

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Ростова – на – Дону «Детский сад №111»

**ПРИНЯТО**

на педагогическом совете  
МБДОУ № 111  
от «28» августа 2020 г.  
протокол № 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ № 111  
И.В. Бабичева  
Приказ № 135  
от « 28 » августа 2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дополнительному образованию  
по программе

***С.И. Семенака «Уроки добра»***

для детей 4-5 лет

Разработчик программы:

педагог дополнительного образования  
***Сапунова Валентина Ивановна***

2020-2021 учебный год

## **Пояснительная записка**

Данная программа разработана на основе:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом МО и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155;
- Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Комментарии к ФГОС дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ № 08-249 от 28.02.14)
- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» (постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 № 26);
- Лицензия на образовательную деятельность, регистрационный № 5442 от 13.08.2015 г., серия 61 Л01 № 0003107
- Устава МБДОУ №111 ( утвержден приказом № 631 от 23.06.2015 г.)
- Постановление Администрации г. Ростова-на-Дону № 1028 от 06.11.2015 г.

### **Направленность программы:**

Программа «Уроки добра» - занятия строятся в интересной, занимательной форме, раскрываются механизмы психологической защиты у детей, разъясняется необходимость осознания ребенком своих защитных возможностей и важность обучения его способам социально-психологической адаптации.

### **Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность:**

Каждый день ставит перед детьми новые проблемы, решение которых зависит, в том числе, и от их душевного равновесия, умения справляться с внутренними межличностными конфликтами. Детям намного сложнее, они живут в трех «мирах»: в мире воображаемом, в мире детского коллектива, в мире взрослых. Разобраться во всем ребенку непросто. Поэтому знание механизмов психологической защиты позволяет лучше понять мотивы своих и чужих поступков, найти правильную линию поведения в конкретной ситуации.

### **Цель обучения:**

- Определение ведущих механизмов психологической защиты;
- Снижение значимости травмирующего фактора;
- Снижение значимости неудачных поступков и действий;
- Повышение самооценки;

### **Задачи обучения:**

Раскрывать сущность полярных понятий – «добро» и «зло» и эмоций, которые им соответствуют; знакомить детей с характеристикой эмоциональных состояний, присущих человеку; учить видеть

эмоциональное состояние другого и собственный эмоциональный образ, соотнося его с конкретной ситуацией;

развивать эмоциональную произвольность;

учить конструктивным способам управления собственным поведением (снимать

напряжение, избавляться от злости, раздражительности, разрешать конфликтные ситуации и др.)

### **Возраст детей:**

Программа обучения рассчитана на детей 4-5 лет.

**Объем реализации программы:** 2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц, 56 академических часов, срок реализации программы составляет 7 месяцев. Занятия проводятся во второй половине дня.

### **Формы реализации:**

Формы реализации различны. Предусмотрены как теоретические – рассказ педагога, беседа с детьми, рассказы детей, показ педагогам способа действия, так и практические – проблемно-игровые ситуации в ходе которых дети под контролем педагога самостоятельно выполняют работу.

### **Принципы реализации программы:**

Принцип наглядности – предполагает широкое представление соответствующей изучаемому материалу наглядности: иллюстрации, образцы, схемы.

Принцип последовательности – предполагает планирование изучаемого познавательного материала последовательно (от простого к сложному).

Принцип занимательности – изучаемый материал должен быть интересным для детей. Разнообразные тематики, разнообразие художественных материалов формирует у детей желание выполнять предполагаемые задания, стремиться к достижению результата.

Принцип тематического планирования материала – предполагает подачу изучаемого материала по тематическим блокам.

Принцип личностно-ориентированного общения – в процессе обучения дети выступают как активные исследователи окружающего мира вместе с педагогом, а не просто перенимают его опыт. Учет индивидуальных особенностей детей, их желаний и интересов. Создание творческой, доброжелательной обстановки на занятиях.

### **Методы и приемы:**

Наглядные методы – использование различного рода иллюстраций: картинок, карточек, рисунков, схем по теме занятий, просмотр фрагментов мультимедийных фильмов с последующим моделированием новых версий.

Словесные методы – чтение и обсуждение художественных произведений; анализ фрагментов мультимедийных фильмов, дискуссии, доверительная беседа с детьми на волнующие темы.

Практические методы – обыгрывание конфликтных ситуаций и моделирование выхода из них, примеры выражения своего эмоционального состояния в рисунке, музыке; рисование своих проблем ( снятие напряжения, диагностика детских тревог)

Игровые методы – имитационные игры, социально-поведенческий тренинг, психогимнастика, обучение навыкам самопомощи и напряженных ситуаций , формирование волевой регуляции поведения: подвижные игры, релаксационные упражнения , активные действия.

### **Прогнозируемы результаты:**

- Создавать и обсуждать проблемные ситуации;
- Раскрывать сущность полярных понятий – «добро» и «зло» и эмоций , которые им соответствуют;
- Уметь видеть эмоциональное состояние другого и собственный эмоциональный образ , соотнося его с конкретной ситуацией;
- Уметь конструктивным способом управлять собственным поведением ( избавляться от злости, раздражительности, разрешать конфликтные ситуации и др. )
- Уметь работать коллективно с другими детьми.
- Устанавливать контакты со всеми участниками процесса;
- Развивать волевою регуляцию, эмоциональную честность.

### **Специфика образовательной ситуации:**

Специфика обусловлена тем, что в работе с детьми может служить: исчезновение в поведении агрессивных тенденций и появление доброжелательности, преобладание положительных эмоций, способность сдерживать нежелательные эмоции или применение приемлемых способов их проявления ( не причиняя вред другим ).

### **Условия реализации рабочей программы:**

- Художественные произведения;
- Фрагменты мультимедийных фильмов;
- Фрагменты музыкальных произведений;
- Пиктограммы эмоций;
- Краски, цветные карандаши, альбом;
- Демонстрационный наглядный материал,
- Положительная оценка личностных достижений каждого воспитанника;
- Отсутствие каких – либо отметок и домашних заданий;
- Учет состояния здоровья, личностных особенностей, интересов и возможностей каждого ребенка;

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

| <i>Дата</i> | <i>№ занятия</i> | <i>Содержание</i>   | <i>Кол-во часов</i> | <i>Примечание</i> |
|-------------|------------------|---|---------------------|-------------------|
| 02.11.20    | 1                | Диагностика настроения детей.<br>Упражнение «Волшебный мешочек».<br>Упражнение «Расскажи о своем настроении».<br>Рисование на тему «Мое настроение».  | 1 час               |                   |
| 05.11.20    | 2                | Игра «Цветик-семицветик».<br>Упражнение «Гневная гиена».<br>Упражнение «Разъяренная медведица», беседа<br>Упражнение «Придумывание историй».  | 1                   |                   |
| 09.11.20    | 3                | Прослушивание музыки В.Адигезалов «Мне очень весело», определить ее характер и эмоции.<br>Знакомство со сказочными персонажами , игровая ситуация добра и зла.<br>Беседа о добрых и злых людях.<br>Тренинг эмоций.<br>Рисование на тему: «Добрый и злой». | 1                   |                   |
| 12.11.20    | 4                | Тренинг эмоций.<br>Игра «Жужа».<br>Диагностика агрессивности (беседа с детьми).<br>Упражнение-тренинг (рисование злости).   | 1                   |                   |
| 16.11.20    | 5                | Прослушивание музыкального произведения , соответствующее образу злости. (Музыкальный момент, № 2 ми бемоль С. Рахманинова).<br>Закрепление знаний о способах саморегуляции.<br>Тренинг<br>Раскрашивание рисунков –эмоций.                                | 1                   |                   |
| 19.11.19    | 6                | Настроение Бабы-Яги (видеофрагмент мультфильма «Ивашка из дворца пионеров».<br>Тренинг эмоций.<br>Упражнение «Угадай настроение Бабы-Яги».<br>Рисование Бабы-Яги.   | 1                   |                   |
| 23.11.20    | 7                | Поговорим о доброте.<br>Игра «Угадай настроение по рисунку».<br>Упражнение «Помоги волшебнику»<br>Чтение рассказа Л.Н. Толстого «Старик сажал яблони», игра «Чунга-чанга».  | 1                   |                   |
| 26.11.20    | 8                | Ссора (тренинг эмоций)<br>Упражнение «Дружба начинается с улыбки...»<br>Проблемная ситуация.<br>Рисование (красивых бабочек).   | 1                   |                   |
| 03.12.20    | 9                | Как справиться с упрямством?<br>«Упрямые козы» (Узбекская сказка), беседа.<br>тренинг эмоций<br>игра «Сказка наоборот»  | 1                   |                   |
| 07.12.20    | 10               | Игра «Два барана»<br>Знакомство с правилами доброжелательного поведения – «Будь внимателен к другому».<br>Рисование «Смешной рисунок»   | 1                   |                   |

|          |    |   |   |  |
|----------|----|---|---|--|
| 10.12.20 | 11 | Чувства одинокого человека.<br>Цветопись настроения<br>Проверка степени усвоения правил доброжелательного поведения.<br>Просмотр мультфильма «Первый раз », беседа по содержанию. | 1 |  |
| 14.12.20 | 12 | Игра «Тень».<br>Игра «Закончи предложение»<br>тренинг эмоций.<br>Рисование «Смешной рисунок»  | 1 |  |
| 17.12.20 | 13 | Знакомство с понятием<br>«Физическая и эмоциональная боль».<br>тренинг эмоций.<br>Беседа с детьми по рассказу   | 1 |  |
| 20.12.19 | 14 | Тренинг эмоций.<br>Рассказывание рассказа<br>Беседа по рассказу<br>Рисование «Медвежонок выздоровел».   | 1 |  |
| 21.12.20 | 15 | Учимся понимать чувства других людей.<br>Обыгрывание ситуаций.<br>Определение причины эмоций.<br>Упражнение «Негаданная радость».<br>Рисование на тему: «Волшебные цветы».        | 1 |  |
| 24.12.20 | 16 | Учимся доброжелательности.<br>Просмотр мультфильма «Варежка».<br>Беседа по содержанию мультфильма<br>Чтение стихотворения.<br>Беседа  | 1 |  |
| 11.01.21 | 17 | Учимся доброжелательности (продолжение)<br>Упражнение «Самое страшное»<br>Тренинг эмоций<br>Рисование на тему: «Мой верный друг-собака»   | 1 |  |
| 13.01.21 | 18 | Животные - наши друзья<br>Игра «Мышь и мышеловка»<br>Чтение стихотворения , беседа<br>Разыгрывание сценки парами<br>Рисование на тему «Мой котенок»                               | 1 |  |
| 14.01.21 | 19 | Учимся анализировать поведение в конфликтных ситуациях, беседа, вопросы.<br>Тренинг эмоций.<br>Анализ конфликтных ситуаций.<br>Игра «Угадай настроение».                          | 1 |  |
| 18.01.21 | 20 | Прослушивание рассказа «Лучший друг».<br>Беседа по содержанию.<br>Игра эмоций.<br>Рисование на тему: «Мое настроение».  | 1 |  |
| 20.01.21 | 21 | Учимся управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях.<br>История Антошки.<br>Дискуссия с детьми.<br>Игра «Падающая башня».  | 1 |  |
|          |    | Чтение рассказа В. Осеевой  | 1 |  |

|          |    |   |   |  |
|----------|----|---|---|--|
| 21.01.21 | 22 | Поведенческий тренинг.<br>Рисование «Дерево радости».   |   |  |
| 25.01.21 | 23 | Добрые и злые поступки.<br>Чтение стихотворения.<br>Вопросы для дискуссии.<br>Рассматривание иллюстрации.   | 1 |  |
| 28.01.21 | 24 | Тренинг эмоций.<br>Упражнение : «Добрый - злой».<br>Игра «По кочкам».<br>Рисование «Дорисуй картинку».  | 1 |  |
| 01.02.21 | 25 | Упражнение «Танец».<br>Беседа по содержанию мультфильма.<br>Тренинг эмоций.<br>Поведенческий тренинг.   | 1 |  |
| 04.02.21 | 26 | Игра «Хорошо - плохо».<br>Знакомство детей со способами реагирования на гнев взрослых.<br>тренинг.<br>История «Кто наказал его?», тренинг эмоций, вопросы.  | 1 |  |
| 08.02.21 | 27 | Дружба-неприятель.<br>Мультфильм «Трям, здравствуйте».<br>Беседа по содержанию мультфильма.<br>Тренинг эмоций.  | 1 |  |
| 11.02.21 | 28 | Наши мечты.<br>Поведенческий тренинг ( № 1 ).<br>Поведенческий тренинг ( № 2 ).<br>Рисование , трех подружек.   | 1 |  |
| 15.02.21 |    | Сказка «Лиса и заяц», ( отрывок ).<br>Беседа, моделирование с детьми с сцены примирения зайца и лисы.   | 1 |  |
| 18.02.21 | 29 | Просмотр мультфильма «Осенние кораблики».<br>Беседа по содержанию.<br>Игра «Цветик-семицветик».<br>Рисование на тему: «Цветик-семицветик».  | 1 |  |
| 24.02.21 | 30 | Наши чувства и действия.<br>Проблемная ситуация, совместное обсуждение проблемной ситуации.<br>Доверительная беседа на тему: «Когда мне бывает плохо...»<br>Рисование на тему: «Веселый клоун и нарядная кукла».  | 1 |  |
| 25.02.21 | 32 | Зачем человеку чувство стыда?<br>Проблемная ситуация.<br>Беседа на тему: «Когда нам бывает стыдно?».<br>Рисование на тему: «Мой стыд».<br>Упражнение «Когда человеку на душе плохо, то он может сам себе помочь». | 1 |  |
| 01.03.21 | 33 | Учимся честно говорить о проступке.<br>Проблемная ситуация, беседа на тему: «Как можно помочь себе честно признаться в проступке?»,<br>Рисование на тему: «Радость»,<br>Знакомство с приемами самопомощи.         | 1 |  |

|          |    |  |   |  |
|----------|----|--|---|--|
| 04.03.21 | 34 | Почему трудно признать свою вину?<br>Проблемная ситуация.<br>Беседа «Почему мы перекладываем вину на другого?»<br>Рисование «Мое настроение»<br>Упражнение «Цветной дождь».                        | 1 |  |
| 11.03.21 | 35 | Детские жалобы<br>Проблемные ситуация.<br>Беседа «У меня плохое настроение».<br>Рисование «Веселое и грустное настроение»<br>Игра «Отыщи свою обувь».  | 1 |  |
| 15.03.21 | 36 | Учимся справляться с чувством протеста.<br>Проблемная ситуация<br>Беседа «Хорошо ли быть одному?»<br>Игра «Король».  | 1 |  |
| 18.03.21 | 37 | Учимся справляться с чувством обиды.<br>Проблемная ситуация.<br>Беседа «Что такое обида?»<br>Тренинговое упражнение.<br>Рисование «обиды».   | 1 |  |
| 22.03.21 | 38 | Упражнение «Воздушный шарик»,<br>Упражнение «Небо»<br>Тренинг эмоций.<br>Рисование «Мое настроение».   | 1 |  |
| 25.03.21 | 39 | Мама-надежный защитник.<br>Проблемная ситуация.<br>Беседа «Когда мы ссоримся с родителями?»<br>Тренинг-упражнение «Мамин голос».   | 1 |  |
| 29.03.21 | 40 | Когда опасен гнев?<br>Проблемная ситуация.<br>Беседа «Почему человек злится?»<br>Упражнение «Сердитая старуха».<br>Рисуем гнев<br>Советы по управлению гневом.<br>Игра «Дракон кусает свой хвост». | 1 |  |
| 05.04.21 | 41 | Всегда ли мы поступаем правильно?<br>Беседа «Когда мы обижаем тех, кто слабее нас?»<br>Рисование<br>Упражнение «Солнечный зайчик».<br>Игра «Чунга-чанга»   | 1 |  |
| 08.04.21 | 42 | Можно ли справиться со злом?<br>Проблемная ситуация<br>Чтение рассказа Э.Шим «Не смей!»<br>Беседа «Как побороть зло и стать добрее?»<br>Игра «Я могу защитить...»<br>Игра «Ястреб и птицы»         | 1 |  |
| 12.04.21 | 43 | Чувства одинокого человека.<br>Игра «Цветопись настроения».<br>Просмотр мультфильма «Первый раз».<br>Игра «Тень»<br>Игра «Закончи предложение».<br>Тренинг эмоций.                                 | 1 |  |
|          |    | Ссора<br>Обыгрывание стихотворения<br>тренинг эмоций<br>Упражнение «Дружба начинается с улыбки...»   | 1 |  |



|           |    |  |   |  |
|-----------|----|--|---|--|
| 15.04.21  | 44 | Проблемная ситуация<br>Рисование   |   |  |
| 19.04.21  | 45 | Поговорим о доброте<br>Игра «Угадай по рисунку настроение»<br>Тренинг эмоций, беседа<br>Упражнение «Выручи из беды»  | 1 |  |
| 22.04.21  | 46 | Настроение ,сказочные персонажи<br>Беседа о добре и зле.<br>Тренинг эмоций<br>Рисование «Добрый и злой»  | 1 |  |
| 26.04.21  | 47 | Сказка «Лиса и заяц»<br>Моделирование примирения зайца и лисы.<br>Тренинг эмоций<br>Поведенческий тренинг<br>игра «Хорошо и плохо»<br>Рисование «Графическая музыка»   | 1 |  |
| 29.04.21  | 48 | Обыгрывание стихотворения «Поссорились»<br>Тренинг эмоций<br>Проблемная ситуация. беседа<br>Рисование  | 1 |  |
| 06.05.21  | 49 | Тренинг эмоций<br>Беседа о физической и эмоциональной боли.<br>Упражнение «Придумывание историй»<br>Рисование «Медвежонок»   | 1 |  |
| 12.05.21  | 50 | Игра «Угадай настроение»<br>Упражнение «Помоги волшебнику»,<br>«Выручи из беды»<br>Сказка о птицах; тренинг эмоций.  | 1 |  |
| 13.05.21  | 51 | Проблемная ситуация<br>Обсуждение проблемной ситуации.<br>Беседа «Когда нам бывает стыдно?»<br>рисование «Мой стыд»  | 1 |  |
| 17.05.21  | 52 | Проблемная ситуация. Рассказывание рассказа<br>Э.Шим «Не смей!».<br>Доверительная беседа «Как побороть зло и стать<br>добрее?».<br>Игра «Я могу защитить...»; игра «Ястреб и птицы»,<br>игра «Дотянись до звезд».<br>Тренинг эмоций. | 1 |  |
| 20.05.21  | 53 | «Детские жалобы» проблемная ситуация.<br>Обсуждение проблемной ситуации.<br>Беседа «У меня плохое настроение» Рисование на<br>тему «Веселое и грустное настроение»<br>игра «Отыщи свою обувь».                                       | 1 |  |
| 24.05. 21 | 54 | Проблемные ситуации.<br>Доверительная беседа на тему «Когда мы обижаем тех<br>кто слабее нас?»<br>Рисование<br>Игра «Я могу защитить...»   | 1 |  |
| 27.05.21  | 55 | Чтение рассказа В. Осеевой .,беседа.<br>Игра «Падающая башня».<br>Рисование «Дерево радости».  | 1 |  |

|               |                     |   |   |  |
|---------------|---------------------|---|---|--|
| 31.05.21      | 56                  | Итоговое<br>«Любимая игра»<br>«Чудо дерево»<br>Работа со сказкой.<br>«Человек с сильной волей». | 1 |  |
| <b>Итого:</b> | <b>56<br/>часов</b> |   |   |  |

### ***ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:***

- Ключева Н.В. , Касаткина Ю.В. «Учим детей общению » - Ярославль, 1997.
- Кряжева Н.Л. «Развитие эмоционального мира детей». - Ярославль, 1999.
- Лаврентьева Г.П. «Культура общения дошкольников». – Киев, 1998
- Анцупова Г.П. «Давай поиграем » - Ростов-на-Дону, «Феникс», 2000
- Вагин И.О. «Уроки психологической защиты » - СПб: «Питер», 2002
- Ильин Е.П. «Эмоции и чувства » - СПб: «Питер», 2001
- Наприенко А.К., Петров К.А. «Психологическая саморегуляция » - Киев: «Здоровье», 1995
- Панфилова М.А. «Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры» - М.: «Издат-во Гном и Д », 2001
- Чижова С.Ю., Калинина О.В. «Детская агрессивность » - Ярославль: «Академия развития », 2001
- Самоукина Н.В. «Игры, в которые играют...» - Дубна: Издательский центр «Феникс», 1997
- Богуславская Е., Купина М.А. «Веселый этикет »- Екатеринбург, 1997
- Радынова О.П. «Музыкальное развитие детей. В 2ч. »- М., 1997