Автономная некоммерческая организация дополнительного образования «Страна детства Иркутск»

Утверждаю

Директор АНОДО «Страна детства Иркутск»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Калёнов П.Б.

Приказ \_\_\_\_\_\_ от\_\_\_\_\_\_\_\_

**Дополнительная общеразвивающая программа развития**

**эмоционально-личностной сферы детей 6-7 лет**

**«Скоро в школу»**

Срок реализации – 1 год

Климова А.И.

педагог-психолог

Иркутск 2017

**Содержание**

1. Пояснительная записка стр.3

Актуальность

Цели. Задачи программы

Особенности программы

Формы и методы работы с детьми

Этапы и сроки реализации программы

Структура программы

Структура занятия

Ожидаемые результаты и способы определения результативности

2. Учебно-тематический план стр.8

3. Тематическое планирование занятий стр.10 4.Учебно-методическое обеспечение программы стр.40

5. Список литературы стр.41

Приложение № 1 стр. 42

Приложение № 2 стр. 46

**1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Актуальность**: в последние годы в системе дошкольного воспитания и обучения прослеживается тенденция к интеллектуальному развитию ребёнка. При этом развитию эмоционально-личностной сферы часто уделяется недостаточное внимание. А ведь умственное развитие ребёнка тесным образом связано с особенностями его мира чувств и переживаний. Дошкольники часто находятся «в плену эмоций», поскольку ещё не осознают, что с ними происходит, не могут управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. Поэтому так важно научить ребёнка осознавать свои эмоциональные проявления и учиться их отреагировать, способствовать самопознанию ребёнка и развивать навыки социального поведения.

Кроме этого, подготовка к школе должна включать в себя не только набор знаний, умений и навыков, которые потребуются от него в процессе школьного обучения .Важно учитывать множество других компонентов: психологическую, мотивационную, личностную, социальную готовность ребёнка к обучению в школе. В этот сложный для ребёнка период снижается устойчивость к стрессам, нарушается биологическое и психологическое равновесие, повышается психологическое напряжение. Поэтому помощь будущему первокласснику в гармонизации всех составляющих готовности к школе способствует успешной учебной деятельности, быстрой адаптации в новых условиях и безболезненному вхождению в новую систему отношений.

**Цель программы:** способствовать личностному росту старших дошкольников; развивать их эмоционально-волевую сферу; способствовать формированию психологической готовности к школе.

**Задачи программы:**

- научить детей понимать эмоциональные состояния свои и окружающих их людей; дать представления о способах выражения собственных эмоций; совершенствовать способность управлять своими чувствами; способствовать развитию самоанализа;

- развивать коммуникативные навыки дошкольников , а также навыки социального поведения;

- способствовать: формированию позитивного образа «Я», повышению уверенности в себе, формированию адекватной самооценки, развитию самостоятельности, снижению тревожности;

- обучать детей навыкам самоконтроля и саморегуляции, произвольности поведения; развивать волевой компонент;

повышать мотивацию к школьному обучению.

Настоящая программа является результатом обобщения опыта работы со старшими дошкольниками, её **особенность**-синтез различных методов психолого-педагогического воздействия, а также универсальность (возможность использования программы как основной при сопровождении детей, а в случае необходимости – коррекционной).

**Форма проведения занятий** - занятия проводятся 1 раз в неделю в групповом режиме (количество участников группы-до 9 человек возраста 6-7 лет) в форме тренинга продолжительностью 1 час и включают в себя:

\*психоразвивающие игры;

\*подвижные игры;

\*этюды;

\*элементы сказкотерапии с импровизацией;

\*арттерапевтические техники;

\*коммуникативные, ролевые игры;

\*элементы танцевальной терапии;

\* поведенческий тренинг.

**Количество часов в год** -36 часов

Из них:

**Предварительный этап – 4 часа**

**Основной этап – 28 часов**

**Заключительный этап – 4 часа**

**Структура программы:**

Программа состоит из трёх блоков:

\*Развитие самосознания

\*Развитие эмоционально- волевой сферы

\*Формирование психологической готовности к школе

**1 Блок «Развитие самосознания»**

Задачи:

- формирование позитивной Я-концепции;

- развитие способности к осознанию своей индивидуальности;

- осознание своих мышечных и эмоциональных ощущений;

- способствование осознанию детьми своих характерных особенностей, собственной уникальности и неповторимости;

- повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки.

**2 Блок «Развитие эмоционально-волевой сферы»**

Задачи:

- обучение детей понимать собственные эмоции, адекватно выражать свои чувства и распознавать чувства других людей;

- обучение способам коррекции негативных эмоциональных состояний;

- обучение навыкам саморегуляции;

- развитие произвольности поведения;

- снижение психоэмоционального напряжения.

**3 Блок «Формирование психологической готовности к школе»**

Задачи:

- развитие самостоятельности в принятии решений;

- развитие ответственности и дисциплинированности;

- развитие умения планировать свои действия в соответствии с поставленной целью;

- обучение навыкам социального поведения и самоконтроля

**Структура занятия:**

1. **Вводная часть** включает в себя: ритуал приветствия; упражнения на создание эмоционального комфорта, положительной атмосферы в группе; разминочные игры, нацеленные на произвольность поведения, внимательность, скорость реакции;
2. **Основная часть** включает в себя: упражнения, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально- личностной и поведенческой сфер детей. На эту часть приходится смысловая нагрузка всего занятия;
3. **Завершающая часть** включает в себя: ритуал прощания и упражнения на мышечную релаксацию.

**Предполагаемый результат:**

1. Адекватный уровень самооценки, повышение уверенности в себе;
2. Стабилизация эмоционального состояния, снижение тревожности;
3. Повышение уровня самоконтроля, произвольного внимания, произвольного поведения.

**Перечень диагностических процедур, используемых для анализа результативности программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| диагностируемые  параметры | диагностические методики | литературный источник |
| 1 | 2 | 3 |
| Уровень самооценки | Тест «Лесенка» | См. приложение № 2 |
| Эмоциональное состояние  (стабильность, нестабильность) | Цветовой тест М.Люшера | Собчик Л.Н. МЦВ- метод цветовых выборов.-СПб., Изд-во «Речь»,2001.-112с |
| Уровень развития  произвольного внимания и самоконтроля | Методика «Да и нет» | См. приложение № 2 |
| Уровень произвольного  поведения | Методика «Не подглядывай» И.В. Дубровина | См. приложение № 2 |

**2.Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Количество часов | | | |
| В неделю | В год | | |
| 1 | 36 | | |
| Предварительный этап | Основной этап | Заключительный этап |
| 4 | 28 | 4 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы | Темы занятий | Часы |
| **1.Предварительный этап** | «Вводное»  Тест «Лесенка»+«Цветовой тест Люшера»  Методика «Да и Нет» +методика « Не подглядывай» И.В. Дубровина  «Знакомство» | 1  1  1  1 |
| **2.Основной этап**  1 Блок «Развитие самосознания» | «Жил был Я»  «Тайна моего имени»  «Автопортрет»  «Мы похожи»  «Мы такие разные»  «Мой внутренний мир» | 1  1  1  1  1  1 |
| 2 Блок «Развитие эмоционально-волевой сферы» | «Наши эмоции»  «Удивление»  «Радость»  «Грусть»  «Страх»  «Гнев.Злость»  «Обида»  «Вина.Стыд»  «Интерес»  «Гордость»  «Мечтательность» | 1  1  1  1  3  2  1  1  1  1  1 |
| 3 Блок «Формирование психологической готовности к школе» | «Скоро в школу»  «Право на ошибку»  «Твёрдое слово НЕТ!»  «Где аккуратность, там и опрятность»  «Не хочу, но надо!»  «Спокойствие, только спокойствие»  «Я могу дать сдачи!»  «Я и школа» | 1  1  1  1  1  1  1  1 |
| **3. Заключительный этап** | Тест «Лесенка» +Цветовой тест Люшера»  Методика «Да и Нет»+ методика «Не подглядывай»  «Я знаю, я умею, я могу!»  «Итоговое годовое занятие» | 1  1  1  1 |
| Итого | | 36 часов |

**3.Тематическое планирование психологических занятий**

Сентябрь

Предварительный этап

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Тема занятия | Цель занятия | Материалы | Упражнения | Используемые источники |
| 1 | Вводное | Создание благоприятной, дружественной атмосферы в группе; создание эмоционального комфорта для детей; получение положительных эмоций | Ватман формата А3, цветные карандаши | 1«Здравствуйте!»  2«Наши занятия»  3«Липучка»  4«Ветер дует на…»  5«Сочиним историю»  6«Дракон»  7«Путанка»  8«Есть или нет»  9«Наша картина»  10«До свидания!» | См.приложение №1 упр.№1  См.приложение № 1 упр.№2  См.приложение № 1 упр.№3  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.71  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.73  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.73  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.47  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.82  См. приложение № 1 упр. № 4  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 2 | Лесенка самооценки +цветовой тест Люшера | Диагностика особенностей эмоционального состояния и его стабильности; выявление уровня самооценки | Цветные карандаши (жёлтый,красный, синий,зелёный, коричневый, чёрный, фиолетовый) бумага; бланки с изображением лестницы с семью ступенями | 1«Давайте поздороваемся»  2«Лесенка»  3«Цветовой тест Люшера»  4«Досвидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  См. приложение № 2  Собчик Л.Н. Метод цветовых выборов.-СПб., Изд-во «Речь»,2001.-112с.  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 3 | Методика «Да и нет» +методика «Не подглядывай» | Диагностика произвольного внимания, поведения и самоконтроля | Настольная игра «Дуббль» | 1«Здравствуйте!»  2 Методика «Да и нет»  3 Методика «Не подглядывай»  4«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  См. приложение № 2  См. приложение № 2  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 4 | Знакомство | Знакомство детей друг с другом; создание положительных эмоций, благоприятной эмоциональной атмосферы в группе; развитие эмпатии | Плотная повязка на глаза | 1«Давайте поздороваемся»  2«Моё имя»  3«Имя и движение»  4«Снежный ком»  5«Узнай наощупь»  6«Дотронься до…»  7«Жучок»  8«Что изменилось»  9«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.63  См. приложение № 1 упр.№ 6  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.63  См. приложение № 1 упр.№ 7  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей»с.76  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.64  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.64  См. приложение № 1 упр. № 5 |

Октябрь

Основной этап

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Тема занятия | Цель занятия | Материалы | Упражнения | Используемые источники |
| 1 | Жил был Я | Развитие способности к осознанию своей индивидуальности. Формирование позитивной Я-концепции. Сплочение группы | Две куклы: мальчик и девочка, цветные карандаши, бумага, зеркало на каждого ребёнка, демонстрационный материал «Жил был Я» | 1«Здравствуйте!»  2«Бип»  3«Пошли письмо»  4«Жил-был Я»  5«У зеркала»  6«Это Я»  7«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.68  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.69  Демонстрационный материал «Уроки доброты» урок № 1  См.приложение № 1 упр.№ 8  См.приложение № 1 упр.№ 9  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 2 | Тайна моего имени | Способствование гармонизации осознания ребёнком своего имени, развитие эмпатии | Колокольчик, мяч, спокойная музыка | 1«Давайте поздороваемся»  2«Ловишки с колокольчиком»  3«Тайна моего имени»  4«Имя растёт»  5«Взрослое имя»  6«Мы очень любим»  7«Имя шепчут волны»  8«Закончи предложение»  9«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.46  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.188  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.189  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.189  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.190  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.190  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.53  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 3 | Автопортрет | Способствование осознанию детьми своих характерных особенностей, собственной уникальности и неповторимости; развитие эмпатии | Карточки с изображением носов, глаз и лиц различных форм; повязки на глаза; спокойная музыка; бумага, простые карандаши, ластики на каждого ребёнка | 1«Здравствуйте!»  2«Качели»  3«Составь фоторобот»  4«Найди друга»  5«На кого я похож»  6«Угадай, о ком говорим»  7«На границе»  8«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.94  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.192  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.192  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.192  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.73  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.193  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 4 | Мы похожи | Развитие способности к осознанию своей индивидуальности. Формирование позитивной Я-концепции. Развитие эмпатии. формирование адекватной самооценки | Очки | 1«Давайте поздороваемся»  2«Дракон ловит свой хвост»  3«В карусели»  4«Мы так похожи»  5«Чем я похожа на соседа»  6«Зеркало»  7«Снежная королева»  8«Ёлочка»  9 «До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  Л.И.Катаева «Работа психолога с застенчивыми детьми» с.20  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.199  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.35  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.17  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.200  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.200  См. приложение № 1 упр. № 5 |

Ноябрь

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Тема занятия | Цель занятия | Материалы | Упражнения | Используемые источники |
| 1 | Мы такие разные | Способствование осознанию детьми своих возможностей, способностей, желаний; повышение уверенности в себе | Микрофон, бумага, цветные карандаши | 1«Здравствуйте!»  2«Прятки»  3«Встань по порядку»  4«Интервью»  5«Моё будущее»  6«Я взрослый»  7«Угадайка»  8«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  См. приложение № 1 упр. № 19  См. приложение № 1 упр. № 10  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.202  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.203  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.203  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.204  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 2 | Мой внутренний мир | Способствование осознанию детьми своих возможностей, способностей, желаний; повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки | Бумажные кружочки белого и чёрного цветов на каждого ребёнка по одному; бумага, цветные карандаши | 1«Давайте поздороваемся»  2«Закончи предложение»  3«Мой внутренний мир»  4«Выдуманная биография»  5«Ромашка умений»  6«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.80  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.194  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.195  См. приложение № 1 упр. № 17  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 3 | Наши эмоции | Знакомство с понятиями: чувства, эмоции | Игра-лото «Театр настроений» | 1«Здравствуйте!»  2«Доброе животное»  3«Театр настроений»  4«Покажи»  5«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.77  См. приложение № 1 упр. № 18  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.72  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 4 | Удивление | Знакомство с эмоцией удивления; умение определять и выражать данное эмоциональное состояние | Пиктограмма «удивление», зеркала на каждого ребёнка, рассказ Н.Носова «Живая шляпа»; | 1«Давайте поздороваемся»  2«На что похоже настроение»  3«Замри»  4«Зеркало»  4 Этюд «Круглые глаза»  5«Живая шляпа»  6«Фантазии»  7«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.78  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.71  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.223  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.224  Крюкова С.В.СлободяникН.П. «Удивляюсь,злюсь,боюсь,хвастаюсь и радуюсь»с.69  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.224  См. приложение № 1 упр. № 5 |

Декабрь

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Тема занятия | Цель занятия | Материалы | Упражнения | Используемые источники |
| 1 | Радость | Знакомство с эмоцией радости; умение определять и выражать данное эмоциональное состояние; мимическая гимнастика | Пиктограмма «радость», цветные карандаши, бумага; бумажные разноцветные кружочки, весёлая танцевальная музыка | 1«Здравствуйте!»  2«Прятки»  3«Радость»  4«Изобрази»  5«Ромашка радости»  6«Море волнуется»  7«Танец радости»  8«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  См. приложение № 1 упр. № 19  Демонстрационный материал «Чувства. Эмоции» урок № 16  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.220  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.221  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.133  Т.А.Данилина, В.Я.Зедгенидзе «В мире детских эмоций» с.107  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 2 | Грусть | Знакомство с эмоцией грусти; умение определять и выражать данное эмоциональное состояние; мимическая гимнастика | Пиктограмма «грусть»,  цветные карандаши,  бумага | 1«Здравствуйте!»  2«Шалтай-болтай»  3«Скульптура и глина»  4«Грусть.Горе»  5«Театр»  6«Золушка»  7«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.78  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.79  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.233  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.233  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.234  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 3 | Страх  Урок №1 | Знакомство с эмоцией страха; умение определять и выражать данное эмоциональное состояние | Пиктограмма «страх»,  цветные карандаши,  бумага, зеркало | 1«Давайте поздороваемся»  2«Прятки»  3«Страх»  4«Страх-это»  5«Что в углу»  6 Этюд «Что в углу»  7«Рыбаки и рыбки»  8«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  См. приложение № 1 упр. № 19  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.226  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.226  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.227  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.228  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.227  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 4 | Страх  Урок №2 | Продолжение знакомства с чувством страха; закрепление мимических навыков; повышение уверенности в себе, обучение навыкам коррекции страхов | Пиктограмма «страх»,  цветные карандаши,  бумага | 1«Здравствуйте!»  2«Сломанная кукла»  3«Хоть я трусом не зовусь, но чудовища боюсь…»  4«Случай в лесу»  5 «Я сильнее страха!»  6 «Над тобой посмеюсь»  7«Досвидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.123  Демонстрационный материал «Чувства. Эмоции» урок № 15  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.69  См. приложение № 1 упр. № 11  См. приложение № 1 упр. № 12  См. приложение № 1 упр. № 5 |

Январь

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Тема занятия | Цель занятия | Материалы | Упражнения | Используемые источники |
| 1 | Страх  Урок №3 | Продолжение знакомства с чувством страха; закрепление мимических навыков; повышение уверенности в себе, обучение навыкам коррекции страхов | Цветные карандаши,  бумага | 1«Давайте поздороваемся»  2«Врасти в землю»  3«Книга страхов»  4«Счастливая ошибка»  5«Смелость»  6«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.118  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.228  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.228  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.83  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 2 | Гнев. Злость | Знакомство с эмоцией злости; умение определять и выражать данное эмоциональное состояние; мимическая гимнастика | Пиктограмма «гнев», зеркало, цветные карандаши, бумага | 1«Здравствуйте!»  2«Колечко»  3«Я не знаю, что со мной…»  4«Злость. Гнев»  5Этюд «Хмурый орёл»  6«Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»  7«Торт»  8«До свидания!» | См. приложение № 1 упр.№1  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.136  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.232  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.229  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.231  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.231  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.124  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 3 | Гнев  Урок №2 | Продолжение знакомства с чувством злости; релаксация Коррекция агрессии; обучение навыкам отработки данной эмоции; снятие психомышечного напряжения | цветные карандаши, бумага, небольшая подушка, спокойная музыка, релаксация «Полёт птицы» | 1«Давайте поздороваемся»  2«Липучка»  3«Тренируем эмоции»  4«Выбиваем пыль»  5«Тух-тиби-тух»  6«Известно всем из века в век: не злостью славен человек»  7«Полёт птицы»  8«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  См. приложение № 1 упр. № 3  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.135  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.63  Т.А.Данилина,В.Я.Зедгенидзе «В мире детских эмоций» с.123  Демонстрационный материал «Чувства. Эмоции» урок № 12  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.128  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 4 | Обида | Знакомство с чувством обиды; умение определять и выражать данное эмоциональное состояние; мимическая гимнастика | Цветные карандаши, бумага | 1«Здравствуйте!»  2«Говори!»  3«Я себе хочу помочь! Уходи, обида, прочь!»  4«Мы поссорились с подружкой…»  5«Дружба начинается с улыбки»  6«До свидания!» | См. приложение № 1 упр.№1  См. приложение № 1 упр.№21  Демонстрационный материал «Чувства. Эмоции» урок № 3  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.215  Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» с.77  См. приложение № 1 упр. № 5 |

Февраль

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Тема занятия | Цель занятия | Материалы | Упражнения | Используемые источники |
| 1 | Вина. Стыд | Знакомство с чувством вины; умение определять и выражать данное эмоциональное состояние; мимическая гимнастика | Пиктограмма «вина», рассказ Л.Н.Толстого «Косточка», бумага, цветные карандаши | 1«Давайте поздороваемся»  2«Пузырьки»  3«Сумел провиниться-сумей и повиниться!»  4«Море волнуется»  5«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.43  Демонстрационный материал «Чувства. Эмоции» урок № 10  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.133  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 2 | Интерес | Знакомство с эмоцией интереса; умение определять и выражать данное эмоциональное состояние; мимическая гимнастика; развитие познавательного интереса | Пиктограмма «интерес»,цветные карандаши, бумага,зеркала | 1«Здравствуйте!»  2«Говори!»  3«Снегирь»  4«Так много в мире есть чудес -всё вызывает интерес!»  5«Мне интересно»  6«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  См.приложение № 1 упр.№21  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.235  Демонстрационный материал «Чувства. Эмоции» урок № 1  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.237  См. приложение № 1 упр.№ 5 |
| 3 | Гордость | Повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки; снятие психомышечных зажимов | Цветные карандаши, бумага спокойная музыка | 1«Давайте поздороваемся»  2«Согласованные действия»  3«Не нужно гордости стыдиться, когда у вас есть чем гордиться»  4«Роза и ромашка»  5 «Водопад»  6«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.90  Демонстрационный материал «Чувства. Эмоции» урок № 17  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.84  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.100  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 4 | Мечтательность | Формирование позитивных установок на будущее, развитие позитивного мышления, развитие целеустремлённости | Цветные карандаши, бумага спокойная музыка | 1«Здравствуйте!»  2«Путаница»  3«Испорченный телефон»  4«Чтоб мечты своей добиться, нужно к этому стремиться»  5«Катание на лодке»  6«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.47  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.102  Демонстрационный материал «Чувства. Эмоции» урок № 4  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.108  См. приложение № 1 упр. № 5 |

Март

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Тема занятия | Цель занятия | Материалы | Упражнения | Используемые источники |
| 1 | Скоро в школу | Развитие ответственности, самостоятельности, осознание скорого изменения статуса, принятие статуса школьника | Бумага, цветные карандаши | 1«Здравствуйте!»  2«Капитан»  3«Пусть будет удачным и смелым твой школьный ответственный старт»  4«Учимся расставаться»  5«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.88  Демонстрационный материал «Уроки доброты» урок № 18  Демонстрационный материал «Я и другие» урок № 2  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 2 | Право на ошибку | Снижение тревожности, коррекция страха пред ошибкой, повышение уверенности в себе | Бумага, цветные карандаши | 1«Давайте поздороваемся»  2«Прятки»  3«Право на ошибку»  4«Велосипед»  5«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  См. приложение № 1 упр. № 19  Демонстрационный материал «Я и другие» урок № 10  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова  «Коррекция личностного развития дошкольников» с.112  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 3 | Твёрдое слово «НЕТ!» | Развитие умения сказать «нет», развитие самоконтроля, самостоятельности в принятии решений | - | 1«Здравствуйте!»  2«Тень»  3Тренинг поведения «Умение сказать «Нет»  4«Твёрдое слово «НЕТ!»  5«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  В.Г.Маралов,Л.П.Фролова «Коррекция личностного развития дошкольников» с.113  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.97  Демонстрационный материал «Я и другие» урок № 9  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 4 | «Где аккуратность, там и опрятность» | Знакомство с культурой внешнего вида и одежды, приобщение детей к правилам этикета | Мелкая игрушка | 1«Здравствуйте!»  2«Прятки»  3 «Где аккуратность, там и опрятность»  4 «Беспорядок и порядок»  4«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  См. приложение № 1 упр. № 19  Демонстрационный материал «Уроки вежливости» урок № 2  См. приложение № 1 упр. № 20  См. приложение № 1 упр. № 5 |

Апрель

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Тема занятия | Цель занятия | Материалы | Упражнения | Используемые источники |
| 1 | «Не хочу, но надо!» | Развитие волевого компонента, произвольности поведения, самоконтроля | - | 1«Здравствуйте!»  2«Пузырьки»  3 «Хочу и нельзя»  4«До свидания!» | См. приложение № 1 упр.№1  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.43  Демонстрационный материал «Я и моё поведение» урок № 10+таблица № 12 к занятию № 10  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 2 | «Спокойствие, только спокойствие!» | Развитие саморегуляции, самоконтроля, повышение уверенности в себе | Карандаши, мягкий конструктор, мелкие игрушки в количестве 4-6 | 1«Давайте поздороваемся»  2 «Учимся быть смелыми»  3 «Дверь закрылась»  4 «Потерялся»  5«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  Демонстрационный материал «Я и другие» урок № 4  См. приложение № 1 упр. № 15  См. приложение № 1 упр. № 16  См. приложение № 1 упр. №  5 |
| 3 | «Я могу дать сдачи!» | Развитие умения защищать себя и свои вещи, повышение уверенности в себе, внутренней силы | Бумага, цветные карандаши, мелкие игрушки в количестве 4-6 | 1«Здравствуйте!»  2 «Играть вместе веселее»  3 «Я могу себя защитить!»  4 «Я дам тебе сдачи!»  5 «До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  Демонстрационный материал «Я и другие» урок № 11  См. приложение № 1 упр. № 13  См. приложение № 1 упр. № 14  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 4 | «Я и школа» | Развитие ответственности, самостоятельности, осознание скорого изменения статуса, принятие статуса школьника; тренинг поведения в школе | Бумага, цветные карандаши, ритмичная музыка | 1«Давайте поздороваемся»  2«Синхронный танец»  3«Как сказочный герой»  4«Тренинг поведения в школе»  5«Я-будущий ученик!»  6«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.108  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.108  См. приложение № 1 упр. № 22  См. приложение № 1 упр. № 23  См. приложение № 1 упр. № 5 |

Май

Заключительный этап

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Тема занятия | Цель занятия | Материалы | Упражнения | Используемые источники |
| 1 | Лесенка +Цветовой тест Люшера | Диагностика особенностей эмоционального состояния и его стабильности; выявление уровня самооценки | Цветные карандаши (жёлтый,красный, синий,зелёный, коричневый, чёрный, фиолетовый) бумага; бланки с изображением лесенки с семью ступенями | 1«Здравствуйте!»  2«Жмурки»  3«Лесенка»  4 «Цветовой тест Люшера»  5«До свидания!» | См.приложение № 1 упр.№1  Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.21  См. приложение № 2  Собчик Л.Н. Метод цветовых выборов.-СПб., Изд-во «Речь»,2001.-112с.  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 2 | Методика «Да и нет» +методика «Не подглядывай» | Диагностика произвольного внимания, поведения и самоконтроля | Настольная игра «Дуббль» | 1«Давайте поздороваемся»  2 Методика «Да и нет»  3 Методика «Не подглядывай»  4«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  См. приложение № 2  См. приложение № 2  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 3 | Я знаю, я умею, я могу! | Закрепление полученных знаний и умений; формирование адекватной самооценки; повышение уверенности в собственных силах | Клубок ниток, пособие к игре «Расколдуй девочку», бумажные лепестки семицветика; бумага, цветные карандаши | 1«Давайте поздороваемся»  2«Связующая нить»  3«Цветик-семицветик»  4«Расколдуй девочку»  5«Предмет по кругу»  6«Словарик»  7До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.265  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.265  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.265  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.266  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.266  См. приложение № 1 упр. № 5 |
| 4 | Итоговое годовое занятие | Закрепление, обобщение, повторение пройденного материала; развитие навыков общения | Куклы: Добрый художник, Злой художник, ёж, повязка на глаза, запись со звуками моря, бумага, цветные карандаши, карточки с изображением всех изученных эмоций | 1«Давайте поздороваемся»  2«Путешествие на остров нарисованных человечков»  3«Имя шепчут волны»  4«Врасти в землю»  5«Радуга»  6 «Комплименты»  7«Узнай эмоцию наощупь»  8«Иллюстрации к сказке»  9«До свидания!» | Н.В.Плотникова «Хочу и могу» с.40  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.260  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.261  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.262  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.262  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.262  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.263  И.А.Пазухина «Давай познакомимся!» с.263  См. приложение № 1 упр. № 5 |

**4.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль: Академия развития, 1996.-208 с.
2. Крюкова С.В.,Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь.-М.: «Генезис»,2007.-208с.
3. В мире детских эмоций/Т.А.Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М.Стёпина.-М.: Айрис-пресс,2008.-160с.
4. Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьми.-М.: Книголюб,2005.-56с.
5. Маралов В.Г., Фролова Л.П. Коррекция личностного развития дошкольников.-М.: ТЦ Сфера, 2008.-128с.
6. Плотникова Н.В. Хочу и могу!-СПб.: Речь,2011.-112с.
7. Давай познакомимся!/Автор-составитель И.А.Пазухина-СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2010.-272с.
8. Психология. Упражнения, игры, тренинги./Автор-сост. И.В.Гуреева. - Волгоград: ИТД «Корифей».-112с.
9. Демонстрационный материал «Чувства. Эмоции»-комплект наглядных пособий
10. Демонстрационный материал «Я и другие» -комплект наглядных пособий
11. Демонстрационный материал «Уроки доброты»- комплект наглядных пособий
12. Наглядные материалы.
13. Наборы развивающих игр.
14. Телевизор и DVD-плеер. Набор развивающих, релаксационных занятий и дисков с разными направлениями музыки (спокойная, динамичная и т.д.).
15. Краски, фломастеры, карандаши цветные, карандаши простые, ластики, цветная бумага, картон, разнообразный материал для поделок, бумага белая формата А4, ватман формата А3, сухие и влажные салфетки., цветные маркеры.
16. Используемые в упражнениях игрушки: мягкие и пластизолевые игрушки, мяч, колокольчик, ленты, перо, мягкий конструктор, кубик с изображением эмоций.
17. Игровая комната с ковровым покрытием, стулья по количеству детей в группе.
18. Зеркала на каждого ребёнка, покрывало, антистрессовая подушка, вата, повязки на глаза, очки.

**5.Список литературы**

1. Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет: Пособие для практических работников детских садов/ автор-составитель И.А. Пазухина-СПб.: «Детство-ПРЕСС»,2010.

2. Плотникова Н.В. «Хочу и могу!»Как научить дошкольника эффективному общению и позитивной самооценке.- СПб.: Речь,2011.

3. Крюкова С.В., Слободняк Н.П. Удивляюсь,злюсь,боюсь,хвастаюсь и радуюсь.Программы эмоционального мира детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие-М.: Генезис,2010.

4. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов.-Ярославль: Академия развития,1996.

5. Маралов В.Г., Фролова Л.П. Коррекция личностного развития дошкольников.-М.:ТЦ Сфера,2008.

6. Данилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практ. Работников ДОУ/ Т.А.Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Степина.-4-изд.-М.: Айрис-пресс,2008.

7.Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьмя.-М.:Книголюб,2005.

8. Микляева Н.В., Толстикова С.Н., Целикина Н.П. Сказкотерапия в ДОУ и семье.-М.:ТЦ Сфера,2010.

9. Собчик Л.Н. Метод цветовых выборов.-СПб., Изд-во «Речь»,2001.-112с.

**Приложение № 1**

**1.«Здравствуйте»**

Цель: ритуал приветствия, настрой на работу в группе

Ход: дети, стоя в кругу и взявшись за руки, на каждый слог слова здравствуйте делают шаг вперёд, тем самым сужая круг до минимума

**2.«Наши занятия»**

Цель: знакомство с правилами группы и их принятие

Ход: проводится беседа с ребятами об основных направлениях совместной работы, о правилах группы (доброжелательность в общении, внимание к другим, уважение чувств каждого члена команды, один говорит-остальные слушают), о задачах наших занятий.

**3.«Липучка»**

Цель: разминка, создание позитивных эмоций

Ход: Ведущий со словами:«Я-липучка, приставучка, я хочу вас всех поймать»-догоняет остальных ребят по очереди. Догнав первого, крепко берёт его за руку и они вдвоём догоняют третьего, затем втроём -четвёртого и так до последнего участника группы.

**4. «Наша картина»**

Цель: совместная деятельность, умение работать в команде

Ход: на ватмане формата А3 все дети одновременно рисуют общую картинку.

**5.«До свидания!»**

Цель: ритуал прощания

Ход: дети, стоя в узком кругу и взявшись за руки, на каждый слог слова до свидания делают шаг назад, расширяя круг до максимума

**6. «Имя и движение»**

Цель: самовыражение, повышение уверенности в себе, снятие напряжения

Ход: дети стоят в кругу, каждый по очереди по кругу называет своё имя и выполняет любое им придуманное движение, остальные ребята должны повторить и имя и движение

**7. «Узнай наощупь»**

Цель: развитие слухового и тактильного внимания, памяти

Ход: у ведущего закрыты глаза, в это время дети хаотично перемещаются по залу, громко хлопая в ладоши, подавая сигнал ведущему. Задача ведущего- поймать кого-то из ребят, наощупь определить кто это и назвать его имя

**8.«У зеркала»**

Цель: осознание и подчёркивание собственной индивидуальности

Ход: каждый ребенок рассматривает себя в небольшое зеркало , а затем все по очереди рассказывают о своих внешних характеристиках( цвет волос, цвет глаз, длина волос и т.д.)

**9.«Это я»**

Цель: осознание и подчёркивание собственной индивидуальности

Ход: каждый ребёнок рисует свой портрет, подчёркивая длину волос, цвет волос, одежду и т.д.

**10. «Встань по порядку».** Дети становятся в круг, рассматривают внешность друг друга, затем по команде педагога они должны встать в линию по порядку по росту, начиная с самого высокого, затем по порядку по длине волос, начиная с того, у кого самые короткие волосы, затем-по цвету волос, начиная с самых тёмных и т.д. По окончании упр. Проводится анализ-беседа.

**11.«Я сильнее страха!»**

Цель: коррекция страхов, повышение уверенности в себе

Ход: психолог рисует на доске образ страха, который «берёт испуганного, трусливого человека в плен», страх большой а человек маленький, слабый. И второй рисунок, где человек побеждает страх своей смелостью: он-сильный, большой, уверенный, смелый, а страх маленький и испуганный. Дети копируют второй рисунок, изображая себя самих храбрыми, смелыми и сильными.

**12. «Над тобой посмеюсь»**

Цель: коррекция страхов

Ход: каждый ребёнок рисует на листе бумаги свой страх, а затем добавляют в рисунок смешные детали, тем самым трансформируя эмоцию страха на эмоцию радости, веселья.

**13. «Я могу себя защитить!»**

Цель: развитие умения защищать себя, повышение уверенности в себе

Ход: ребёнок делит лист бумаги на 2 части: на одной половине рисует на тему «Я могу защитить свою вещь», на другой половине- «Я могу защитить себя».

**14. «Я дам тебе сдачи!»**

Цель: повышение уверенности в себе, развитие умения защитить себя

Ход: задание представляет собой тренинг защит. Психолог берёт в руки одну игрушку- «нападающего, обидчика», ребёнок вторую игрушку -«защищающегося, обороняющегося». Создаются ситуации, где ребёнок не даёт себя в обиду, учится отвечать уверенно и отстаивать своё.

**15. «Дверь закрылась»**

Цель: повышение стрессоустойчивости, развитие саморегуляции, самоконтроля

Ход: С помощью мягкого конструктора и карандашей моделируется ситуация замкнутого пространства ( дверь кабинета захлопнулась и не открывается). Каждый ребёнок, используя мелкую игрушку, роль которой он берёт на себя, старается выбраться из этой комнаты. Главное, как объясняет психолог, успокоиться, не паниковать и найти выход.

**16. «Потерялся»**

Цель: повышение стрессоустойчивости, развитие саморегуляции, самоконтроля

Ход: сначала идёт обсуждение с детьми ситуации что делать, если ты потерялся, заблудился или остался один. Затем такие ситуации обыгрываются в тренинге.

**17. «Ромашка умений»**

Цель: повышение уверенности в себе и самооценки

Ход: дети рисуют на листе бумаги большую ромашку, в сердцевине которой пишут «Я умею и могу», а на каждом лепестке рисуют то, что они умеют делать очень хорошо, чем они гордятся.

**18. «Театр настроений»**

Цель: знакомство с эмоциями, умение дифференцировать различные эмоциональные состояния по данному изображению

Ход: детям предлагается посмотреть на каждую маску в театре настроений и определить какое чувство предаёт нам актёр с помощью этой маски. Затем по очереди каждому из ребят в руки психолог даёт карточку с изображением девочки, мальчика, котёнка и щенка в разных эмоциональных состояниях. Задача ребят- определить какое у заданного персонажа настроение и положить карточку рядом с соответствующей маской.

**19. «Прятки»**

Цель: развитие самоконтроля, произвольности поведения

Ход: Детям предлагается найти спрятанную небольшую игрушку, но самая главная задача- это не выдать, не показать остальным, что вы её нашли, сдержать себя, в том числе и свои эмоции. После обнаружения игрушки нужно спокойно, не торопясь сесть на своё место

**20. «Беспорядок и порядок»**

Цель: развитие организации рабочего места и навыков аккуратности

Ход: каждый ребёнок делит лист бумаги на 2 части и рисует на одной половине беспорядок в комнате и на своём «рабочем месте», а на другой половине- порядок в своей комнате и на своём столе. Затем происходит сравнение и обсуждение в группе.

**21. «Говори!»**

Цель: развитие произвольности, самоконтроля

Ход: Психолог задаёт разные вопросы (какое сейчас время года? Какого цвета ёлка? Когда светит месяц? и т.д.), дети должны отвечать только после условного сигнала- большой палец руки поднят вверх, выкрикивать нельзя!

**22. «Тренинг поведения в школе»**

Цель: профилактика школьной дезадаптации

Ход: ведущий предлагает детям следующие ситуации:

-знакомство с одноклассниками;

-первый урок;

-ошибка в тетради;

-отвечаю у доски;

-разговор во время урока;

-ссора на переменке;

-умею за себя постоять;

Эти ситуации сначала обсуждаются, а потом разыгрываются детьми

**23. «Я-будущий ученик»**

Цель: принятие смены статуса, позитивные установки на будущее

Ход: каждый из ребят рисует самого себя в роли настоящего ученика, а затем рассказывает всем каким он будет учеником.

**Приложение № 2**

**Тест «Лесенка» для исследования самооценки (Т.Д. Марцинковская)**

Цель: исследование самооценки детей 6-7 лет.

Задача: выявить уровень адекватности самооценки детей дошкольного возраста.

Стимульный материал теста «Лесенка». Рисунок лестницы, состоящий из семи ступенек. Посередине располагают фигуру ребенка. Для удобства может быть вырезана из бумаги фигурка мальчика или девочки, которую можно ставить на лесенку в зависимости от пола тестируемого ребенка.

Инструкция: Посмотри на эту лесенку. Видишь, тут стоит мальчик (девочка). На ступеньку выше (показывают) ставят хороших детей, чем выше, тем лучше дети, а на самой верхней ступеньке - самые хорошие ребята. На ступеньку ниже ставят не очень хороших детей (показывают), еще ниже - еще хуже, а на самой нижней ступеньке - самые плохие ребята. На какую ступеньку ты сам себя поставишь? А на какую ступеньку тебя поставит мама? Папа? Воспитательница?

Проведение теста. Ребенку дают листок с нарисованной на нем лестницей и объясняют значение ступенек. Важно проследить, правильно ли понял ребенок ваше объяснение, в случае необходимости следует повторить его. После этого задают вопросы, ответы записывают.

Анализ результатов. Прежде всего, обращают внимание, на какую ступеньку ребенок сам себя поставил. Считается нормой, если дети этого возраста ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. В любом случае это должны быть верхние ступеньки, так как положение на любой из нижних ступенек (а уж тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, а об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах.

**Обработка результатов и интерпретация**

При анализе полученных данных исходите, из следующего:

**Ступенька 1** – завышенная самооценка.

**Ступеньки 2, 3** – адекватная самооценка

**Ступенька 4** – заниженная самооценка

**Ступеньки 5, 6** – низкая самооценка

**Ступенька 7** – резко заниженная самооценка

**Методика «Да и нет».**

Направлена на выявление уровня развития произвольного внимания и самоконтроля.

Эта методика- модификация известной детской игры «Да» и «Нет» не говорите, черного и белого не берите». По ходу игры ведущий задает ее участникам такие вопросы, на которые проще всего ответить словами «Да» и «Нет»,а также употребив названия белого и черного цветов. Но именно этого по правилам игры делать нельзя.

Для предлагаемой методики здесь запрещается отвечать на вопросы словами «Да» и «Нет».

Психолог обращается к испытуемому: «Сейчас мы будем играть в игру, в которой нельзя произносить слова «да» и «нет». Повтори, пожалуйста, какие слова нельзя будет произносить» (испытуемый повторяет их). «Теперь будь внимателен, я буду задавать тебе вопросы, отвечая на которые, нельзя произносить слова «да» и «нет». Понятно?» (испытуемый подтверждает, что ему все ясно). После этого экспериментатор задает вопросы, среди которых- провоцирующие ребенка высказывать свое отношение к школе и учению. Поскольку все его внимание в этот момент сосредоточено на соблюдении правил игры, то наиболее вероятны искренние ответы. Таким образом, психолог получает представление и о мотивационной готовности ребенка к школе. Испытуемому задаются следующие вопросы: 1. Ты хочешь идти в школу.? 2. Ты любишь, когда тебе читают сказки? 3. Ты любишь смотреть мультфильмы? 4.ты хочешь остаться еще на один год в детском саду? (Если ребенок не ходит в детский сад, то вопрос звучит так: Ты хочешь пойти в школу не осенью, а только через год?.) 5. Ты любишь гулять? 6. Ты любишь играть? 7. Ты хочешь учиться? 8. Ты любишь болеть?

Чтобы правильно ответить на вопросы, ребенку необходимо постоянно, не отвлекаясь, удерживать в памяти условия игры и принятое им намерение отвечать определенным образом, контролировать свои ответы, сдерживать непосредственное желание ответить словами «да»и «нет» и одновременно обдумывать ответ. Все это невозможно без определенного развития произвольности. Эксперименты показали, что некоторые дети пытаются облегчить поставленную задачу различными способами. Так, часть из них выбирали какое- то одно слово, например, «хочу», так как оно было ответом на первый вопрос, и дальше все время повторяли его, лишая таким образом смысла свои ответы. Самым главным для этих испытуемых было соблюдение формальности правила игры. Другие же решали задачу, подменяя слова «да» и «нет» соответствующими движениями головы. Тем самым они соблюдали условия игры и не утруждали себя поиском адекватного ответа, что, как показали эксперименты, не всегда им просто дается. Прежде чем дать содержательный ответ, не включающей запретные слова, многие из них долго молчали. На вопрос экспериментатора о причине столь длительного молчания, после окончания игры, они отвечали, что искали нужные слова. Интересно отметить, что родители, присутствующие при этой игре, не считали кивок головой за ответ и пытались вмешаться репликой: «Ты что, говорить не умеешь?».

Обработка результатов проводится путем подсчета баллов, начисляющихся за ошибки, под которыми понимаются только слова «да» и «нет». Употребление детьми просторечной лексики (слова «ага», «неа» и т.п.) не рассматриваются в качестве ошибки. Также не считается ошибкой бессмысленный ответ , если он удовлетворяет формальному правилу игры. Каждая ошибка оценивается в 1 балл. Если ребенок правильно ответил на все вопросы, за его результат выставляется 0 (ноль). Таким образом, чем хуже выполнено задание, тем выше суммарный балл.

В группу с относительно хорошим развитием произвольности относятся дети, получившие не более одного балла, при этом берется лучший результат из двух попыток. Вторая попытка предоставляется испытуемому, если с первого раза он потерпел неудачу в игре. Перед второй попыткой проводится дополнительная беседа об условия игры.

**Методика «Не подглядывай» И.В. Дубровина**

Цель: изучить уровень произвольного поведения у детей старшего дошкольного возраста.

Проведение исследования – индивидуально с каждым ребенком.

Экспериментатор сообщает ребенку, что принес интересную игру, но, прежде чем начать играть, ребенку нужно подождать, не подглядывая, пока взрослый приготовит все необходимое. Так как будет не интересно играть. Предложить ребенку посидеть 3 минуты с закрытыми глазами, а сам создает видимость активной подготовки к игре и наблюдает за поведением испытуемого. Через три минуты ребенок получает обещанную игру. Если дошкольник не выдерживает и открывает глаза раньше, сделать вид, что не заметили нарушения правил и дать ему игру. Зафиксировать время, когда ребёнок открывает глаза.