

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОРОГОбУЖСКИЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
МБУДО Дорогобужский ДДТ
протокол № 1
от «29» 08 - 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
МБУДО Дорогобужский ДДТ
№ 49-01.09
от «29» 08 - 2025 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Тропинка к своему «Я»

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:
Смольянинова Людмила Георгиевна, педагог
дополнительного образования
Елисеева Наталья Владимировна, педагог
дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тропинка к своему Я» направлена на создание условий для сохранения и формирования психологического здоровья дошкольников, обеспечение эмоционального благополучия, развитие адекватного социального поведения, формирование положительного самоотношения и отношения к другим людям, раскрытие внутреннего потенциала в разных видах детской деятельности, умения делать выбор и нести за него ответственность, готовности к школьному обучению на начальном этапе образования. Программа «Тропинка к своему Я» является модифицированной и составлена на основе программы Хухлаевой О.В., Хухлаева О.Е., Первушиной И.М. «Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников».

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023 г.) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утв. Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20);
- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 г. № АК–2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));
- Локальные акты образовательной организации (Устав, Положение о проектировании ДООП в образовательной организации, Положение о проведении промежуточной аттестации обучающихся и аттестации по итогам реализации ДООП).

Направленность программы – социально-гуманитарная.

Новизна дополнительной общеобразовательной программы «Тропинка к своему Я» в том, что основная программа дополнена диагностическими и мониторинговыми исследованиями, которые в свою очередь позволяют отследить психическое здоровье детей на трех возрастных уровнях и определить направления дальнейшего психологического сопровождения. Тем самым создаются оптимальные условия для сохранения психологического благополучия детей, их всестороннего, полноценного развития, формирования основных новообразований, успешной адаптации к меняющимся условиям.

Программа охватывает все стороны формирования психологического здоровья дошкольников и учитывает гендерные различия. Программой могут пользоваться не только педагоги-психологи, но и воспитатели, родители.

Актуальность данной программы заключается в том, что она позволяет решать проблему психопрофилактики психологического состояния здоровых детей-дошкольников, обеспечить доступ к образовательным и иным информационным ресурсам; оказать поддержку семьям, воспитывающим детей с ограниченными возможностями здоровья; способствует созданию безбарьерной среды для обучающихся, проживающих в сельской местности и на труднодоступных и отдаленных территориях, находящихся в трудной жизненной ситуации, получению ими качественного дополнительного образования, расширению возможностей и успешной социализации и интеграции в обществе, что и определяет актуальность данной программы.

Дошкольное детство - 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 ребенка.

К трем годам у 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 ребенка 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 у ребенка установку на позитивное мировосприятие, учить находить разные источники положительных эмоций. К шести годам у дошкольников помимо основных возрастных личностных новообразований должно быть сформировано и психологическое здоровье: саморегулируемость, принятие себя и окружающих, потребность в саморазвитии, рефлексия. Эти качества помогут ребёнку быстро адаптироваться к условиям школьного обучения.

Исходя из вышесказанного, **педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что программа позволяет через групповую работу, учитывающую специфику дошкольного возраста, обучить детей социально приемлемым способам самовыражения и самоутверждения, полноценному общению, положительному восприятию себя, адекватному поведению в соответствии с окружающими условиями и событиями, поддержанию положительного эмоционального фона, оптимистического настроения, воспитать доброжелательное отношение к окружающим, развить способность к эмоциональному сопереживанию.

Цель программы: создание условий для сохранения и поддержания психологического здоровья дошкольников.

Задачи:

а) образовательные:

- обучить положительному самоотношению и принятию других людей;
- обучить рефлексивным умениям;
- создать условия для приобретения опыта самостоятельного преодоления препятствий.

б) развивающие:

- содействовать формированию активности ребенка, его саморегуляции;
- формировать потребность в саморазвитии;
- развивать рефлексивность.

в) воспитательные:

- воспитывать самостоятельность, доброжелательность, любознательность, инициативность, уверенность в себе, открытость, сопереживание, желание помогать;
- формировать ценностную среду в развитии ребенка.
- формировать умение работать в группе.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, **5-6 лет.**

Срок реализации программы: 1 год, в объёме 36 часов.

Занятия проводятся один раз в неделю по 1 академическому часу (30 минут).

Форма реализации: индивидуальная, групповая.

Уровень сложности программы: стартовый.

Планируемые результаты обучения и способы их проверки.

Личностные результаты освоения программы:

- развитие навыков коммуникативного общения обучающихся со сверстниками и педагогами;
- развитие мотивации к дружбе и самоорганизации в совместной игре;
- формирование познавательной и социальной мотивации;
- формирование адекватной самооценки.

Метапредметные результаты освоения программы:

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение осознавать и управлять своими эмоциями;
- умение принимать образовательную задачу;
- умение работать по плану, сверять свои действия с целью, самостоятельно исправлять ошибки;
- умение соблюдать правила техники безопасности во время проведения подвижных игр.

Познавательные универсальные учебные действия:

- расширение кругозора воспитанников;
- формирование умения делать выводы в результате совместной работы;
- умение применять правила и пользоваться инструкциями;
- повышение интереса к творческой деятельности.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- умение слушать и понимать речь других;
- умение пользоваться вербальными и невербальными средствами общения;
- умение сотрудничать со сверстниками: оказывать поддержку и помощь.

Предметные результаты освоения программы:

- формирование психологической устойчивости к условиям школьного обучения

Обучающиеся будут:

ЗНАТЬ

- конструктивные способы взаимодействия с окружающими;
- эффективные способы снижения психоэмоционального напряжения и нежелательных состояний;
- названия и проявления основных эмоций;
- правила поведения на занятиях.

УМЕТЬ

- самостоятельно контролировать свое поведение и деятельность;
- применять эмоциональные и коммуникативные навыки, необходимые для успешного сотрудничества со сверстниками и педагогами;
- выработать положительные черты характера: доброту, уверенность, самостоятельность;
- адаптироваться к новым условиям.

Основными способами проверки планируемых результатов являются наблюдение, беседа, мини-опросы.

Формы подведения итогов работы по программе:

- итоговые занятия;
- выставки творческих работ;
- анализ диагностики психологического здоровья дошкольников, наблюдение за деятельностью, общением детей в повседневной жизни.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 1.6 1.7	Трудное чувство дружба. Знакомство Что такое дружба? Дружба-это помощь Кто такой настоящий друг? С кем я хочу дружить Какие чувства помогают дружить Дружба	10	4	6	Беседа, наблюдение, педагогический контроль
2 2.1 2.2	Как можно изменить чувства другого человека. Как помочь грустному человеку Как помочь сердитому человеку	3	1	2	Беседа, наблюдение, педагогический контроль
3 3.1 3.2 3.3 3.4 3.5	Герои русского фольклора - какие они? Баба Яга Змей Горыныч Серый волк Медведь Лиса	6	2	4	Беседа, наблюдение, игра-викторина
4 4.1 4.2	Сильный человек – это человек с сильной волей Сила человека – это сила его воли Сила воли, как можно ее выработать	2		2	Беседа, наблюдение, педагогический контроль
5 5.1 5.2 5.3 5.4 5.5 5.6 5.7	Школа-это трудный радостный путь к Знаниям Трудности дороги к Знанию Трудности дороги к Знанию можно преодолеть Я преодолею трудности В стране Знаний В стране Почемучек Мне скоро в школу Итоговое занятие	15	3	12	Беседа, наблюдение, педагогический контроль
	Итого	36	7	29	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Трудное чувство дружба. (10 часов)

Теория: В данном разделе с детьми обсуждается и выясняется, что такое дружба и их мнение о дружбе.

Практика: Упражнения: «Приветствие», «С кем я дружил летом», работа со сказкой «Незабудка не смогла подружиться», «Волшебник», «Всем-всем до свиданья».

2. Как можно изменить чувства другого человека. (3 часа)

Теория: Дети на занятиях, стараются определить какие чувства, эмоции бывают в жизни человека, учатся изменить чувства другого человека.

Практика: Упражнения: «Мысленная картинка», «Вспомним чувства», «Какие чувства мешают дружить», «Сердитый мальчик –весёлая девочка», «Цветок дружбы», «Коровы, собаки, кошки», «Всем-всем до свиданья».

3. Герои русского фольклора - какие они? (6 часов)

Теория: Ребята узнают героев сказок с новой стороны. Узнают, что не все герои Русских сказок злые, хитрые и коварные, некоторые наоборот добродушны.

Практика: Упражнения: «Мысленная картинка», «Конкурс на самую страшную Бабу Ягу», «У Бабы Яги заболели зубы», «У Бабы Яги нет друзей», «Забывчивая Баба Яга», «Танец Бабы Яги», «Бабе Яге надоело быть собой», «Весёлая мысленная картинка», «Иван- царевич и Серый волк», «Весёлый волк – грустный волк», «Репка в стране Наоборот», «На, поноси», «Как волк дружить научился», «Фотография на память», «Животные в волшебных сказках», «Медведь страшный», «Медведь Мишенька», «Всем-всем до свиданья».

4. Сильный человек – это человек с сильной волей. (2 часа)

Теория: В данном разделе детям объясняется, что такое сила воли, как ее можно выработать и для чего она нужна.

Практика: «Мысленная картинка», «Работа со сказкой, «Сказка о двух братьях и сильной воле», «Щекоталки», «Хочукалки», Знакомство с пиктограммой «Радость», Игра «Солнечный зайчик», Этюд «Встреча с другом», История 1 «Хорошее настроение», История 2 «Умка», Закончи предложение «Я радуюсь, когда ...», Рисование картины на тему «Радость», Игра «Доброе животное».

5. Школа-это трудный радостный путь к Знаниям. (15 часов)

Теория: В разделе, посвященном школе, ребята готовятся преодолевать трудности, с которыми они могут столкнуться в школе, так же отвечают на вопросы о школе, которые у них возникают.

Практика: Игра «Чем похожи, чем отличаются?», Игра «Разные функции», Игра «Ассоциации», Аутотренинг «Волшебный сон», Обучение правилам этикета, Разминка «Дракон кусает свой хвост», Игра «Сложи квадрат», Игра «Шифровка слова», Игра «Выполни указание», Игра «Мишка», Релаксация, Дидактическая игра «Что хорошо и что плохо», Беседа о вежливости, Комплекс «На берегу моря», Аутотренинг «Водопад», Комплекс «Доброе слово и камень растопит».

Календарный учебный график

	Дата проведения	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Трудное чувство дружба.				10		
1.	Сентябрь	Комбинированное занятие	1	Знакомство	Здание учреждения	Беседа - игра
2.		Комбинированное занятие	1	«Что такое дружба?»	Здание учреждения	Беседа
3.		Комбинированное занятие	1	Дружба-это помощь	Здание учреждения	Беседа, педагогический контроль
4.		Комбинированное занятие	1	Дружба-это помощь	Здание учреждения	Беседа, педагогический контроль
5.	Октябрь	Комбинированное занятие	1	Кто такой настоящий друг?	Здание учреждения	Беседа
6.		Комбинированное занятие	1	С кем я хочу дружить	Здание учреждения	Беседа
7.		Комбинированное занятие	1	Какие чувства мешают дружить	Здание учреждения	Беседа
8.		Комбинированное занятие	1	Какие чувства мешают дружить	Здание учреждения	Беседа, игра
9.	Ноябрь	Комбинированное занятие	1	Дружба	Здание учреждения	Беседа
10.		Комбинированное занятие	1	Дружба	Здание учреждения	Беседа, игра
Как можно изменить чувства другого человека.				3		
11.		Комбинированное занятие	1	Как помочь грустному человеку	Здание учреждения	Беседа, педагогический контроль
12.		Комбинированное занятие	1	Как помочь испуганному человеку	Здание учреждения	Беседа, наблюдение
13.	Декабрь	Комбинированное занятие	1	Как помочь сердитому человеку	Здание учреждения	Беседа, наблюдение
Герои русского фольклора - какие они?				6		
14.		Комбинированное занятие	1	Баба Яга	Здание учреждения	Беседа-викторина
15.		Комбинированное занятие	1	Баба Яга	Здание учреждения	Беседа
16.		Комбинированное занятие	1	Змей Горыныч	Здание учреждения	Беседа
17.	Январь	Комбинированное занятие	1	Серый волк	Здание учреждения	Беседа
18.		Комбинированное занятие	1	Медведь	Здание учреждения	Беседа, педагогический контроль
19.		Комбинированное занятие	1	Лиса	Здание учреждения	Беседа, педагогический контроль

Сильный человек – это человек с сильной волей.			2			
20.		Комбинированное занятие	1	Сила человека - это сила его воли	Здание учреждения	Беседа
21.	Февраль	Комбинированное занятие	1	Сила воли, как можно ее выработать	Здание учреждения	Беседа
Школа-это трудный радостный путь к Знаниям.				15		
22.		Комбинированное занятие	1	Трудности дороги к Знанию	Здание учреждения	Беседа, наблюдение
23.		Комбинированное занятие	1	Трудности дороги к Знанию	Здание учреждения	Беседа
24.		Комбинированное занятие	1	Трудности дороги к знанию можно преодолеть	Здание учреждения	Беседа
25.		Комбинированное занятие	1	Трудности дороги к знанию можно преодолеть	Здание учреждения	Беседа, педагогический контроль
26.	Март	Комбинированное занятие	1	Я преодолею трудности	Здание учреждения	Беседа
27.		Комбинированное занятие	1	Я преодолею трудности	Здание учреждения	Беседа
28.		Комбинированное занятие	1	В стране Знаний	Здание учреждения	Беседа
29.		Комбинированное занятие	1	В стране Знаний	Здание учреждения	Беседа
30.		Комбинированное занятие	1	В стране Знаний	Здание учреждения	Беседа
31.	Апрель	Комбинированное занятие	1	В стране Почемучек	Здание учреждения	Беседа
32.		Комбинированное занятие	1	В стране Почемучек	Здание учреждения	Беседа, педагогический контроль
33.	Май	Комбинированное занятие	1	В стране Почемучек	Здание учреждения	Беседа, педагогический контроль
34.		Комбинированное занятие	1	Мне скоро в школу	Здание учреждения	Беседа
35.		Комбинированное занятие	1	Мне скоро в школу	Здание учреждения	Беседа
36.		Комбинированное занятие	1	Итоговое занятие	Здание учреждения	Беседа, игра-викторина

ПРОГРАММА **воспитательной работы в творческом объединении** **«Тропинка к своему Я»**

В 2025-2026 учебном году воспитательная работа с обучающимися творческого объединения «Тропинка к своему Я» будет направлена на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма и гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам героев Отечества, к закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Цель программы: формирование у обучающихся духовно-нравственных, экологических ценностей, способности к здоровому и безопасному образу жизни, а также успешной социализации в обществе.

Программа направлена на то, чтобы подготовить молодое поколение к ответственной и осознанной жизни, основанной на уважении к окружающей среде и собственному здоровью.

Задачи программы:

- воспитать чувства патриотизма к малой Родине и чувства принадлежности к малой Родине.
- создать условия для активизации талантов и способностей обучающихся.
- создать условия для реализации возрастных и психологических особенностей, интересов и потребностей обучающихся в различных видах деятельности.
- объединить усилия педагогов, обучающихся, родителей (законных представителей) и общественности для реализации практических природоохранных акций, а также развития творческих и интеллектуальных способностей детей.

Приоритетные направления деятельности

Гражданско-патриотическое

Задачи воспитания:

- Формирование чувства гордости за свою страну и ее историю.
- Развитие ответственности и уважения к законам и порядку в обществе.
- Воспитание толерантности и уважения к многонациональной культуре.

Интеллектуально-познавательное

Задачи воспитания:

- Стимулирование любознательности и развитие критического мышления.
- Развитие навыков самообразования и саморазвития.
- Развитие навыков самостоятельного поиска информации, постановки цели и планирования своего обучения.
- Поддержка творческого мышления и развитие креативности.

Духовно-нравственное

Задачи воспитания:

- Формирование у детей чувства морали, справедливости, сострадания и сопереживания.
- Развитие эмоционального интеллекта и самоконтроля.
- Развитие способности к саморегуляции и эмпатии к окружающим.

- Воспитание духовных ценностей и нравственных убеждений.
- Обучение уважать себя и других, развивать чувство достоинства и самоуважения, а также понимание важности искренности, честности и ответственности.
- Поддержка развития духовности и веры.
- Формирование понимания и ценности духовного роста, стремлению к самосовершенствованию, работа над развитием своих личностных качеств, принятие ответственности за свои поступки и решения.

Профориентационное

Задачи воспитания:

- Содействие в определении своих интересов, наклонностей и способностей.
- Развитие творческого мышления и креативности.
- Воспитание ответственности и понимания важности выбора профессии.
- Развитие готовности к самообразованию и саморазвитию.
- Приобщение к труду.

Культурно-досуговое и художественно-эстетическое

Задачи воспитания:

- Развитие творческих способностей и художественного вкуса.
- Содействие в формировании уважения к культурному наследию и искусству.
- Способствование развитию творческого мышления и фантазии.
- Обучение активного участия детей в культурной жизни общества.
- Содействие развитию эстетического восприятия и чувства красоты.

Основы здорового образа жизни

Задачи воспитания:

- Способствование физической активности и здорового образа жизни.
- Обучение правильному питанию и соблюдению режима питания.
- Развитие навыков гигиены и заботы о здоровье.
- Поддержка эмоционального и психологического здоровья.
- Содействие развитию социальных навыков и здоровых отношений.
- Обучение детей основам безопасности и профилактике травм.

Безопасность жизнедеятельности

Задачи воспитания:

- Обучение правилам дорожного движения, безопасности на воде, в доме и на улице.
- Обучение безопасности в быту, на улице, на природе, в общественных местах, в транспорте и других ситуациях.
- Совершенствование форм и методов пропаганды правил безопасности и охраны труда.

Экологическая и природоохранная деятельность

Задачи воспитания:

- Обучение детей основам экологии и понимание важности сохранения природы.
- Формирование активного участия детей в экологических мероприятиях и инициативах.
- Развитие ответственного отношения к окружающей среде.
- Привитие умений по сохранению экосистем и обеспечению устойчивого развития, экологическому сознанию, умению принимать осознанные решения в повседневной жизни, а также понимать взаимосвязь между человеком и

природой.

Формы и методы воспитательной работы

- беседы;
- викторины;
- игры;
- конкурсы;
- акции;
- практические занятия и проекты;
- творческие задания;
- дискуссии.

Планируемые результаты работы

- Формирование гражданской активности и ответственности.
- Развитие критического мышления, логики и аналитических способностей.
- Понимание собственных способностей и интересов.
- Развитие творческих способностей и художественного вкуса.
- Формирование здоровых привычек и занятий спортом.
- Формирование и соблюдения правил безопасного поведения в различных ситуациях.

Стремление к созданию безопасной среды для себя и окружающих.

- Забота о сохранении природы и природных ресурсов.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ:

№ п/п	Мероприятие	Направление	Сроки проведения
1	Беседа «Правила эвакуации обучающихся при чрезвычайных ситуациях»	Безопасность жизнедеятельности	Сентябрь
2	Беседа «Профессии родителей»	Профориентационное	
3	Викторина «Правила дорожного движения»	Безопасность жизнедеятельности	
4	Участие в природоохранной акции «Очистим планету от мусора».	Экологическая и природоохранная деятельность	
5	Творческая работа «Красавица Золотая осень»	Художественно - эстетическое	
6	Беседа «16 октября - Всемирный день здорового питания»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
7	Творческое задание «12 ноября – Синичкин день»	Экологическая и природоохранная деятельность	
8	Творческая работа «Самое прекрасное слово на земле» День матери.	Культурно-досуговое	
9	Беседа «Полезные продукты»	Основы здорового и безопасного образа жизни	

10	Праздник «Посвящение в Почемучки»	Культурно - досуговое	Ноябрь
11	Беседа «Экология – зона тревоги»	Экологическая и природоохранная деятельность	Декабрь
12	Беседа «Соблюдение охраны труда на рабочем месте»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
13	Беседа «Фейерверки и петарды – детям не игрушки»	Безопасность жизнедеятельности	
14	Новогоднее мероприятие «Вместе встретим Новый год»	Культурно - досуговое	
15	Беседа «Старый Новый год»	Духовно – нравственное	
16	Беседа «О дружбе, доброте и отзывчивости»	Духовно – нравственное	Январь
17	Беседа ПДД «Осторожно, гололед!»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
18	Выставка «Любимые зимние забавы»	Художественно-эстетическое	
19	Участие в природоохранной акции «Покормите птиц зимой!»	Экологическая и природоохранная деятельность	
20	Беседа «Все профессии нужны!»	Профориентационное	
21	Игровое занятие «Чтоб расти и закаляться, будем спортом заниматься»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
22	Викторина «Интернет и безопасность»	Интеллектуально-познавательное	
23	Урок мужества «День Защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое	
24	Беседа ПДД «Будь внимателен на зимней дороге!»	Безопасность жизнедеятельности	Февраль
25	Праздник «Масленица»	Культурно - досуговое	
26	Викторина «Почему идет дождь? Почему идет снег?»	Экологическая и природоохранная деятельность	
27	Творческое занятие, выставка 8 марта «Праздник весны, красоты и радости»	Культурно - досуговое	

28	Игровое занятие «Весна пришла!»	Интеллектуально-познавательное	Апрель
29	Беседа «Пожарная безопасность в доме, квартире»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
30	Беседа «Соблюдение мер предосторожности в период весеннего таяния льда на водоемах»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
31	Викторина «Птицы прилетели»	Экологическое, культурно-досуговое	
32	Игра-викторина «День Земли»	Интеллектуально-познавательное	
33	Беседа «Правила эвакуации обучающихся при ЧС»	Безопасность жизнедеятельности	
34	Беседа «Пасхальные традиции»	Духовно – нравственное	
35	Игровое занятие «Мы выбираем здоровый образ жизни!»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
36	Конкурс рисунков «Космическое путешествие» День космонавтики	Культурно-досуговое	
37	Участие в викторине «Очистим город от мусора!»	Экологическая и природоохранная деятельность	Май
38	Беседа ПДД «Азбука пешехода»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
39	Праздник «Радужные состязания»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
40	Беседа «Правила поведения на водных объектах в период летнего купального сезона»	Безопасность жизнедеятельности	

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

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 разных детей различное воздействие. Методические приёмы классифицированы по теоретическим основаниям, формам осуществления, решаемым задачам.

Занятия проходят в игровой форме. Использование **игр** способствует развитию навыков общения, коммуникации, которые в дальнейшем помогают адаптации и социализации в социуме. Общение будет эффективным только тогда, когда его участники будут способны понимать эмоциональное состояние другого и уметь управлять собственными эмоциями. Важно научить обучающихся принимать свои собственные эмоции.

Ролевые игры, которые являются неотъемлемой частью каждого занятия, способствуют формированию основ ролевого поведения человека. Для обеспечения психологического здоровья необходимо адекватное ролевое развитие. К основным нарушениям ролевого развития у детей относят неумение переходить из роли в роль, неумение принимать любую роль, неумение

продуцировать новые образы, принятие патологических ролей. Соответственно ролевые методы проведения занятий предполагают принятие ребёнком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей, противоположных обычным; проигрывание своей роли в гротескном варианте. Ролевые методы в программе делятся на ролевую гимнастику (ролевые действия и ролевые образы) и психодраму. Дошкольники начинают осваивать ролевую гимнастику с ролевых действий, которые усложняются по мере взросления детей (походить как кошечки, попрыгать как зайчики). Важным для дошкольников является включение в ролевые действия голоса (помяукать как испуганный котёнок, злой, радостный), а также пальчиковых игр (пальчиками походить как медведи, зайцы).

Для старших дошкольников чаще используются ролевые образы животных (льва и зайца, волка и цыпленка), сказочных персонажей (Кощей Бессмертного, Змея Горыныча, Бабы Яги, Ивана-царевича), социальных и семейных ролей (учителя, директора, мамы, бабушке), неодушевлённых предметов (стола, шкафа, машины). Роль изображается при помощи мимики и жестов, иногда озвучивается.

В основе психодрамы может быть разыгрывание расправы с пугающими объектами. При этом либо используется смена ролей (ребёнок играет поочередно роли нападающего и жертвы), либо создаётся ситуация подвига и включается эмоциональное сопереживание объектам нападения. Кроме того, могут быть драматически разыграны или «оживлены» мысленные картинки, составленные детьми, или предложенные ведущим терапевтические сказки. Достаточно интересно и эффективно проходят пальчиковые драматизации, то есть разыгрывание этюдов или сказок только пальцами.

Психогимнастические игры основываются на теоретических положениях социально-психологического тренинга о необходимости особым образом формировать среду, в которой становятся возможными преднамеренные изменения. Эти изменения могут происходить в состоянии группы как целого, а могут – в состояниях и характеристиках отдельных участников. Однако изменения, предусматриваемые социально-психологическим тренингом, недостаточны для формирования психологического здоровья и не соответствуют возрастным особенностям детей. Поскольку важнейшие необходимые нам изменения – это формирование самопринятия и принятия других людей, для структурирования изменений была выбрана структура самосознания личности В.С. Мухиной, согласно которой в самосознании выделяется имя человека, притязание на социальное признание, психологическое время личности (её прошлое, настоящее, будущее), социальное пространство (её права и обязанности). Таким образом, в психогимнастических играх у детей формируются:

- а) принятие своего имени;
- б) принятие своих качеств характера;
- в) принятие своего прошлого, настоящего, будущего;
- г) принятие своих прав и обязанностей.

Коммуникативные игры, используемые в программе делятся на три группы:

1. Игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому вербальное или невербальное «поглаживание»;
2. Игры и задания, способствующие углублению осознания сферы общения;
3. Игры, обучающие умению сотрудничать.

Особое внимание уделяется играм первой группы, так как обычно человек склонен фиксировать своё внимание прежде всего на недостатках другого. Многие люди имеют так называемые «запреты на поглаживания», суть которых является трудность, а иногда и невозможность продуцирования положительных оценок и принятия положительных оценок других людей.

Игры и задания, направленные на развитие произвольности. Для дошкольников особенно большое значение имеют игры, способствующие формированию произвольности. Однако, чтобы формирование осознанности осуществлялось достаточно осознанно, поэтому ещё дошкольникам вводятся понятия «хозяин своих чувств», «сила воли».

Игры, направленные на развитие воображения, можно разделить на три группы: игры вербальные, невербальные и «мысленные картинки».

Вербальные игры представляют собой либо придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации (например: «Что произойдёт, если учительница припрыгает в класс на

одной ножке?»)», либо коллективное сочинение сказок или подбор различных ассоциаций к какому-либо слову.

Невербальные игры предполагают изображение детьми «как можно интереснее», по своему, того или иного живого существа или неживого предмета. В этом они частично пересекаются с ролевыми методами.

Достаточно часто могут использоваться «мысленные картинки». Дети закрывают глаза и под музыку (звуки дождя, грома, моря, утреннего леса) придумывают картинку, а затем рассказывают её группе. Задание может усложниться тем, что детям даётся определённая тема для картинки (например, тема дружбы или что-то очень страшное). Мысленная картинка может «оживляться». Автор картинки выбирает детей на роли героев и предметов своей картинки, объясняет им, где стоять, как двигаться, что говорить. По команде «раз, два, три, картинка оживи» герои и предметы картинки начинают двигаться, затем все дети хлопают автору и актёрам картинки.

Проявление и распознавание эмоций достаточно сложный процесс, который требует от ребёнка определённых знаний и определённого уровня развития. Эффективнее всего для этих целей подходит сказка. Сказочный мир, с его чудесам, тайнами и волшебством всегда привлекал детей разного возраста, особенно дошкольников. Погружаясь в воображаемый нереальный мир, ребёнок активно действует в нём, изменяет его, а затем переносит свой накопленный опыт в реальность, преобразуя её. Принимать решения в трудных ситуациях, верить в силу добра и любви гораздо интересней в роли сказочного героя.

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 формируется «механизм самопомощи»: ищи силы для разрешения конфликта в самом себе, ты их обязательно найдёшь и наверняка сможешь победить трудности.

Эмоционально-символические методы

А) Групповое обсуждение различных чувств: радости, обиды, гнева, страха, печали, интереса. Как необходимый этап обсуждения используются детские рисунки, выполненные на темы чувств. Причём на стадии рисования иногда исследуются и обсуждаются чувства и мысли, которые не удаётся раскрыть в процессе вербального общения.

Б) Направленное рисование, то есть рисование на определённые темы. В программе используется рисование при прослушивании терапевтических метафор. Детям предлагается рисовать всё, что навеивается метафорой.

Релаксационные методы построены как антипод стресса. В программу включены упражнения, основанные на методе активной нервно-мышечной релаксации, 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.

В программе используются **современные педагогические технологии**, к которым относятся:

- игровые технологии;
- технологии имитационного моделирования;
- сказкотерапия.

Материально-техническое обеспечение

1. Дидактический материал:

- картины с изображениями животных и их детёнышами, разными видами транспорта, природы, цветов, различных ситуаций, героями сказок;
- фотографии 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:

1. Доска передвижная поворотная магнитная.
2. Стол угловой «Компакт».
3. «Чудо-дерево».
4. Пуф «Карусель».
5. Лампа с водой.
6. Музыкальный центр или ноутбук.
7. Бассейн сухой угловой с шарами.
8. Методические и наглядные пособия, раздаточный материал, развивающие игры.
9. Светильник «Пламя».
10. Панно мелко моторное «Прогулка».
11. Панно «Живая природа».
12. Мягкий модуль.
13. Черепаха средняя.
14. Зеркальный шар с мотором.
15. Дорожка сенсорная.

3. Занятия проводятся в групповых комнатах с соблюдением всех санитарно-гигиенических норм.

В конце учебного года на определение уровня усвоения программы проводится итоговый мониторинг для изучения восприятия детьми графического изображения эмоций (**Приложение 1**), для изучения познавательной активности детей (**Приложение 2**), для изучения направленности личности, ценностных ориентаций детей (**Приложение 3**).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

ЛИТЕРАТУРА, ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ПРИ СОСТАВЛЕНИИ ПРОГРАММЫ:

1. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. «Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников». – М.: «Генезис», 2017. – 176 с.
2. Цветик-семицветик. Программа психолого-педагогических занятий для дошкольников. 5-6 лет. / Под ред. Н.Ю. Куражевой. – СПб.: «Речь», 2022. – 96 с.

ЛИТЕРАТУРА, ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ПЕДАГОГОМ:

1. Андреева А.Д., Вохмянина Т.В., Воронова А.А. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы. /Под ред. И.В. Дубровиной. - 5-е изд. - Екатеринбург: «Деловая книга», 2015. - 176 с.
2. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – М.: «Перспектива», 2022. – 224 с.
3. Мухина В.С. Возрастная психологии: феноменология развития бытия и личности Учебник для студентов ВУЗов. Том 1. - М.: «Наука». 2022. - 671 с.

ЛИТЕРАТУРА, РЕКОМЕНДУЕМАЯ ДЕТЯМ И РОДИТЕЛЯМ:

1. Дмитриева Н.Ю. Детская психосоматика. Почему болеют наши дети? – Ростов н/Д: «Феникс», 2019. – 153 с.
2. Гиппенрейтер Ю.В. Родителям. Книга вопросов и ответов. Что делать, чтобы дети хотели учиться, умели дружить и росли самостоятельными. – М.: «АСТ», 2019. – 192 с.
3. Гиппенрейтер Ю.В. Общаться с ребенком. Как? – М.: «АСТ», 2019. – 304 с.
4. Млодик И.Ю. Книга для неидеальных родителей, или Жизнь на свободную тему. – М.: «Генезис», 2017. – 232 с.
5. Развивающие занятия для дошкольников.5-6 лет. / Под ред. Н.Ю. Куражевой. – СПб.: «Речь», 2022. – 64 с.
5. Хухлаева О.В. В каждом ребенке – солнце. Психология ребенка от 0 до 11 лет. – СПб.: «Академический проект», 2017. – 324 с.
6. Фабер А., Мазлиш Э. Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили. / Под ред. Матушевой Н.В. - М.: «Бомбора», 2020. – 336 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
МОДИФИЦИРОВАННОЙ ПРОГРАММЕ
«ТРОПИНКА К СВОЕМУ «Я»

Тест Пиктограммы

Цель: изучение восприятия детьми графического изображения эмоций.

Наблюдение

Наблюдая определенные ситуации, педагог может понять, какие эмоции испытывает ребенок, и какое влияние могут иметь обнаруженные эмоциональные состояния на развитие его личности. В процессе наблюдения за детьми педагогу необходимо обращать внимание на следующее:

- хотят ли дети поиграть вместе или стараются избегать друг друга,
- как дети включаются в игровое обучение,
- принимают чужую инициативу или сопротивляются ей,
- кто из детей находился в центре игры, а кто молча наблюдает издали,
- какие отношения преобладают - добрые или конфликтные,
- какие эмоции преобладают - положительные или отрицательные.

Методика «Изучение социальных эмоций»

Диагностический материал: Вопросы и жизненные ситуации.

Проведение исследования: Сначала за детьми 3-7 лет наблюдают в разных видах деятельности. Затем проводят индивидуально 2 серии.

Первая серия. Экспериментатор задает ребенку вопросы:

1. Можно ли смеяться, если твой товарищ упал?

Почему?

2. Можно ли обижать животных?

Почему?

3. Нужно ли делиться игрушками с другими детьми?

Почему?

4. Если ты сломал игрушку, а педагог подумал на другого ребенка, нужно ли сказать, что это ты виноват?

Почему?

5. Можно ли шуметь, когда другие отдыхают?

Почему?

6. Можно ли драться, если другой ребенок отобрал у тебя игрушку?

Почему?

Вторая серия. Ребенку предлагают закончить несколько ситуаций.

1. Маша и Света убрали игрушки. Маша быстро сложила кубики в коробку. Воспитатель ей сказал: «Маша, ты сделала свою часть работы. Если хочешь, иди играй или помоги Свете закончить уборку». Маша ответила... Что ответила Маша? Почему?

2. Петя принес в детский сад новую игрушку - самосвал. Всем детям хотелось поиграть с этой игрушкой. Вдруг к Пете подошел Сережа, выхватил машину и стал с ней играть. Тогда Петя... Что сделал Петя? Почему?

3. Катя и Вера играли в пятнашки. Катя убежала, а Вера догоняла. Вдруг Катя упала. Тогда Вера... Что сделала Вера? Почему?

4. Таня и Оля играли в «дочки-матери». К ним подошел маленький мальчик и попросил: «Я тоже хочу играть». «Мы тебя не возьмем, ты еще маленький», - ответила Оля. А Таня сказала... Что сказала Таня? Почему?

5. Коля играл в «лошадки». Он бегал и кричал «Но, но, но!» В другой комнате мама укладывала спать его маленькую сестренку Свету. Девочка никак не могла заснуть и плакала. Тогда мама подошла к Коле и сказала: «Не шуми, пожалуйста. Света никак не может заснуть». Коля ей ответил... Что ответил Коля? Почему?

6. Таня и Миша рисовали. К ним подошел воспитатель и сказал: «Молодец, Таня. Твой рисунок получился очень хорошим». Миша тоже посмотрел на Танин рисунок и сказал... Что сказал Миша? Почему?

7. Саша гулял около дома. Вдруг он увидел маленького котенка, который дрожал от холода и жалобно мяукал. Тогда Саша... Что сделал Саша? Почему?

Обработка данных: При обработке результатов серий особое внимание обращают не только на правильность ответа ребенка, но и на его мотивировку. Данные наблюдения и эксперимента сопоставляют. Делают вывод о сформированности социальных эмоций и их влиянии на поведение детей.

Методика «Древо желаний» В.С. Юркевич

Цель: изучение познавательной активности детей (используются картинки и словесные ситуации).

Волшебник может исполнить 5 твоих желаний. Чтобы ты у него попросил? (6 мин.)

Мудрец может ответить на любые твои вопросы. О чем бы ты спросил у него? (регистрируются первые 5 ответов) – 6 мин.

Ковер-самолет в мгновение ока доставит тебя куда ты захочешь. Куда бы ты хотел слетать? (регистрируются первые 5 ответов) – 6 мин.

Чудо-машина умеет все на свете: шить, печь пироги, мыть посуду, делать любые игрушки. Что должна сделать чудо-машина по твоему приказанию? – 5 мин.

Главная книга страны Вообразилии. В ней любые истории обо всем на свете. О чем бы ты хотел узнать из этой книги? – 5 мин.

Ты очутился вместе с мамой в таком месте, где все разрешается. Ты можешь делать все, что твоей душе угодно. Придумай, что бы ты в таком случае делал? – (регистрируются первые 5 ответов) – 4 мин.

Из ответов выбираются ответы познавательного характера.

Высокий уровень познавательной потребности – 9 ответов и выше.

Средний уровень познавательной потребности – от 3 до 8 ответов.

Низкий уровень познавательной потребности – 2 и меньше ответов.

Качественный анализ:

Высокий уровень – стремление проникнуть в причинно-следственные связи явлений, отчетливо проявляется исследовательский интерес к миру.

Средний уровень – потребность в знаниях имеется, но привлекает только конкретная информация, причем достаточно поверхностная.

Низкий уровень – дети удовлетворяются односложной информацией, например их интересует реальность услышанной когда-то сказки, легенды и т.д.

Все эти суждения носят познавательный характер, но различаются разным уровнем сложности.

Ответы «потребительского» содержания – иметь игрушки, проводить досуг без познавательных целей.

Креативные ситуации – 2, 3, 4, 5.

Тест для определения эмоционального благополучия ребёнка в группе (для родителей (законных представителей))

1. Уверен ли ребенок, что его каждое утро ждут в группе, рады?
2. Имеет ли ребенок возможность самостоятельно, свободно выбирать материалы, пособия, игрушки?
3. Имеет ли ребенок право на выбор деятельности?
4. Имеет ли ребенок право на отказ от коллективной (совместной) деятельности?
5. Может ли ребенок выбрать свой индивидуальный способ действий с материалами, пособиями, игрушками?
6. Имеет ли ребенок право на свой индивидуальный темп работы?
7. Имеет ли ребенок возможность проявлять активность, в том числе двигательную?
8. Есть ли у ребенка необходимое жизненное пространство для реализации потребности как в общении, так и в уединении?
9. Ощущает ли ребенок себя членом «семьи-группы» и может ли предложить что-то изменить в интерьере, переставить или переоборудовать?
10. Ощущает ли ребенок свою значимость для вас, для всех взрослых, работающих в детском саду?
11. Ощущает ли себя достойным человеком?
12. Ощущает ли себя виноватым, если что-то не получилось?
13. Ощущает ли зависимость от настроения старших, воспитателей?

14. Уверен ли ребенок в том, что послушание — его главное достоинство в детском саду?
15. Понимает ли ребенок, что в присутствии «проверяющих» надо вести себя образцово, «прилично», не как всегда?
16. Понимает ли, что нельзя задавать «неприличных» вопросов педагогу?

Если на большинство вопросов с 1 по 11 Вы ответили утвердительно, а на вопросы с 12 по 16 ответили отрицательно то ребёнок в Вашей группе испытывает эмоциональное благополучие, что является основой и физического, и психического здоровья.

Если же Вы утвердительно ответили на вопросы с 12 по 16, а на вопросы с 1 по 11 отрицательно, то ни о каком эмоциональном благополучии не стоит и говорить. Вероятно Ваши дети часто плаксивы, обидчивы или агрессивны, раздражительны? Это результат травмирующей эмоциональной обстановки. **ЗАДУМАЙТЕСЬ.**

Исследование самооценки ребенка с помощью методики «Лесенка»

Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, где средняя ступенька имеет вид площадки, и объясняют задание. Инструкция: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?» После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама».

Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить. В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д. Наиболее характерные особенности выполнения задания, свойственные детям с завышенной, адекватной и заниженной самооценкой.

Способ выполнения задания	Тип самооценки
1. Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».	Неадекватно завышенная самооценка
2. После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».	Завышенная самооценка
3. Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.	Адекватная самооценка
4. Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».	Заниженная самооценка

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять. Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю». Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и

непривычных видах деятельности их самооценка завышенная. Заниженная самооценка у детей дошкольного возраста рассматривается как отклонение в развитии личности.

Методика «Цветик-семицветик»

Цель: диагностика направленности личности, ценностных ориентаций детей.

Порядок исследования. Детям читают (вспоминают) сказку В. Катаева «Цветик-семицветик». Возможен просмотр мультфильма. Затем индивидуально у каждого ребенка спрашивают, какие желания загадал бы он. Обработка результатов: выписать желания, суммируя повторяющиеся или близкие по смыслу, сгруппировать по -

- материальные желания –
- нравственные –
- познавательные -
- разрушительные -

Методика «Какой Я?»

Цель: определение самооценки ребенка 5-6 лет.

Экспериментатор, пользуясь представленным далее протоколом, спрашивает у ребенка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребенком самому себе, предоставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы. Оценка результатов. Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов, ответы типа «не знаю» или «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Уровень самооценки определяется по общей сумме баллов, набранной ребенком по всем качествам личности.

Выводы об уровне развития самооценки:

Протокол методики «Какой я»

п/п	№	Оцениваемые качества личности	Оценки по вербальной шкале			
			да	нет	иногда	не знаю
	1	Хороший				
	2	Добрый				
	3	Умный				
	4	Аккуратный				
	5	Послушный				
	6	Внимательный				
	7	Вежливый				
	8	Умелый (способный)				
	9	Трудолюбивый				
	10	Честный				

- 10 баллов – очень высокий
- 8-9 баллов – высокий
- 4-7 баллов – средний
- 2-3 балла – низкий
- 0-1 балл – очень низкий

Согласно возрастной норме, самооценка дошкольника высокая. Следует отметить, что ответы ребенка на некоторые вопросы (например, послушный, честный) могут свидетельствовать об адекватности самооценки. Так, например, если наряду с ответами «да» на все вопросы ребенок утверждает, что он «послушный всегда», «честный всегда», можно предположить, что он не всегда достаточно критичен к себе. Адекватность самооценки можно проверить, сравнив ответ ребенка по данной шкале с ответами родителя о ребенке по тем же личностным качествам.

Методика на исследование самосознания (Непомнящая Н.И.)

Эксперимент проводится в форме свободной, непринужденной беседы взрослого с ребенком. К этому времени у детей возникает достаточно доверительное отношение к экспериментатору, с которым они уже не раз занимались, общались в группе.

Перед началом беседы создается доброжелательная атмосфера, взрослый демонстрирует положительное отношение к любым ответам ребенка, побуждая его этим к искренности. Всякий ответ экспериментатор просит ребенка обосновать, разъяснить, что тот понимает, употребляя те или иные обозначения. Тем самым выясняются причины предпочтений, оценок, трудностей ребенка, характер его отношений с другими. Особенности самосознания в основных сферах жизнедеятельности ребенка выявлялись через сопоставление с соответствующими особенностями поведения детей в реальных ситуациях. Вопросы группировались по основным сферам жизнедеятельности ребенка. Первую группу (А и Б) составили вопросы, относящиеся к ценностной сфере, вторую (В) – вопросы из сферы деятельности, третью (Г) – вопросы из сферы межличностных отношений.

А. Осознание своих предпочтений, при ответах на общие вопросы:

1. Что ты больше всего на свете любишь?
2. Что для тебя самое главное?
3. Что ты больше всего любишь делать?
4. Как ты считаешь, ты хороший мальчик (девочка)? Почему?
5. А как считает воспитательница?
6. Другие дети? Почему?

Ответы на вопросы 4–6 и их обоснования выявляют содержание, которое вкладывает ребенок в такое постоянно употребляемое понятие, как «хороший». Кроме того, через различия в ответах на такие вопросы, заданные в общей и более конкретной форме, а затем заданные: а) в прямой, открытой и б) скрытой (косвенной форме), выявлялись особенности оценки себя самим ребенком и представлений о такой оценке другими лицами.

7. Ты себя считаешь умным мальчиком (девочкой)?

Ответы на этот вопрос и их обоснования позволяли раскрыть, что 6-летний ребенок понимает под словом «умный». Например, вкладывает в него типично «дошкольное» содержание (слушается, не дерется и т. д. либо хорошо занимается, все правильно делает, умеет читать и т. д.) как качеств, значимых для подготовки к школе или начала обучения в ней.

Б. Осознание предпочитаемой сферы, жизнедеятельности

(«Неопределенный рассказ»)

Экспериментатор, чтобы создать мотивировку, говорит ребенку: «Ты уже большой, можешь многое делать, много умеешь. Вашей группе хотят поручить сделать разные дела. Но для этого нужно:

1. узнать хорошенько, для кого надо делать, что делать, какие вещи, какими они должны быть;
2. подумать о том, что и как делать, что для этого нужно;
3. затем все это надо как следует сделать;
4. сделав, отнести тем, для кого эти вещи делались».

Ребенок должен повторить рассказ взрослого. Уже при повторении часто ребенок невольно акцентирует наиболее значимые для себя моменты ситуации, представленной в достаточно общей и неопределенной форме. Воспроизводя рассказ, дети могут часто что-то пропустить и добавить то, чего не было, скажем при значимости отношений с другими добавляют: «Отнести вещи тем, кому делали, и послушать, что те скажут, как их похвалят» и т.п. В таких случаях экспериментатор повторяет свой рассказ до тех пор, пока ребенок не начнет воспроизводить его, ничего не пропуская.

После этого у ребенка спрашивают: «Что бы ты больше всего из этого хотел делать?» Одни дети хотят делать одно, другие – другое, а некоторые – все. По ответу на такой вопрос можно судить, какая сторона неопределенной ситуации, моделирующей возможную реальную ситуацию, наиболее значима для ребенка. Узнать, для кого делаешь, и отдать – при значимости отношений; делать все, обычно еще добавляются подробности, – при значимости деятельности или «делания»; подумать – при значимости сферы познания, осознания.

При ответе ребенка, что он хочет делать все, экспериментатор варьирует свой рассказ, говоря, что то-то сделают ребята из другой группы. При ответе ребенка, что он будет делать все остальное, в зависимости от его обоснования своего ответа можно говорить о значимости для ребенка всех сфер жизнедеятельности, универсальности его ценности.

В. Осознание своей деятельности. Общие вопросы:

1. Что ты любишь больше всего делать? Почему? А что еще ты любишь делать?

Почему? И т.д.

2. Что у тебя лучше всего получается?

3. Что у тебя хуже всего получается?

По всем вопросам проводится беседа, выясняется, почему ребенок отвечает именно так, что позволяет выяснить особенности осознания своей деятельности при таких общих вопросах. Конкретные вопросы.

Экспериментатор просит ребенка рассказать все, что дети делают дома, в детском саду, в школе. Помогает ему вспомнить разные дела и занятия. После этого взрослый спрашивает, что из перечисленного ребенок любит больше всего (меньше всего), и просит обосновать свой ответ. Взрослый задает также и альтернативные вопросы: «Что ты больше любишь – убирать, или дежурить, занятия или играть?» и т.д. Предлагаются альтернативные вопросы, и когда выясняется, почему ребенку нравится делать одно и не нравится делать другое. В ответах ребенка обращается внимание на то, как он обосновывает свое позитивное или негативное отношение. Например, нравится лепка потому, что как хочешь, так и сделаешь; математика – потому, что нужно отвечать как следует; конструирование – потому, что люблю руками делать, а на других занятиях надо думать, это я не люблю; не нравится «Родное слово» потому, что стесняюсь перед всеми ребятами придумывать рассказ.

После такой беседы экспериментатор по очереди называет каждое из занятий, спрашивая ребенка, нравится ли ему этим заниматься. И опять-таки просит обосновать, почему что-то нравится или не нравится. Затем ребенка спрашивают, какие игры он больше любит, почему, какое из домашних дел ему нравится.

В ответах ребенка фиксируется устойчивость предпочтений определенных видов деятельности, выявляются последовательность дел — от наиболее предпочитаемых к наименее, степень осознания предпочтений и их причины, осознание ребенком своих возможностей, трудностей (т. е. осознание соотношения между «Я» идеальным и «Я» реальным). Полученные в беседе данные сопоставляются с особенностями реальной деятельности, выявленными с помощью наблюдений и анализа поведения ребенка в группе, характеристик воспитателей и родителей и по данным специальных экспериментов.

Г. Осознание себя и других в отношениях с другими.

Вопросы о личностных качествах:

1. Как ты считаешь, ты добрый мальчик (девочка)? Почему?

2. Что такое добрый человек?

3. Что такое злой человек?

4. Тебя хвалят? Кто? За что?

5. Бывает, что тебя ругают? Кто? Когда? Почему?

6. Кто тебе в группе больше всех нравится?

7. Меньше всех нравится?

8. Кого ты больше всего жалеешь?

9. Если бы ты увидел(а), что мальчик (девочка) плачет, что ты сделал(а) бы? Что почувствовал(а) бы?

10. Кто у вас в группе самый добрый?

11. Кто у вас в группе самый злой?

12. Есть такой человек, на которого ты хотел(а) бы быть похожим(ей)? Если ребенок понимает этот вопрос как внешнее сходство, то объясняется, что имеется в виду. После этого задаются такие вопросы: а ты такой(ая) же? Чем не такой(ая) же?

Все свои ответы ребенок должен обосновать. При этом выясняется осознание им своих личностных качеств и отношения к себе, что понимает ребенок под такими словами, как «добрый» и «злой» и т.п., предпочтение им определенных лиц, сопоставление себя с ними, наличие идеала, осмысливается или нет другой человек, а если осмысливается, то что при этом оказывается значимым,

какие личностные качества, например заступиться за друга для ребенка важнее, чем то, что другой не шалит.

После беседы и ответов на вопросы взрослый просит ребенка вообразить ситуации, аналогичные тем, которые имели место реально в эксперименте на отношении «Я – другой». Ребенку напоминает о том, как он помогал малышу убрать и помыть детали «Конструктора». Затем ему говорится: «Если тебя спросят, ты хочешь помочь малышам или...» При этом перечисляются дела в порядке усиления их значимости для ребенка. По значимости при всех различиях предлагаемые дела можно выстроить следующим образом (от менее значимых к более):

1. что-то доделать; предлагается, например, доделать вертушки, дописать палочки и кружочки и т.п.;
2. писать буквы, чтобы в школе успевать;
3. дело, которое ребенок делать не хочет, но взрослый просит его сделать, говоря, например: «У тебя лучше получается» и т.п.;
4. дело, от которого ребенок отказывается, но взрослый говорит, что об этом просили воспитательница, один из родителей, дети, тот, на которого ребенок хотел походить (дается в последовательности от более значимого к менее значимому лицу).

Наиболее типичные приемы усиления значимости таковы: «Воспитательница будет недовольна, если ты этого не сделаешь», «Петя скажет, что ты плохой мальчик, потому что...», «Тебя будут ругать», «Тебе не разрешать играть с ребятами». (При ценностности отношений с другими и значимости отношения Других к себе такая оценка очень важна.)

Воображаемые ситуации аналогичны реальным, имевшим место в эксперименте на отношении «Я – другой», в них также вводится дефицит времени, конфликт ситуаций своей и другого. Но в данном эксперименте можно более тонко проанализировать значимость для ребенка отношения к нему разных лиц. Скажем, вводятся такие ситуации:

1. Ребята писали палочки и не закончили. Что ты хочешь – закончить писать палочки или учиться буквы писать, чтобы в школе успевать?
2. Воспитательница сказала, что нужно сделать то-то и то-то. (Предлагается дело, которое ребенок отказывается делать.)
3. Предлагается сделать то, о чем просила воспитательница, или то, что хотела бы мама ребенка (два дела несовместимы), т.е. задается конфликт ситуаций.
4. Предлагается сделать то, о чем просила воспитательница или мама (в зависимости от выбора в ситуации 3), и то, что понравится детям, а ребенок этого делать не хочет, т.е. конфликт ситуаций усиливается.
5. Предлагается сделать то, что ребенок делать отказывается, но что понравится тому, на кого хотел бы походить ребенок.

Конфликт ситуаций может усиливаться и за счет роста негативной оценки значимых для ребенка лиц. Например, ребенку говорится, что воспитательница будет недовольна, будет ругать, скажет, что он плохой мальчик, если не сделает этого, или что дети не станут играть с ним.

При конфликте ситуаций очень важно, чтобы ребенок ответил на вопрос: «А что бы в такой-то ситуации предпочел бы тот, на кого ребенок хотел бы быть похожим?» При этом фиксируется, как меняется выбор испытуемого. и меняется ли он вообще. При исследовании самосознания важно также фиксировать, как меняются выбор ребенком ситуаций, содержание в степень осознанности этого выбора в зависимости от уровня неопределенности ситуации: от сугубо идеальных, общих ко все более конкретным. Следует иметь в виду, что расхождения, противоречия в самосознании в зависимости от указанного движения являются одной из специфических характеристик детей 6-ти лет.