

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Саям»
городского округа город Уфа Республики Башкортостан

«Утверждено»
Директор МАОУ ДО «Саям»



Э.Н. Арсланова

Приказ № 231-О от 01.09.2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социально-гуманитарной направленности
«Психологический портфель»**

Возраст обучающихся: 6-7 лет

Срок реализации: 1 года

Автор: Чухланцева Е. А.,
педагог дополнительного
образования

Рассмотрено
на Методическом Совете № 5 от 01.09.25
Рекомендовано к утверждению
на Педагогическом Совете № 1 от 01.09.25

2025 год

ВВЕДЕНИЕ

Готовность ребенка к школе – это сложный комплекс определенных психофизических состояний, умений, навыков и здоровья. От того, как подготовлен ребенок к школе, во многом зависит, насколько успешно будет проходить его обучение в образовательном учреждении. Чем увереннее и спокойнее начнется для первоклассника его школьная жизнь, чем лучше ребенок сможет адаптироваться к новым условиям, новым людям, тем больше шансов, что у ребенка не будет проблем ни в начальной школе, ни в последующем обучении.

Организация предшкольной подготовки – задача всех взрослых, окружающих ребенка. Важно, чтобы в этот период родители и педагоги объединили свои усилия, направленные на воспитание будущего школьника. Не менее важно, чтобы в своей педагогической деятельности взрослые опирались на советы и рекомендации психолога. Занятия психолога с детьми – обязательный элемент в системе подготовки ребенка к школе.

Пояснительная записка

Программа разработана, утверждена и реализована в дошкольных образовательных учреждениях на основе федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования (ФГТ) и условиям ее реализации.

В основе разработки программы лежат следующие **принципы**: комплексности (программа отличается многообразием как целей, так и средств психологической помощи); индивидуально-возрастного подхода (упражнения программы опираются на индивидуальный опыт ребенка); культурно-исторической аутентичности (задания программы построены на материале отечественной литературы).

Методологическая основа программы обеспечивает ее высокую эффективность и возможность модификацию относительно индивидуальных особенностей ребенка и группы детей.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей 6 лет и направлена на формирование общей культуры, интеллектуальных и личностных качеств, предпосылок к учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность дошкольников, положительного отношения к школе, мотивационной готовности к школьному обучению, эмоционального развития, развития таких познавательных процессов, как мышление, воображение, внимание, память (зрительная и слуховая), речь, восприятие. Программа предусматривает снятие напряжения, способствует к успешной адаптации перехода к школьному обучению.

Содержание программы включает совокупность образовательных областей, обеспечивающих разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям - социально-личностному и познавательно-речевому, интеллектуальному, коммуникативному.

В процессе психолого-педагогической деятельности дошкольники прорабатывают такие области, как социализация, коммуникация, мотивационная сфера, самопознание и самооценка, психологическая защита и развивают все познавательные процессы.

Цель: формировать эффективные способы взаимодействия, способствующие гармоничным отношениям, психологическому комфорту в коллективе и являющиеся профилактикой асоциального поведения дошкольников.

Задачи:

1. Развитие игровой деятельности детей.
2. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
3. Развитие познавательных процессов, таких как: память, мышление, внимание, воображение, речь, восприятие.
4. Практическое овладение нормами речи.

5. Формирование положительной мотивации к школьному обучению.
6. Способствование развитию индивидуальности и личной культуры дошкольников.
7. Формирование ценностного отношения ребенка к себе и окружающим.
8. Учение о понимании эмоционального и физического состояния сверстника, поощрение стремления оказывать помощь товарищу.

Программа рекомендована для групп общеразвивающей направленности во всех типах и видах ОУ, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования.

Организация занятий.

Занятия проводятся один раз в неделю по 2 урока в течение года с сентября по май. Продолжительность одного занятия для старших дошкольников - 25 минут. Курс занятий рассчитан на дошкольников 5-7 лет.

Основные методы обучения:

1. Игровая терапия.
2. Рисуночная терапия.
3. Психогимнастика.
4. Аутотренинг.
5. Релаксация.
6. Психодрама.
7. Телесная терапия.
8. Эмоциональные качели (переход от состояния опасности к состоянию безопасности).
9. Беседы.
10. Импровизация.
11. Моделирование и анализ заданных ситуаций.

Структура занятий:

1. Вводная часть начинается с ритуала приветствия (используется интригующее начало, эмоциональная завязка занятия), предполагает развивающе-обучающую направленность, ориентированную на формирование положительных эмоций, установление контакта с психологом и участниками группы (психогимнастика, телесная терапия, программы детского аутотренинга).

2. Основная часть программы состоит из:

- Развивающих игр, направленных на развитие внимания, памяти, мышления, фантазии, речи, мелкой моторики, терпения и трудолюбия.
- Двигательных игр, направленные на развитие общей моторики, быстроты реакции, глазомера, наблюдательности и саморегуляции.
- Игр, этюдов, бесед, упражнений, направленных на формирование положительной мотивации к школьному обучению; на развитие отношений партнерства и сотрудничества, к пониманию переживаний, состояний, настроений и интересов друг друга.

Заключительная часть программы предполагает обсуждение занятия с детьми (рефлексия), ритуал прощания, закрепление положительных эмоций от работы на занятиях.

Принципы работы с детьми:

1. Взаимное доверие во взаимоотношениях между психологом и детьми.
2. Соблюдение такта, чуткости, отзывчивости по отношению к родителям и детям.
3. Каждый ребенок принимается таким, какой он есть, признается его ценность, значимость, уникальность.
4. Занятия проходят в игровой форме, что вызывает у детей живой интерес. В любой игре ребенку предлагается возможность импровизации.
5. У детей на занятиях создается чувство безопасности и дозволенности в системе отношений, благодаря чему они могут свободно

исследовать и выражать свое "Я", безопасно проявлять свои эмоции и чувства.

Учебно - тематический план

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Теоретичес кие	Практичес кие	Всего
1 год обучения				
1	"Давайте жить дружно!"	6	10	16
2	"Пойми меня"	6	10	16
3	"Я хочу в школу"	10	26	36
Всего: 68 часов				

Содержание программы

Первый блок "Давайте жить дружно!" состоит из встреч, направленных на формирование у детей представлений о понятиях "дружба", "взаимопомощь", "взаимопонимание", "поддержка", "сочувствие".

Игровые упражнения первого блока помогают детям понять и прочувствовать: кто е такой настоящий друг, что значит дружить, кто может быть другом. Каждая встреча состоит из нескольких упражнений и игр, где детям предлагается смоделировать игровые ситуации или выполнить определенные действия, проиграть сюжет и поразмышлять о сложившейся ситуации.

В данном блоке ребенок имеет возможность для индивидуального самовыражения, может наблюдать за поведением своих товарищей и постепенно включаться в групповую деятельность. Ребенку предоставляется возможность осознать себя членом команды, развить чувство коллективизма, научиться осознавать чувства свои и товарищей, а также навыки взаимодействия.

Второй блок "Пойми меня" направлен на групповую работу, в которой дети последовательно учатся осознавать себя как члена команды, развивают навыки эффективного взаимодействия. Представленные упражнения служат основой создания в группе "экологичной атмосферы", развивают желание сотрудничества, взаимопомощи и взаимопонимания, умение чувствовать и уважать интересы и эмоции товарища, а также адекватно высказывать свою точку зрения при помощи Я-сообщений.

Третий блок "Я хочу в школу" предполагает формирование позитивного отношения к школе. Дети имеют возможность проигрывать различные ситуации, близкие к школьному обучению. Упражнения данного блока помогают сформировать у детей положительную мотивацию к школьному обучению и проработать различные познавательные процессы, необходимые для успешного обучения: развить внимание, воображение, наблюдательность, сообразительность, фантазию, проработать устную и письменную речь, тренировать слуховую и зрительную память, развивать творческие способности.

Планируемые результаты:

- изменения в личностно-эмоциональном развитии детей.
- повышение самооценки и взаимооценки.
- снижение конфликтности.
- развитие эмпатии, творческих способностей, воображения, наблюдательности.
- формирование чувства сопереживания, сотрудничества, самоуважения, уверенности в своих силах и в себе.
- развитие познавательных процессов.
- формирование положительной мотивации к школьному обучению.

Формы и методы контроля: диагностика с применением комплекса диагностических методик Е.А. Горбуновой, методики "Запоминание 10 слов" А.Р. Лурии, "Рисунок человека" Гудинаф-Харрис, "Дорисовывание фигур" Е.П. Торенса

Условия реализации программы:

Для успешной реализации данной программы необходимы следующие условия:

1. Занятия проводятся в кабинете, где достаточно места для передвижения, рисования;
2. Методическая литература;
3. Технические средства: компьютер, DVD- и CD-проигрыватели;
4. Наглядный материал.
5. Карандаши, бумага, клей, ножницы.
6. Куклы перчаточного театра, мяч.

Список литературы

Нормативные основания разработки образовательной программы:

Законы Российской Федерации:

- ❖ Закон Российской Федерации "Об образовании" (с последними изменениями от 03.02.2014 N 11-ФЗ).
- ❖ Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с последними изменениями от 02.07.2013 N 185-ФЗ).
- ❖ «Конвенция о правах ребенка». Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и вступила в силу 2 сентября 1990 года.
- ❖ «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ от 29.08.2013 г. № 1008, зарегистрировано в Минюсте РФ 27.11.2013 г.).

Законы Республики Башкортостан:

- ❖ Закон Республики Башкортостан «Об образовании в Республике Башкортостан» (с последними изменениями от 1 января 2014 г.).
- ❖ Программа развития системы образования городского округа город

Уфа Республики Башкортостан на 2006-2010 гг. № решения 8/14 от 21.02.2006 г.

❖ Закон Республики Башкортостан от 31.12.99 N 44-з (ред. от 10.12.2007) "ОБ ОСНОВНЫХ ГАРАНТИЯХ ПРАВ РЕБЕНКА В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН"

❖ Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14.

❖ Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (утверждены научно-методическим советом по дополнительному образованию детей Министерства образования Российской Федерации 03.06.2003 г.).

❖ О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей. Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06 – 1844.

❖ Устав МАОУДОД ДЮЦ «Салям».

❖ Абрамова Г.С. Возрастная психология. 2013 г.

❖ Авдеева Ю.В. Коммуникативное развитие детей 5-7 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2012. - 64с.

❖ Береславский Л., Береславская А. "Современные игровые методики развития интеллекта" - М.: Школьная пресса, 2010 - 80с..

❖ Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. 2010 г.

❖ Запорожец А.В. Эмоциональное развитие дошкольника. М.: 2009 г.

❖ Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. СПб.: Речь, 2014 г.

❖ Интеллектуально-развивающие занятия со старшими дошкольниками / авт. – сост. М.Р. Григорьева – Волгоград: Учитель, 2009. – 136 с.

❖ Коррекционно-развивающие занятия: комплекс мероприятий по развитию воображения. Занятия по снижению детской агрессии / сост. С.В. Лесина, Г.П. Попова, Т.Л. Снисаренко. – Волгоград: Учитель, 2013. – 164 с.

- ❖ Преодоление тревожности и страхов у детей 5-7 лет: диагностика, занятия, рекомендации / авт. сост. Н.Ф. Иванова. – Волгоград: Учитель, 2009. – 191с.
- ❖ Пылаева Н.М., Ахутина Т.В. Школа внимания. Методика развития и коррекции внимания у детей 5-7 лет. Рабочая тетрадь. - М.: Линка-Пресс, 2005. - 48с.
- ❖ Тренинг по сказкотерапии / Под ред. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой. СПб.: Речь, 2014 г.
- ❖ Формирование познавательной сферы у детей 5-7 лет: развивающие игровые занятия / авт.-сост. Ф.Х. Никулина. - Волгоград: Учитель, 2012. - 140с.