

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 52 города Ставрополя

Принято
Решением педагогического совета
«_24_» _____ августа _____ 2021 г.
Протокол № _____

Утверждаю
заведующий МБДОУ д/с № 52
_____ И.В.Серяк
«_24_» _____ августа _____ 2021 г.
Пр № 105 -ОД от 24.08.2021г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
КРУЖКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ «ЛИДЕР»**

для детей 5-7 лет

Составил:
Педагог-психолог
Киримова Н.И.

Пояснительная записка

Анатомо-физиологические особенности детей старшего дошкольного возраста

Что происходит с самим ребенком в этом возрасте?

Седьмой год жизни – продолжение очень важного целостного периода в развитии детей, который начинается в пять лет и завершается в семи годам. Вместе с тем дальнейшее разворачивание этих образований создает психологические условия для появления новых линий и направлений развития. В шестилетнем возрасте идет процесс активного созревания организма. Вес ребенка увеличивается в месяц на 200 граммов, рост на 0,5 см, изменяются пропорции тела. В среднем рост 7-летних детей равен 113-122 см, средний вес равен 21-25 кг. Области мозга сформированы почти как у взрослого. Хорошо развита двигательная сфера. Продолжаются процессы окостенения, но изгибы позвоночника еще неустойчивы. Идет развитие крупной, особенно мелкой мускулатуры. Интенсивно развивается координация мышц кисти. Общее физическое развитие тесно связано с развитием тонкой моторики ребенка. Тренировка пальцев рук является средством повышения интеллекта ребенка, развития и подготовки к письму.

Возраст 6-7 лет относится к периоду первого детства. В этом возрасте происходит первое изменение пропорций тела. К 6-7 годам соотношение головы и туловища становится такими же, как у взрослых. К 6 годам начинается смена молочных зубов на постоянные.

К 6-7 годам интенсивно идет развитие опорно-двигательной системы (скелета, суставно-связочного аппарата, мускулатуры). Изменение пропорций тела используется как показатель «школьной зрелости». Не сформировавшийся, не завершивший свое построение опорно-двигательный аппарат дошкольника испытывает нагрузку, поэтому часто ребенок непоседлив, а долго удерживаемая неправильная поза приводит к нарушению осанки, деформациям грудной клетки и т.п. У ребенка 6-7 лет слабо развиты мелкие мышцы рук, не закончено окостенение костей запястья и фаланг запястья.

К 6-7 годам продолжается развитие сердечно-сосудистой системы, совершенствуется регуляция кровообращения. Даже 15-20 минутная учебная нагрузка вызывает серьезное напряжение сердечно-сосудистой системы. Из-за несовершенства нервной регуляции может нарушаться работа сердца. В этом возрасте происходит завершение процессов развития и преобразования

системы органов дыхания, пищеварения, эндокринной и других систем. Организм ребенка растет, развивается, совершенствуется.

6-7 лет – период интенсивного развития мозга. К 6 годам уже достаточно четко проявляются индивидуальные особенности высшей нервной деятельности. Для ребенка 6-летнего возраста чрезвычайно важна сформированность основных анализаторных систем и, прежде всего, зрительной системы. В этот период зрение находится в стадии становления.

В развитии движений для детей 6-7 лет характерна уверенность владения элементами техники всех бытовых движений, способность к самостоятельным, точным, ловким движениям, производимым под музыку, в группе детей. Дети способны освоить и правильно реализовать сложнокоординированные действия при ходьбе, выполнять сложнокоординированные гимнастические упражнения, способны к координированным движением пальцев, кисти, руки при выполнении бытовых действий, при работе с конструктором, мозаикой, карандашом.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания для детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

В понятие «физическая готовность» входит состояние здоровья будущего школьника, уровень его физических возможностей, крупной и мелкой моторики. Хорошее здоровье играет большую роль в обучении; это тот резерв, тот запас сил, который во многом определяет успешность решения поставленных задач.

На сегодняшний день практически общепризнанно, что готовность к школьному обучению – многокомпонентное образование, которое требует комплексных психологических исследований. В структуре психологической готовности принято выделять следующие компоненты:

1. Личностная готовность

Включает формирование у ребенка готовности к принятию новой социальной позиции – положение школьника, имеющего круг прав и обязанностей. Эта личностная готовность выражается в отношении ребенка к школе, к учебной деятельности, учителям, самому себе. В личную готовность входит и определенный уровень развития

мотивационной сферы. Готовым к школьному обучению является ребенок, которого школа привлекает не внешней стороной (атрибуты школьной жизни – портфель, учебники, тетради), а возможностью получать новые знания, что предполагает развитие познавательных интересов. Будущему школьнику необходимо произвольно управлять своим поведением, познавательной деятельностью, что становится возможным при сформированной иерархической системе мотивов. Таким образом, ребенок должен обладать развитой учебной мотивацией. Личностная готовность также предполагает определенный уровень развития эмоциональной сферы ребенка. К началу школьного обучения у ребенка должна быть достигнута сравнительно хорошая эмоциональная устойчивость, на фоне которой и возможно развитие и протекание учебной деятельности.

2. Интеллектуальная готовность

Данный компонент готовности предполагает наличие у ребенка кругозора, запаса конкретных знаний. Ребенок должен владеть планомерным восприятием, элементами теоретического отношения к изучаемому материалу, обобщенными формами мышления и основными логическими операциями, смысловым запоминанием. Однако, в основном мышление ребенка остается образным, опирающимся на реальные действия с предметами, их заместителями. Интеллектуальная готовность также предполагает формирование у ребенка начальных умений в области учебной деятельности, в частности, умение выделить учебную задачу и превратить ее в самостоятельную цель деятельности. Обобщая, можно говорить, что развитие интеллектуальной готовности к обучению в школе предполагает:

- дифференцированное восприятие;
- аналитическое мышление (способность постижения основных признаков и связей между явлениями, способность воспроизвести образец);
- рациональный подход к действительности (ослабление роли фантазии);
- логическое запоминание;
- интерес к знаниям, процессу их получения за счет дополнительных усилий;

овладение на слух разговорной речью и способность к пониманию и применению символов;

3. Социально-психологическая готовность

Этот компонент готовности включает в себя формирование у детей качеств, благодаря которым они могли бы общаться с другими детьми, учителем. Ребенок приходит в школу, класс, где дети заняты общим делом, и ему необходимо обладать достаточно гибкими способами установления взаимоотношений с другими детьми, необходимы умения войти в детское общество, действовать совместно с другими, умение уступать и защищаться. Таким образом, данный компонент предполагает развитие у детей потребности в общении с другими, умения подчиняться интересам и обычаям детской группы, развивающиеся способности справляться с ролью школьника в ситуации школьного обучения.

И теперь, зная какие компоненты необходимо формировать у вашего ребенка, попытаемся сами подготовить малыша к школьному обучению так, чтобы он не только не испытывал трудностей, но и пошел в школу с радостью и учился удовольствием.

Повышение эффективности психологического воспитания детей дошкольного возраста чрезвычайно важна, так как именно в этом возрасте закладываются основы физического и психического здоровья и развития человека.

Необходимость работы в данном направлении возникла по ряду причин:

В системе подготовки дошкольников к обучению в школе очень актуальной является организация педагогом-психологом коррекционно-развивающих занятий, которые помогают формировать и развивать у детей школьно - значимые навыки, адаптировать их к обучению в школе. Именно с этой целью была написана данная программа.

Цель программы

- оказание старшим дошкольникам помощи в развитии школьно-значимых навыков и умений.
- волевой регуляции деятельности, предотвратить возможные трудности в общении с другими детьми.
- для развития лучшего усвоения познавательных процессов.

Поставленная цель требует решения следующих задач.

- Привить ребенку умение подчинять свою работу (деятельность) на различных занятиях массе обязательных для всех правил. Так как подчинение правилам формирует у дошкольника умение регулировать свое поведение и тем самым формы произвольного управления им.
- Оказать помощь в развитии у детей школьно-значимых навыков и умений, а также таких психических функций, как мышление, речь, концентрация и переключение внимания, память, воображение, восприятие детьми задания на слух. Кроме того, программа занятий направлена на развитие у дошкольника самостоятельности, мелкой моторики рук, творческого мышления, чувства цвета.
- Оказать учащимся помощь в подготовке к школе с целью успешного преодоления трудностей адаптационного периода, помочь в приобретении ими навыков общения со сверстниками.
- Привить дошкольникам морально-нравственные представления об организации общения друг с другом.

Каждое занятие в рамках курса «Психологическое здоровье» является самостоятельной единицей, но сохраняет общую логику проведения занятий и реализует задачи, поставленные перед всем курсом.

В основе курса лежат следующие принципы

- Принцип многократного повторения материала для формирования у ребенка не просто умения, но и навыка.
- Принцип положительного подкрепления.
- Принцип доверия (откровенности) – мы доверяем друг другу, не боимся переспросить, если что-то непонятно, не боимся быть смешными.
- Принцип уважительного отношения друг к другу.

Новизна программы

Развитие психологических способностей детей осуществляется в интеграции учебно-воспитательного процесса и кружковой работы. Особое внимание уделяется формированию психологических навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам овладения психологических методик соответствующий возрастным критериям.

Занятия проводятся эмоционально, с большим использованием игровых упражнений с методическим пособием, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения.

Содержание программы сориентировано на создание у детей хорошей психологической подготовке, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств, чувства коллективизма. Перспективное планирование обеспечивает

освоение программного материала в определенной последовательности. Повторяемость занятий позволяет закреплять умения и навыки.

Принимая во внимание необходимость индивидуальной и коллективной работы с детьми, распределение программного материала можно считать примерным.

Данная программа составлена с учетом особенностей развития детей старшего дошкольного возраста.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность данного направления в работе с детьми дошкольниками обуславливается тем, что в программе «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е.Вераксы, С.Комаровой, М.А. Васильевой.) недостаточно уделено внимание психологическому развитию детей. А современные требования обучению детей в образовательных учреждениях требует большая психо-эмоциональная устойчивость, чем раньше дети будут психологически подготовлены, тем успешнее будет проходить обучение и освоение новым навыкам. Детям со средним и низким уровнем в развитии требуются дополнительные занятия, и эти занятия должны проходить в более игровой форме и в непринужденной обстановке тем самым заинтересовав детей к занятиям и поддерживая интерес к интеллектуальным играм. Следовательно, необходимо детально разработать методику обучения элементам игры в психологии детей дошкольного возраста для использования ее в кружковой работе, определение его содержания с учетом возрастных особенностей детей, их физического и психического развития. При этом необходимо учитывать и задачи психологического воспитания детей дошкольного возраста, и специфику работы дошкольного учреждения.

В кружковую работу могут включаться и игры, и специальные упражнения по закреплению навыков владения ими. Обучение детей основным приемам владения в игровых условиях должно иметь целью достижения благоприятного психологического развития, разносторонней подготовленностью детей, ознакомлением детей в доступной форме и преемственности в работе по психологическому воспитанию ДОУ и начальной школы.

Основное внимание должно быть направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения в школе.

Нормативно - правовая база

- Конвенция о правах ребёнка.
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации». (№124-ФЗ от 24.07.98 г.)
- Закон Российской Федерации «Об образовании». (№12-ФЗ от 1992г.)
- Концепция дошкольного воспитания. (16.06.1989г.)

- Закон РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (№52-ФЗ от 30.03.99г.)
- Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении (№ 655 от 23.11.2009г.)
- Приказ МО РФ №448 от 22.08.96г. «Об утверждении документов по проведению аттестации и государственной аккредитации дошкольных образовательных учреждений»
- Письмо МО РФ №65/23 - 16 от 14.03.2000г. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»
- Типовое положение об образовательном учреждении для детей нуждающихся в психолого–педагогической, медико-социальной помощи. От 23.12.2002. №919; от 18.08.2008. №617; от 10.03.2009. №216
- Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДООУ (СанПиН 2.4.1. 1249 – 03)
- «Положение о службе практической психологии в системе министерства образования российской федерации»
- «Права и обязанности специалиста психологической службы»
- Должностная инструкция педагога-психолога МБДОУ д/с 52.

Формы организации занятий

Педагог организует работу детей 12–15 человек. К концу учебного года можно постепенно увеличить продолжительность занятий в зависимости от состояния и возможностей детей от 25 минут до 30–35 минут.

Для проведения занятий; у педагога-психолога – набор эстетично оформленного демонстрационного и раздаточного материала, аудио аппаратура для проведения релаксационных упражнений.

Был проанализирован режим дня и организация всей жизни учреждения, чтобы в дальнейшем включить занятия кружка «Лидер» в режим воспитательно-образовательной работы. Руководитель кружка один раз в неделю проводит с детьми специально организованные занятия по обучению детей элементам психологической коррекции методом игры и различным упражнениям психологического характера. Имеется план кружка и табель посещаемости.

Детям старшего дошкольного возраста, которые посещают кружок «Лидер» требуются дополнительные занятия с педагогом-психологом, для формирования устойчивого психо-эмоционального состояния, для развития лучшего усвоения познавательных процессов, умения контактировать с окружающими, приобрести дополнительные навыки в развитии мелкой моторики. Дети, которые посещают кружок «Лидер» имеют средний и низкий уровень психолого-педагогического развития.

Работа кружка

«Лидер» способствует совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению психо-эмоционального состояния детей.

Количество занятий – 1 занятие в неделю, 4 занятия в месяц, 36 занятий в учебный год (с сентября по май).

Длительность кружкового занятия для детей подготовительной и старшей группы 20-25 минут.

Место проведения кружка – музыкальный зал МБДОУ д/с №52

Форма обучения – специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные тренинги.

Количество детей в кружке: 12-15 человек.

Содержание программы кружка «Лидер»

Структура развивающих занятий.

Занятия построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим.

1. Интеллектуально-развивающие игры и упражнения. Направлены на развитие памяти, внимания, мышления, воображения, речи, внимания, восприятия.

2. Дыхательно-координационные упражнения. Направлены на активизацию работы стволовых отделов мозга, ритмирование правого полушария, снятие мышечного напряжения.

3. Пальчиковая гимнастика. Способствует развитию психических функций (вниманию, памяти, мышлению и речи), а также подвижности и гибкости кистей рук.

4. Упражнения для профилактики нарушений зрения и предупреждения зрительного переутомления. Способствуют снятию рефлекса периферического зрения, ритмированию правого полушария, активизации мозга и межполушарного взаимодействия.

5. Релаксационные упражнения для дошкольников.

Гимнастика расслабления (релаксации), метод физического воздействия на мышечный тонус с целью снятия повышенного нервно-психического напряжения, выравнивания эмоционального состояния, улучшения самочувствия и настроения. В детской психологии успешно применяется для детей с гиперактивным, девиантным и адиктивным поведением.

Также широко применяется в различных видах спорта для снятия нервно-эмоционального перенапряжения спортсменов перед соревнованиями, в трудовой деятельности — для уменьшения усталости

и профилактики некоторых болезней, для лечебных целей.

Ожидаемые результаты

Развивающий и коррекционный эффект данного курса занятий проявляется прежде всего в интересе детей к разным видам упражнений, который со временем перерастает в познавательный мотив деятельности детей. Дети становятся более активными и уверенными в своих силах и возможностях и на других занятиях. К концу учебного года улучшаются эмоциональное состояние, зрительно-моторные координации детей, формируется произвольность, улучшаются процессы памяти и внимания. Курс занятий используется на развитие психоэмоциональной стабильности так и на повышение интеллектуальных способностей и в качестве подготовки детей к школе.

Тематическое планирование кружка «Лидер»

№ Занятия	Тема	Кол- во часов
1	Вводное занятие	1
2,3	Добро пожаловать в клуб «Лидер»	2
4,5	Попробуй, разберись!	2
6	Развиваем свою память	1
7, 8	Учимся мышлению и речи	2
9	Запомним на слух	1
10	Геометрические ковры	1
11	Один – много	1
12	Художники	1
13,14	Говорим правильно	2
15	Мы певцы	1
16	Зима, зима	1
17	А мы снеговики	1
18	Что на что похоже?	1
19	Закончим фразы	1
20,21	Учимся думать	2
22,23,24	Заколдованные слова и рисунки	3
25,26	Что это?	2
27,28	Царство сравнение предметов	2
29,30	Внимание!	2
31,32	Заколдованные фигуры	2
33,34	Придумаем слова	2
35	Внимательные умнички	1
36	Заключительное занятие	1