земля любит меня»</i></p> <p>Цель: формирование любви к природе, осознание себя, как жителя Земли, как личности, формирование моральных представлений, развитие репродуктивного воображения с элементами творческого (на основе работы со сказкой).</p> <p>Упражнения в умении выражать свои мысли, в создании мизансцен, игровые ситуации, «оживление» эпизодов сказки при помощи инсценировки.</p> <p>Работа со сказкой. Дети слушают и инсценируют сказку «Как зайчик свой дом искал» (О. Хухлаева), «Кто живет в нашем общем доме», «Украшаем Землю», «Ручеек радости» релаксация</p>	
IV	«Что такое счастье»	3ч 1ч	<p><i>Занятие 27. «Страна «Хорошо»»</i></p> <p>Цель: понятие «счастье», проживание ребенком ощущений счастья, формирование умения замечать радостные события в жизни, развивать умения мимически выражать свои чувства и настроение.</p>	

			Упражнения в перевоплощении, воображении, игровые ситуации «Что будет, если...», «Бабочки», «Страна "Хорошо"», «Ручеек радости» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 28. «Что значит быть счастливым?»</i> Цель: научить детей давать свою оценку счастья, как состояния, развитие репродуктивного воображения с элементами творческого (на основе работы со сказкой), развитие умения учитывать эмоциональное состояние другого человека при общении. Упражнения в умении отражать чувства с помощью жестов, мимики, походки, «оживление» эпизодов сказки при помощи инсценировки. «Счастье — это...», Работа со сказкой. Психолог рассказывает детям сказку. «Хочу быть счастливым» (О. Хухлаева), «Медитация», «Ручеек радости» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 29. «Счастье – это «уметь летать»»</i> Цель: развитие фантазии и воображения, развитие мимической выразительности, формирование умения с помощью мимики и жестов выражать эмоциональное состояние: радость, восторг, счастье. «Портрет в рамочке», «Крылья», «Счастливый сон», «Ручеек радости» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 30. «Итоговое»</i> Цель: обобщение основных знаний и навыков, полученных в течение года. Упражнения в выборе ролей в группе, умения работать в коллективе, игровые ситуации «Любимые игры», «Ракета», «Летние снежки», «Нарисуй себя с другом», «Ручеек радости» релаксация	
Всего:		30 часов		

Календарно - тематический план групповых и подгрупповых занятий с детьми 6 – 7 лет (Подготовительная к школе группа)

Занятия с детьми 6-7 лет по реализации рабочей программы проводятся в форме практических занятий, основываясь на особенностях развития детей данного возраста 1 раз в неделю, продолжительность занятия 30 минут. Диагностика детей проводится в начале года (сентябрь – 3 недели), середине года и в конце года с обработкой диагностических данных (май).

Большое значение имеет размещение детей на занятии. Дошкольников лучше всего рассаживать полукругом. Это дает возможность педагогу-психологу держать в поле зрения всю группу, а детям — хорошо его видеть, также дошкольников можно рассаживать «бусинками» прямо на ковре.

Раздел	Тема	Кол-во часов	Краткое содержание занятий	Дата
I	«Трудное чувство дружба»	8ч 1ч	<i>Занятие 1. «Что такое дружба?»</i> Цель: уточнение понятий, формирование самооценки.	

		<p>Упражнения в подборе оценочных высказываний, проигрывание игровых ситуаций.</p> <p>«Приветствие», «С кем я дружил летом», Работа со сказкой. «Незабудка не смогла подружиться» (Гавриченко О.) «Волшебник», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
	1ч	<p><i>Занятие 2. «Дружба – это помощь»</i></p> <p>Цель: перенос понятия в жизненную ситуацию. Формирование личностных качеств, умений согласовывать свои действия с действиями других детей; воспитание у детей навыков партнерского общения.</p> <p>Упражнения в воспроизведении, имитациях, перевоплощении, игровые ситуации</p> <p>«Мысленная картинка» на тему «Дружба», «Помоги другу, или Самая дружная пара», «Пересядьте все, кто...», «Паровозик», «Кого укусил комарик» (упражнение на расслабление), «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
	1ч	<p><i>Занятие 3. «Кто такой настоящий друг?»</i></p> <p>Цель: развитие положительных личностных качеств, формирование у детей чувства принадлежности к группе, общности интересов.</p> <p>Упражнения в определении качественных характеристик, игровые ситуации</p> <p>«Мысленная картинка» на тему «Настоящий друг», «Маша — настоящий друг, потому что...», «Настоящий друг в нашей группе», «Мои другие друзья», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
	2ч	<p><i>Занятие 4-5. «С кем я хочу дружить»</i></p> <p>Цель: обучать детей обоснованному выбору, учить доказывать, отстаивать свое мнение (исходя из возможностей ребенка). Формировать чувство принадлежности к группе, помогать детям почувствовать себя более уверенно.</p> <p>Упражнения в импровизации, игровые ситуации</p> <p>«Мысленная картинка» на тему «Дружба», «Я хочу с тобой подружиться», «Я не хочу подружиться», «С кем я подружился», Работа со сказкой. Дети слушают и обсуждают сказку о Бобердулике. «Смелый Бобердулик» (И. Орлова), «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
	1ч	<p><i>Занятие 6. «Какие чувства мешают дружить»</i></p> <p>Цель: дифференциация понятий, обучение способам само - регуляции в конфликтных ситуациях, развитие умения управлять своим поведением.</p> <p>Упражнения в обращении, игровые ситуации</p> <p>«Мысленная картинка» на тему «Радость», «Вспомним чувства», «Какие чувства мешают дружить», «Сердитый мальчик—веселая девочка», «Цветок дружбы», «Коровы, собаки, кошки», «Всем-</p>	

			всем до свиданья» релаксация	
		2 ч	<p><i>Занятие 7-8. «Дружба»</i></p> <p>Цель: сплотить группу, продолжать формировать положительное отношение друг к другу, развитие репродуктивного воображения с элементами творческого (на основе работы со сказкой – рисуют сказку)</p> <p>Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Мысленная картинка» на тему «Дружба». «Подари подарок другу», Работа со сказкой. Дети слушают и обсуждают сказку. «Особенное растение» (О.Хухлаева), «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
II	«Как можно изменить чувства другого человека»	3ч 1ч	<p><i>Занятие 9. «Как помочь грустному человеку»</i></p> <p>Цель: формирование положительных личностных качеств, вызывание у детей самостоятельных вариантов возможной помощи другому. Развивать умения учитывать эмоциональное состояние другого человека в процессе общения, развивать эмпатию у детей.</p> <p>Ситуативные игры, упражнения в самовыражении.</p> <p>«Мысленная картинка» на свободную тему. «Грустная Маша», «Веселые обезьянки», «Обезьянки уснули», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
		2 ч	<p><i>Занятие 10-11. «Как помочь сердитому человеку»</i></p> <p>Цель: формирование положительных личностных качеств, вызывание у детей самостоятельных вариантов возможной помощи другому, развивать эмпатию у детей.</p> <p>Упражнения в свободном общении, назывании признаков, игровые ситуации</p> <p>«Мысленная картинка» на тему «Я сержусь», «Миша рассердился», «Мама рассердилась», «Ласковое имя», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
III	«Герои русского фольклора – какие они?»	7ч 1ч	<p><i>Занятие 12. «Баба Яга»</i></p> <p>Цель: развитие воображения, памяти, пантомимической и речевой выразительность, творческое мышление, закрепить знание содержания знакомых сказок.</p> <p>Упражнения в перевоплощение, проигрывание ролей.</p> <p>«Мысленная картинка» на тему «Что-то очень страшное», «Конкурс на самую страшную Бабу Ягу», «У Бабы Яги заболели зубы», «У Бабы Яги нет друзей», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 13. «Бабе Яге грустно»</i></p> <p>Цель: вызывание у детей сочувствие, сопереживание к одиноким людям на образе героев сказки. Развивать воображение, память, пантомимическую и речевую выразительность, творческое мышление.</p> <p>«Мысленная картинка» на тему «Семья Бабы Яги», «Когда Баба Яга была маленькой», «Мы потерялись», «Бабе Яге грустно», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 14. «Баба Яга не одинока»</i></p>	

			<p>Цель: развитие личностных качеств: сочувствие, доброта, отзывчивость. Развивать воображение, память, пантомимическую и речевую выразительность.</p> <p>Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Забывчивая Баба—Яга», «Танец Бабы Яги», «Бабе Яге надоело быть собой», «Рисунок "Баба Яга в гостях в нашем детском саду"», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 15. «Змей Горыныч»</i></p> <p>Цель: развивать воображение, память, пантомимическую и речевую выразительность, творческое мышление, закрепить знание содержания сказок с данным персонажем.</p> <p>Упражнять детей в выражении своих чувств, самовыражению в игровых ситуациях «Мысленная картинка» на тему «Самое страшное», «Конкурс "боюсек"», «Самый страшный Змей Горыныч», «Один день из жизни Змея Горыныча», «Смешной Змей Горыныч», «Всем до свиданья» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 16. «Серый волк»</i></p> <p>Цель: выражение эмоционального состояния –веселый - грустный. Развивать воображение, пантомимическую и речевую выразительность, развитие общей моторики в процессе подражания.</p> <p>Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Веселая мысленная картинка», «Иван-царевич и Серый волк», «Веселый волк—грустный волк», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 17. «Серый волк»</i></p> <p>Цель: обучение речевым средствам общения. Развивать воображение, память, развивать творческое мышление, закрепить знание содержания сказок.</p> <p>Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Страна Наоборот», «"Репка" в стране Наоборот», «Как волк дружить научился», «Фотография на память», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 18. «Медведь»</i></p> <p>Цель: психо- коррекция страха. Развивать чувство уверенности в своих силах и возможностях. развивать пантомимическую и речевую выразительность, закрепить знание содержания сказок. Воспитание ответственности за другого.</p> <p>Упражнения в перевоплощении, игровые ситуации «Мысленная картинка» на тему «Я оказался в волшебной сказке», «Животные в волшебных сказках», «Медведь страшный», «Медведь Мишенька», «Всем-всем до свиданья» релаксация</p>	
IV	«Сильный человек – это	3ч 1ч	<p><i>Занятие 19. «Сила человека – это сила его воли»</i></p> <p>Цель: развивать силу воли и самоконтроля,</p>	

	человек с сильной волей»		<p>формирование умения действовать по правилам, развитие репродуктивного воображения с элементами творческого (на основе работы со сказкой – рисование сказки)</p> <p>Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Мысленная картинка» на тему «Сильный человек». Работа со сказкой. «Сказка о двух братьях и сильной воле» (О. Хухлаева), «Все-всем до свиданья» релаксация</p>	
		2ч	<p><i>Занятие 20-21. «Сила воли – уметь терпеть»</i></p> <p>Цель: развивать силу воли и умений сдерживать себя, формирование умения действовать по правилам общения.</p> <p>Упражнения в общении, имитациях, игровые ситуации «Мысленная картинка» на тему «Человек сильной воли», «Якалки», «Кто последний встанет», «Смехунчик», «Раз, два, три, фигура чувства замри», «Когда мне удалось быть сильным», «Все-всем до свиданья» релаксация</p>	
V	«Школа – это трудный и радостный путь к знаниям»	8ч 1ч	<p><i>Занятие 22. «Трудности дороги к знанию»</i></p> <p>Цель: развивать силу воли и самоконтроля, формировать умения действовать по правилам, развитие репродуктивного воображения с элементами творческого (на основе работы со сказкой – рисунок сказки)</p> <p>Упражнения в обращении, назывании, игровые ситуации «Мысленная картинка» на свободную тему, «Моем стекла», Работа со сказкой. «Сказка о котенке Маше» (О. Хухлаева), «Все-всем до свиданья» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 23. «Трудности дороги к знанию можно преодолеть»</i></p> <p>Цель: развивать силу воли и самоконтроля, уверенности в себе, формирование умения действовать по правилам</p> <p>Упражнения в импровизациях, назывании, игровые ситуации «Мысленная картинка», «Слушаем хлопки», «Поиграем в сказку», «Релаксация» (В. Оклендер), «Все до свиданья» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 24. «Я преодолею трудности»</i></p> <p>Цель: выработка волевых качеств, уверенности в своих силах, преодоление боязни перед трудностями.</p> <p>Упражнения в перевоплощениях, назывании, игровые ситуации «Мысленная картинка», «Если я — котенок Маша», «Я преодолел эти горы», «Все-всем до свиданья» релаксация</p>	
		1ч	<p><i>Занятие 25. «В стране знаний»</i></p> <p>Цель: учить детей планировать свою деятельность, развитие позиции «Я будущий школьник», развитие познавательной сферы, психических процессов для успешной психологической готовности к школе.</p> <p>Упражнения в импровизации, назывании учебных</p>	

			действий, игровые ситуации «Школьные принадлежности», «Школьные чувства», Работа со сказкой. Дети слушают, обсуждают и рисуют сказку. «Сказка про Большого Воробья Иришку» (О. Хухлаева), «Всем-всем, до свиданья» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 26. «В стране знаний»</i> Цель: учить детей планировать свою учебную деятельность, развитие позиции «Я будущий школьник», формирование личностных качеств в принятии новой социальной роли. Упражнения в аудио-восприятии, самовыражении, игровые ситуации. «Сложи картинку», «Какое слово лишнее?», «Самое-самое в школе», Работа со сказкой. Дети слушают, обсуждают и рисуют сказку. «Сказка о маленьком привидении Филе» (А. Демиденко), «Всем до свиданья» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 27. «В стране знаний»</i> Цель: проживание и погружение в новую социальную роль ученика. Развитие позиции «Я будущий школьник», формирование коммуникативных навыков, психических процессов для успешной готовности к учебной деятельности. Упражнения в ролевых образах, назывании учебных действиях, игровые ситуации «Учитель делает», «Урок — перемена», Работа со сказкой. Дети слушают, обсуждают и рисуют сказку. «Как Яшок поступал в Дом Учености» (И. Самойлова), «Всем до свиданья» релаксация	
		2 ч	<i>Занятие 28-29. «Мне скоро в школу»</i> Цель: учить детей планировать свою деятельность, развивать позицию «Я будущий школьник», формирование психологической готовности и мотивации к учебной деятельности. Упражнения в пространственных заданиях, слуховых и моторных заданиях. «Двигательный диктант», «Ученик делает», Работа со сказкой. Дети слушают, обсуждают и рисуют сказку, «Я шок и буква А», «Всем – всем до свиданья» релаксация	
		1ч	<i>Занятие 30. «Итоговое»</i> Цель: обобщение основных знаний и навыков, полученных в течение года. Упражнения в выборе ролей в группе, умения работать в коллективе, игровые ситуации «Любимая игра», «Чудо-дерево», «Ваню в школу провожать — надо нам поколдовать», «Рисование себя в школе» релаксация	
Всего:		30 часов		

III Содержание образовательной программы

В процессе групповой работы используются приёмы, содержание которых отвечает развивающим, профилактическим и коррекционным задачам программы. В основном, это разработки авторов программы «Тропинка к своему Я». В программу включено много полифункциональных упражнений, с одной стороны, дающих возможность решать несколько задач, с другой – позволяющих оказывать на детей с различным уровнем познавательных возможностей и эмоционально-волевой сферы, различное воздействие. Методические приёмы классифицированы по теоретическим основаниям, формам осуществления, решаемым задачам.

Упражнения, игры, психологические задания, предусмотренные в календарно-тематическом планировании, адаптированы для детей с РАС, детей-инвалидов, и могут быть использованы в коррекционной психологической работе при инклюзивной форме обучения дошкольников. Для данной категории детей составлены индивидуальные программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, особых образовательных потребностей в зоне ближайшего развития.

Ролевые игры построены на понимании необходимости ролевого развития ребенка. Для обеспечения психологического здоровья дошкольника, необходимо адекватное ролевое развитие. К основным нарушениям ролевого развития у детей с задержкой психического развития, 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 игровом варианте. Ролевые методы в программе делятся на ролевую гимнастику (ролевые действия и ролевые образы) и психо- драму.

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 (Кощей Бессмертного, Змея Горыныча, Бабы Яги, Ивана-царевича), социальных и семейных ролей (воспитателя, папы, мамы, бабушки), неодушевлённых предметов (стола, шкафа, машины). Роль изображается при помощи мимики и жестов, иногда озвучивается.

В основе психо- драмы может быть разыгрывание расправы с пугающими объектами. При этом либо используется смена ролей (ребёнок играет поочерёдно 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 педагогом-психологом терапевтические сказки. Достаточно интересно и эффективно проходят пальчиковые игры, то есть разыгрывание сюжетов 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 с задержкой психического развития. 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 (с помощью взрослого);
 г) принятие своих прав и обязанностей.

Коммуникативные игры, используемые в программе делятся на три группы:

- 1) игры, направленные на формирование у дошкольника с ЗПР 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 с задержкой психического развития особенно большое значение имеют игры, способствующие формированию произвольности. Однако, чтобы формирование осознанности осуществлялось достаточно продуктивно, поэтому ещё в дошкольном возрасте, вводятся понятия «хозяин своих чувств», «сила воли».

Игры, направленные на развитие воображения, можно разделить на три группы:

игры вербальные;

невербальные;

«мысленные картинки».

Вербальные игры представляют собой либо придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации (например: «Что произойдёт, если кто-нибудь припрыгает к нам на одной ножке?»), либо коллективное сочинение сказок или подбор различных ассоциаций к какому-либо слову). Детям с задержкой психического развития очень трудно придумать окончание фразы, короткого текста, сочинить сказку, подобрать ассоциации, поэтому выбраны те игры, которые доступны детям, так же активно используется словесная инструкция, показ, символы, жестовые заменители (для неречевых детей).

Невербальные игры предполагают изображение дошкольниками «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 усложняться 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» все персонажи картинки начинают двигаться, затем все дети хлопают автору и актёрам картинки. Детям с низкими потенциальными возможностями, поведенческими расстройствами и т.п. предлагаются сопряженные действия, сопровождение ребенка педагогом-психологом, индивидуальные задания.

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;
- 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 с ЗПР формируется первоначальный «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.

1. 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.
2. Направленное рисование, то есть рисование на определённые темы. В программе используется рисование при прослушивании терапевтических метафор. Детям предлагается рисовать всё, что навеивается метафорой, при возникновении трудностей в выборе сюжета, даются примеры для выбора.

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. Для детей при проведении релаксации используется спокойная, расслабляющая мелодия. (серия «Наедине с природой» Релаксационные оздоровительные программы с музыкальным сопровождением (лес, птицы, дождь, море, классическая музыка: CD – диски).

Релаксационные упражнения проводятся в конце каждого занятия в обязательном порядке.

IV Методическое обеспечение образовательной программы **Нормативно – правовое:**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
2. Письмо Министерства образования и науки РФ от 7 июня 2013 г. № 1089 ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей»;
3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования;
4. Образовательная программа для детей с задержкой психического развития образовательного учреждения ФГОС «Школа России»;
5. Основная образовательная программа дошкольного образования для детей с задержкой психического развития ОУ;
6. Конвенция ООН о правах ребёнка;
7. СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";
8. Устав ОУ;
9. Должностная инструкция педагога-психолога;
10. Правила общего трудового распорядка;
11. Парциальные программы: «Тропинка к своему Я» О.В. Хухлаевой Дошкольники, «Генезис», Москва, 2017 г;
Программа психолого-педагогических занятий для дошкольников «Цветик-Семицветик» под редакцией Н.Ю. Куражевой (для всех возрастных дошкольных групп), Москва, «Речь», 2014 г. ;
В.С.Колганова, Е.В. Пивоварова Нейропсихологические занятия с детьми.-М.: АЙРИС-пресс, 2015.-416с.

Материально-техническое обеспечение

1. Дидактический материал:

- картины с изображениями животных и их детёнышами, разными видами транспорта, природы, цветов, различных ситуаций, героями сказок;
- картинки с изображением различных эмоциональных состояний;
- подборка игр на эмоционально-волевое развитие, на развитие коммуникативных навыков, терапевтических сказок;
- карточки с изображением эмоций;
- разрезные картинки;
- аудиозаписи спокойной музыки, звуков природы.

2. Оборудование:

- | | |
|--------------------------|-------------------------------|
| - атрибуты | - мячи разного цвета |
| - маски, шапочки | - микрофон |
| - коврики для релаксации | - верёвка |
| - телефонные трубки | - барабан |
| - детские стульчики | - краски, кисточки, карандаши |
| - платочки | - лейка детская |
| - игрушки | - колокольчики |
| - бумага | -магнитофон |

3. Занятия проводятся в групповых комнатах с соблюдением всех санитарно-гигиенических норм, индивидуальные занятия в кабинете педагога-психолога.

У Список литературы

1. Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья.- СПб., 1998
2. Дубровина И.В. «Психическое здоровье детей и подростков». -М.: Академия, 2000 г.
3. Дьяченко О.М., Лаврентьева Т.Н. Психическое развитие дошкольников. - М.: Педагогика, 1984.
- 4.В.С.Колганова, Е.В. Пивоварова Нейропсихологические занятия с детьми.-М.: АЙРИС-пресс, 2015.- 416с.
5. Мухина В.С. Возрастная психологии :Учебник для студ. Вузов.-7-е изд. Стереотип.- Москва, издательский центр «Академия», 2003 г.
- 6.Обухова Л.Ф. Детская психология. -М. Российское педагогическое агентство, 1999, -285 с.
7. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. - М., 1996.- 425 с.
- 8.Смирнова Е.О. Психология ребенка: от рождения до 7 лет. - М., 1994.- 264
9. Хухлаева О.В. Формирование психологического здоровья у школьников. М., 2017.-
- 10.Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детском возрасте. - М.: Просвещение, 1995
11. Юраш А.Г. Актуальность охраны психологического и психического здоровья детей на современном этапе развития общества// Психологическая газета, 1997, № 10(25)

Приложение №1

Тезаурус

Здоровье - комплексный, много-аспектный феномен, включающий в себя медицинские, психологические, педагогические и другие аспекты.

Психологическое здоровье - оптимальное функционирование всех психических структур, необходимых для текущей жизнедеятельности.

Психологически здоровый человек разумен, открыт к сотрудничеству, защищен от ударов жизни и вооружен необходимым инструментарием, чтобы справляться с жизненными вызовами.

Термин «психологическое здоровье» был введен И.В. Дубровиной. И.В.Дубровина в книге «Психическое здоровье детей и подростков» определяет *«психическое здоровье»* как нормальную работу отдельных психических процессов и механизмов, а термин *«психологическое здоровье»* относит к личности в целом, к проявлениям человеческого духа.

Синоним психического здоровья – психическое благополучие.

Психическое благополучие – это целостное состояние личности, которое часто описывается в понятиях «эмоциональное самочувствие», «эмоциональное благополучие», «внутренний духовный комфорт» (Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько, 2000). Для его обеспечения в ДОУ необходимо создать благоприятную среду для каждого воспитанника в «детском обществе» в системах отношений «ребенок-ребенок», «ребенок– взрослый».

Согласно исследованиям Л. А. Аброян, М. И. Лисиной, Т. А. Репиной, А. А. Рояк и других «эмоциональное благополучие» можно определить как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: биологических и социальных. **Об эмоциональном благополучии ребенка свидетельствуют:**

- Физическое здоровье;
- Самореализация в деятельности, которая основана на активности и позволяет пережить «гордость за достижения»;
- Наличие референтного круга общения, к котором ребенок получает признание своей личности и достижений со стороны сверстников и взрослых;
- Адекватно высокая самооценка, обеспечивающая ребенку самоуважение;

Эти показатели внутренне взаимосвязаны и в комплексе указывают на эмоциональное благополучие или неблагополучие ребенка в детском саду.

Приложение № 2

Факторы, оказывающие влияние на психологическое здоровье ребенка

Большинство из этих факторов носят *социально-психологический, социально-культурный и социально-экономический характер*.

Социально-культурный характер факторов, оказывающих неблагоприятное влияние на психологическое здоровье, обусловлен ускорением темпа современной жизни, дефицитом времени, недостаточными условиями для снятия эмоционального напряжения и для расслабления. Следствием этого являются чрезмерная загруженность родителей, их невротизация, появление множества личностных проблем в сочетании с недостаточной осведомленностью о путях решения внутриличностных конфликтов и о возможностях психологической и психотерапевтической помощи. Подобная личностная дисгармония родителей находит свое отражение в развитии детей и оказывает негативное влияние на их психику.

На эмоциональную атмосферу в семье и на психологическое состояние ее членов влияют также *социально-экономические* факторы, среди которых выделяют такие, как неудовлетворительные жилищно-бытовые условия, занятость родителей, ранний выход матери на работу и помещение ребенка в ясли. Помещение детей в раннем возрасте (до 3-х лет) в детские дошкольные учреждения или привлечение няни для их воспитания является сильным психотравмирующим событием, поскольку такие дети еще не готовы к разлуке с матерью. В ситуации нормального эмоционального общения ребенка с матерью к трем годам у детей формируется чувство «Я», т.е. восприятие себя как отдельного индивида, постепенно уменьшается чувство зависимости от родителей. При частых и длительных разлуках с матерью у детей раннего возраста нарастает потребность в привязанности, что может привести к появлению невротических реакций. В среднем лишь к трем годам у ребенка появляется желание «расстаться» с матерью и стать более независимым. Кроме того, в этом возрасте уже возникает стойкая потребность в общении со сверстниками, в совместных играх с другими детьми. Поэтому ребенка в возрасте трех лет можно помещать в детский сад, не рискуя его психическим здоровьем.

Основывая свои выводы на анализе исследований, проведенных в различных странах мира, эксперты Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) констатировали, что нарушения психического здоровья гораздо чаще отмечаются у детей, живущих в ситуации дисгармоничных отношений со взрослыми. Преобладающая часть нарушений психического здоровья в детском возрасте имеет две характерные черты: во-первых, они представляют собой лишь количественные отклонения от нормального процесса психического развития, во-вторых, многие их проявления можно рассматривать как реакцию на психотравмирующие ситуации.

К *социально-психическим* факторам, влияющим на психологическое здоровье детей, относятся, прежде всего, такие, как дисгармония семейных отношений и дисгармония семейного воспитания или нарушения в сфере детско-родительских отношений.

В связи с тем, что именно в дошкольном возрасте наиболее часто встречаются дети, страдающие различными психологическими заболеваниями, весьма актуальной является проблема психопрофилактики психологического состояния здоровых детей-дошкольников. Безусловно, самым лучшим профилактическим средством являются хорошие отношения родителей с детьми, понимание родителями внутреннего мира своего ребенка, его проблем и переживаний, умение поставить себя на место своих детей.

Приложение № 3

Педагогические условия становления психологического здоровья

Хухлаева О.В

Наличие трудных ситуаций, препятствий в жизни детей.

По мнению О.В.Хухлаевой, такие ситуации способствуют развитию воли, накоплению опыта преодоления препятствий, мотивируют к саморазвитию ребенка. Следует добавить, однако, что интенсивность психоэмоционального напряжения в таких ситуациях не должна превышать индивидуальный порог адаптации, иначе воздействия трудных ситуаций могут привести к негативным последствиям в личностном развитии детей.

Наличие положительного фона настроения.

На каждом занятии предполагается наличие способности к самостоятельному сохранению душевного равновесия, то есть способности в различных ситуациях приходиться к состоянию внутреннего покоя. Речь идет о развитии саморегуляции у ребенка, в частности, регуляции собственных состояний.

Обучение детей умению быть счастливым.

Следует как можно раньше формировать у ребенка установку на позитивное мировосприятие, учить находить разные источники положительных эмоций. Здесь велика роль ближайшего окружения, прежде всего родителей.

Способность человека к управлению своими психическими состояниями (саморегуляция на психологическом уровне) может целенаправленно развиваться. Процесс целенаправленного формирования способности произвольной саморегуляции у детей должен включать в себя следующие компоненты: формирование у детей мотивации к самопознанию, к саморазвитию, к возможности управлять собой; предоставление первичной информации об их психических процессах, о психических возрастных закономерностях, об особенностях протекания психических состояний в разных ситуациях жизни и деятельности; формирование способности распознавать основные текущие психические состояния, обозначать их; обучение основам саморегуляции и самоконтроля эмоционального состояния. Эффективность психорегуляции обеспечивается системностью и взаимосвязанностью психического и физического уровней здоровья. Механизмы благотворного влияния психорегуляции на здоровье человека обоснованы работами И.П. Павлова, И.М.Сеченова, П.К.Анохина. Все вышеизложенное свидетельствует, что существует необходимость формирования основ психологического здоровья у детей, начиная с дошкольного возраста. Такое обучение будет служить эффективным средством профилактики психологического нездоровья и иметь адаптивный эффект. Одним из способов профилактики психологического нездоровья может являться обучение детей основам психорегуляции.

Приложение № 4

Уровни психологического здоровья детей

(По данным И.В.Дубровиной, О.В.Хухлаевой)

1. Креативный уровень (ребенок - творец, идеальный уровень, выражающий совершенную степень психологического здоровья его высший уровень, созидательный). Это дети, счастливо получившие в наследство здоровую генетику, здоровых в психологическом плане родителей, хорошую развивающую среду. Таких детей около 2-3 % в коллективе детей с задержкой психического развития .

2. Адаптивный уровень. В целом это адаптивные дети, но в результате тестирования выявляющие отдельные признаки дезадаптации, обладают повышенной тревожностью, конформностью. Это группа относительного риска, составляет около 70 % детей, представляет средний уровень психического здоровья.

3. Ассимилятивно - аккомодативный уровень. Это низкий уровень психологического здоровья. Это дети, не способные к гармоничному взаимодействию с окружающими, не владеющие системой, механизмами защиты. Они бесконечно меняют мир вокруг себя и при этом не способны к самоизменению в связи с требованиями социума (ассимиляционное преобладание). Или же имеют эпатажное поведение, аффектированные капризы (аккомодативное преобладание). Их скрытая дезадаптация часто приводит к соматическим нарушениям. Это дети с высоким индивидуальным развитием и очень низким социально-адаптивным уровнем. 70% детей с задержкой психического развития относятся к этому уровню.

Приложение № 5

Педагогические показатели психического здоровья и благополучия дошкольников

(Е.

В. Агафонова, И. Б. Куркина, Т. К. Марченко):

- Поведение, мысли и чувства ребенка, адекватные окружающим условиям и событиям.
- Социально приемлемые способы самоутверждения и самовыражения.
- Положительный эмоциональный фон, оптимистичный настрой, способность к эмоциональному сопереживанию.
- Равномерное и своевременное развитие основных психических процессов, устойчивая познавательная активность.
- Доброжелательное отношение к окружающим, полноценное общение, характер которого соответствует возрастным нормам.