


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Рябинушка» п. Селенгинск»
МО «Кабанский район» Республики Бурятия
р/с 40701810500001000003, УФК по республике Бурятия (МАДОУ Детский сад «Рябинушка» МО
«Кабанский район» Республики Бурятия л/с 30026Ш75210), БИК 048142001, ИНН 0309004498
671247, Республика Бурятия, Кабанский район, п. Селенгинск, мкр. Солнечный, д. 43
Факс и тел. 8(30138) 76-3-31 74-1-27
sel-ryubinushka@mail.ru

«Принято»
Советом педагогов
МАДОУ д/с «Рябинушка»
Протокол № 34
34
От «31» 08 20 23 г.

«Утверждаю»
заведующая
МАДОУ д/с «Рябинушка»
О. В. Коробенкова 
приказ № 15
От «31» 08 20 23 г.



Парциальная программа «Познаю себя»

**Социально-личностного развития с детьми старшего дошкольного
возраста (в рамках апробации ОП ДО «Детский сад 2100»)**

Составила: педагог-психолог Коробенкова О.В.

2023 - 2024 г.

Пояснительная записка

Парциальная программа социально-личностного развития детей старшего дошкольного возраста «Познаю себя» разработана на основе программы Корепанова М.В., Харлампова Е.В. «Познаю себя». Разработка проблемы становления внутреннего мира ребенка в педагогической науке и практике получила своё развитие сравнительно недавно. Долгое время главными ориентирами и критериями успешности педагогической работы с ребенком был уровень развития детей, степень владения ими знаниями, умениями, навыками, которые должны пригодиться потом, на этапе школьного обучения. Однако социальные процессы, происходящие в современном обществе, создают предпосылки для выработки новых целей образования, центром которого становится личность и ее внутренний мир. Основы, определяющие успешность личностного становления и развития, закладываются в дошкольном периоде. Этот важный этап в жизни делает детей полноценными личностями и рождает такие качества, которые помогают человеку определится в жизни, найти в ней свое достойное место. Необходимо отметить что наряду с ориентацией на приобретения знаний характерной особенностью образования дошкольников являлась его ярко выраженная социальная направленность. Воспитывая с ранних лет в ребенке коллективиста, мы тем самым пытались противостоять естественным процессам формирования психики, концентрации сознания ребенка на собственных нуждах и потребностях. Противоречия между биологическим и социальным началами в человеке обуславливают возникновение движущих сил для его развития. По мере освоения человеком социальной действительности, накопления социального опыта происходит становление его как субъекта. Однако на ранних онтогенетических этапах приоритетной целью развития ребенка является становление его внутреннего мира, его самоценной личности. Дети по своей природе эгоцентристы, и не учитывать это в воспитании нельзя. Результатом противодействия природной сути ребенка может стать подавление, но не изменение. Поэтому представляется закономерным утверждение, что педагог должен строить воспитательный процесс не вопреки возрастным особенностям (приобретениям) детей, а с учетом их. Это понимание в определенной мере и явилось результатом концентрации внимания на развитии у ребенка представления о себе, своем сущностном «Я». В первые семь лет ребенок проживает три основных периода своего развития, каждый из которых характеризуется определенным шагом навстречу общечеловеческим ценностям и новым возможностям познавать, преобразовывать и эмоционально осваивать мир. Ребенок не оказывается перед окружающим миром один на один. Его отношения к миру всегда опосредованы отношением человека к другим

людям, его деятельность обязательно включена в общение. Ребенок развивается, не пассивно воспринимая от взрослых информацию о себе, а главным образом в процессе деятельности, общения. Поведение дошкольника так или иначе соотносится с его представлениями о самом себе и о том, каким он должен или хотел бы быть. Положительное восприятие ребенком собственного «Я» непосредственным образом влияет на успешность его деятельности, способность приобретать друзей, умение видеть их положительные качества в ситуациях общения.

В процессе взаимодействия с внешним миром дошкольник, являясь активно действующим лицом, познает его, а вместе с тем познает и себя. Через самопознание ребенок приходит к определенному знанию о самом себе и окружающем его мире.

Основой построения программы является ее ориентация на природную любознательность дошкольника, в том числе на его интерес к себе, восприятие ребенка сверстниками и взрослыми, поиск своего места в системе социальных отношений, окружающем мире.

В первом разделе программы «Я среди других» решается задача познание ребенком себя через отношения с окружающими. Дошкольнику важно понять, насколько он похож на тех, кто его окружает, в чем проявляется это сходство и хорошо ли быть похожим на них.

Однако, вступая в игры со сверстниками, общаясь со взрослыми, дошкольник делает для себя новое открытие: он не такой как все. Эти различия он видит не только в половой принадлежности, но и в особенностях своей внешности, отношении к окружающему миру.

Надежным союзником в этом непростом деле - постижения себя должен стать для ребенка взрослый.

Целостное представление о себе может сформироваться у ребенка лишь в том случае, если он научится «прислушиваться» к собственным ощущениям, рассказывать о своих чувствах и переживаниях.

Дошкольнику пока трудно понять, что между всеми переживаемыми им состояниями существует тесная связь: боль рождает отрицательные чувства, приятная музыка и любимое дело поднимают настроение.

Во втором разделе «Что я могу?» представлены игры, занятия и тренинговые упражнения, которые помогут ребенку познать внутренний мир чувств и состояний, научиться анализировать их и управлять ими.

В третьем разделе «Я и другие» совместная деятельность педагога и детей направлена на поиск ребенком своего места в обществе сверстников, выделение своего «Я», противопоставление себя другим, занятие активной позиции в разнообразных социальных отношениях, где его «Я» выступает наравне с другими. Это обеспечивает ребенку развитие нового уровня его самосознания на пути к становлению «Я-концепции».

Таким образом, начальный курс социально-личностного самопознания может рассматриваться как неотъемлемый компонент целостного развития личности в образовательной системе «Школа 2100».

Организация и методика проведения занятий с детьми

В старшем дошкольном возрасте проводится одно занятие в неделю, наряду с играми и игровыми упражнениями, беседами с детьми на темы, связанные с личными и нравственными переживаниями. Тренинговые упражнения организуются с целью снятия тревожности. Страх детей, преодоления ими уверенности в общении со сверстниками, взрослыми.

В отличие от традиционных учебных занятий, занятия по самопознанию проводятся в свободной форме: дети могут свободно перемещаться по комнате, занимать удобное положение на ковре, на стульях. Учитывая, что занятия строятся на использовании разнообразных игр, релаксационных упражнений, практически исключается умственная перегрузка.

Решение данного курса невозможно без активного участия родителей. Дневники, которые называются «Это Я», дети заполняют на занятиях, а так же дома вместе с родителями.

В отличие от традиционных учебных занятий, занятия по самопознанию проводятся в свободной форме: дети могут свободно перемещаться по комнате, занимать удобное положение на ковре, на стульях. Учитывая, что занятия строятся на использовании разнообразных игр, релаксационных упражнений, практически исключается умственная перегрузка.

Решение данного курса невозможно без активного участия родителей. Дневники, которые называются «Это Я», дети заполняют на занятиях, а так же дома вместе с родителями.

**Перспективное тематическое планирование занятий
по программе социально-личностного развития
детей старшего дошкольного возраста «Познаю себя»**

Всего занятий - 36 в год

Источник: М.В.Корепанова, Е.В.Харламова. Познаю себя.

| № занятия | Тема занятия | Программные задачи |
|----------------------------------|---|---|
| <i>Раздел 1 «Я среди других»</i> | | |
| Сентябрь | | |
| 1 | Кто Я? | Вызвать у детей интерес друг к другу, способствовать их сближению; способствовать созданию комфортной обстановки для каждого участника; получить дополнительную информацию о самооценке ребенка; дать возможность взглянуть на себя с разных сторон, расширить представления о себе; предоставить детям возможность проанализировать свои чувства и желания, осознать их и поделиться ими с окружающими; помочь детям почувствовать единение с другими детьми, понять друг друга, осознать собственную ценность других людей; обучить приемам саморасслабления. |
| 2 | Какой Я? | Настроить детей друг на друга, создать положительный фон в группе; показать, что все люди отличаются друг от друга; развивать чувствование детьми друг друга: дифференцировку слухового восприятия, соотнесение облика человека и его звукового образа; развивать эмпатию; тренировать межполушарное взаимодействие, развивать точную координацию движений; развивать творческие способности, воображение, фантазию; повышение уверенности в себе и других; обучать приемам саморасслабления. |
| 3 | Чем мы похожи и чем отличаемся друг от друга? | Настроить детей на занятия в группе; развивать интерес к сверстникам, желание познакомиться с ними поближе; научить детей видеть друг в друге сходные черты и различия; развивать внимание и наблюдательность, способности к оценке возможностей другого; научить элементам саморасслабления. |
| 4 | Все мы разные | Развивать у детей доброжелательное отношение друг к другу; развивать внимание, наблюдательность; помочь ребенку определить своё место в обществе сверстников, выделить своё «Я», противопоставить себя другим; развивать у детей эмпатию и толерантность; осознать свою индивидуальность; развивать чувство единства. |
| 5 | Моё настроение | Создать комфортную атмосферу в группе; учить детей описывать свое настроение; развивать понимание настроения других; воспитывать |

| | | |
|---|--|---|
| | | в себе, формировать чувство ответственности за другого, бережного отношения друг к другу; развивать способность к взаимодействию и взаимопринятию; предоставить детям возможность проанализировать свои эмоции и переживаемые чувства. |
| Раздел 2 «Что я могу?» | | |
| Сказкотерапевтические занятия-путешествия в сказочную страну | | |
| Декабрь | | |
| 13 | Вводное | Погружение детей в сказкотерапию |
| 14 | Путешествие в Синегорье к Орлу Зоркий глаз | Формирование у детей представлений о функциях зрения, глаз как органа чувств, помогающих человеку в познании мира и себя; развитие эмоционально-чувственной сферы ребенка через самопознание. |
| 15 | Путешествие на острова «Загадочные звуки» к Слонихе Чуткие уши | Формирование у детей представлений о функциях слуха, ушей как органа чувств, помогающих человеку в познании мира и себя; развитие эмоционально-чувственной сферы ребенка через самопознание. |
| 16 | Путешествие в пещеру «Чудесные запахи» с Собаке Острый нюх | Формирование у детей представлений о функциях обоняния, носа как органа чувств, помогающих человеку в познании мира и себя; развитие эмоционально-чувственной сферы ребенка через самопознание. |
| 17 | Путешествие на озеро «Вкусная вода» к Лягушке Умный язык | Формирование у детей представлений о функциях осязания, языка как органа чувств, помогающих человеку в познании мира и себя; развитие эмоционально-чувственной сферы ребенка через самопознание. |
| Январь | | |
| 18 | Путешествие на «Чувствительные холмы» к Обезьяне Любопытные руки | Формирование у детей представлений о функциях тактильности, пальцев как органа тактильных ощущений, помогающих человеку в познании мира и себя; развитие эмоционально-чувственной сферы ребенка через самопознание. |
| 19 | Заключительное занятие «Страна «Что я могу?» | Тренировка вкусовых, слуховых, обонятельных, зрительных, тактильных ощущений и восприятий в играх на самопознание. |
| Мир чувств, мир эмоций | | |
| 20 | Радость | Создать непринужденную, психологическую атмосферу, положительный эмоциональный фон; настроить детей на позитивное эмоциональное восприятие друг друга; развивать саморегуляцию (концентрацию внимания); познакомить с эмоциональным состоянием (настроением) радости в процессе рассматривания картин, иллюстраций; развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить его в мимике, жестах, пантомимике (проигрывание этюдов), умение рассказать о своих чувствах; предоставить детям возможность осознать своё эмоциональное состояние через фрагменты литературного произведения; нарисовать с детьми |

| | | |
|----------------|--------|--|
| | | природный объект, на который они отправляются, используя соответствующую цветовую гамму; проанализировать чувства; релаксационная гимнастика. |
| Февраль | | |
| 21 | Грусть | Создать непринужденную, психологическую атмосферу, положительный эмоциональный фон; настроить детей на позитивное эмоциональное восприятие друг друга; развивать саморегуляцию (концентрацию внимания); познакомить с эмоциональным состоянием (настроением) грусти в процессе рассматривания картин, иллюстраций; развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить его в мимике, жестах, пантомимике (проигрывание этюдов), умение рассказать о своих чувствах; предоставить детям возможность осознать своё эмоциональное состояние через фрагменты литературного произведения; нарисовать с детьми природный объект, на который они отправляются, используя соответствующую цветовую гамму; проанализировать чувства; релаксационная гимнастика. |
| 22 | Злость | Создать непринужденную, психологическую атмосферу, положительный эмоциональный фон; настроить детей на позитивное эмоциональное восприятие друг друга; развивать саморегуляцию (концентрацию внимания); познакомить с эмоциональным состоянием (настроением) злости в процессе рассматривания картин, иллюстраций; развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить его в мимике, жестах, пантомимике (проигрывание этюдов), умение рассказать о своих чувствах; предоставить детям возможность осознать своё эмоциональное состояние через фрагменты литературного произведения; нарисовать с детьми природный объект, на который они отправляются, используя соответствующую цветовую гамму; проанализировать чувства; релаксационная гимнастика. |
| 23 | Страх | Создать непринужденную, психологическую атмосферу, положительный эмоциональный фон; настроить детей на позитивное эмоциональное восприятие друг друга; развивать саморегуляцию (концентрацию внимания); познакомить с эмоциональным состоянием (настроением) страха в процессе рассматривания картин, иллюстраций; развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить его в мимике, жестах, пантомимике (проигрывание этюдов), умение рассказать о своих чувствах; предоставить детям возможность осознать своё эмоциональное состояние через фрагменты литературного произведения; нарисовать с детьми природный объект, на который они отправляются, |

| | | |
|------------------------------|--------------------------------|---|
| | | используя соответствующую цветовую гамму; проанализировать чувства; релаксационная гимнастика. |
| 24 | Удивление | Создать непринужденную, психологическую атмосферу, положительный эмоциональный фон; настроить детей на позитивное эмоциональное восприятие друг друга; развивать саморегуляцию (концентрацию внимания); познакомить с эмоциональным состоянием (настроением) удивления в процессе рассматривания картин, иллюстраций; развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить его в мимике, жестах, пантомимике (проигрывание этюдов), умение рассказать о своих чувствах; предоставить детям возможность осознать своё эмоциональное состояние через фрагменты литературного произведения; нарисовать с детьми природный объект, на который они отправляются, используя соответствующую цветовую гамму; проанализировать чувства; релаксационная гимнастика. |
| Раздел 3 «Я и другие» | | |
| Март | | |
| 25 | Кто ты такой? | Помочь детям лучше узнать себя; формировать способность аргументированно излагать свои доводы, связанные с выражением отношения к себе, другим людям. |
| 26 | Кто они такие? | Помочь детям лучше узнать свои возможности, характерные особенности, желания, чувства, ограничения и предпочтения и понять характерные особенности окружающих. |
| 27 | Описание человека | Помочь детям лучше узнать свои возможности, характерные особенности; выяснить, знают ли дети желания, предпочтения близких людей, их внешний вид, характерные особенности. |
| 28 | Что я могу делать хорошо? | Формировать у дошкольников адекватную самооценку, уверенность в себе. |
| 29 | Переезд | Научить детей осознанно владеть своими чувствами, желаниями и выражать их так, чтобы их понимали другие; научить считаться с особенностями, желаниями, чувствами и положением других. |
| Апрель | | |
| 30 | Смелость | Учить осознанному восприятию своих чувств, желаний и взглядов; выяснить, кого дети считают смелыми, когда они сами бывают смелыми, а когда - нет. |
| 31 | Дорогая Лена | Научить детей осознанно владеть своими чувствами, желаниями и выражать их так, чтобы их понимали другие; научить вживаться в мысли и чувства других. |
| 32 | В гости к интересному человеку | Формировать способность к осознанному владению собственными чувствами, желаниями; научить вживаться в мысли и переживания других; |

| | | |
|------------|--|---|
| | | познакомить с профессией программиста; формировать у детей способность к коммуникативному взаимодействию. |
| Май | | |
| 33 | Трудная ситуация. Положить этому конец | Выяснить, могут ли дети принимать решения в необычных или экстремальных ситуациях; формировать способность к анализу и оценке ситуации, правильному реагированию на нее. Научить детей противостоянию конфликтным ситуациям в собственном окружении с помощью решений, подходящих для всех сторон; научить совместной работе в группе, достигать договоренности и выполнять ее; научить детей находить конструктивное решение конфликтов. |
| 34 | Дразнить и докучать | Показать, как легко могут возникнуть конфликтные ситуации в твоем окружении; обсудить, какие существуют возможности для разрешения конфликтов. |
| 35 | Чью сторону ты примешь? | Показать детям, как легко могут возникнуть конфликтные ситуации в их окружении и какие существуют возможные решения конфликтов; дать понять детям, что причинами конфликта могут быть противоположные интересы, чувства, взгляды; помочь детям увидеть, что каждый принадлежит к разным группам людей с различными интересами, чувствами, взглядами. |
| 36 | Это я | Помочь ребенку в осознании себя и своих черт характера; почувствовать себя раскованно, свободно; развитие способности к самовыражению; формировать адекватную самооценку. |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 25910413180194252715292873429998908689710672407

Владелец Коробенкова Оксана Викторовна

Действителен с 30.08.2023 по 29.08.2024