

**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 5-6 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 ЛО1 № 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 др.)

### **Возраст детей:**

Программа обучения рассчитана на детей 5-6 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 волевую 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>
03.11.20	1	Прослушивание музыки В. Адигезалов «Мне очень весело», определить ее характер и эмоции. Знакомство со сказочными персонажами, игровая ситуация добра и зла. Беседа о добрых и злых людях. Тренинг эмоций. Рисование на тему: «Добрый и злой».	1 час	
06.11.20	2	Диагностика настроения детей. Упражнение «Волшебный мешочек». Упражнение «Расскажи о своем настроении». Рисование на тему «Мое настроение».	1	
10.11.20	3	Игра «Цветик-семицветик». Упражнение «Гневная гиена» Упражнение «Разъяренная медведица», беседа Упражнение «Придумывание историй» .	1	
13.11.20	4	Тренинг эмоций. Игра «Жужа». Диагностика агрессивности (беседа с детьми). Упражнение-тренинг (рисование злости).	1	
17.11.20	5	Прослушивание музыкального произведения , соответствующее образу злости. (Музыкальный момент, № 2 ми бемоль С. Рахманинова). Закрепление знаний о способах саморегуляции. Тренинг Раскрашивание рисунков –эмоций.	1	
20.11.20	6	Настроение Бабы-Яги (видеофрагмент мультфильма «Ивашка из дворца пионеров». Тренинг эмоций. Упражнение «Угадай настроение Бабы-Яги». Рисование Бабы-Яги.	1	
24.11.20	7	Поговорим о доброте. Игра «Угадай настроение по рисунку». Упражнение «Помоги волшебнику» Чтение рассказа Л.Н. Толстого «Старик сажал яблони», игра «Чунга-чанга».	1	
27.11.20	8	Ссора (тренинг эмоций) Упражнение «Дружба начинается с улыбки...» Проблемная ситуация. Рисование (красивых бабочек).	1	
01.12.20	9	Как справиться с упрямством? «Упрямые козы» (Узбекская сказка), беседа. тренинг эмоций игра «Сказка наоборот»	1	
04.12.20	10	Игра «Два барана» Знакомство с правилами доброжелательного поведения – «Будь внимателен к другому». Рисование «Смешной рисунок»	1	

08.12.20	11	Чувства одинокого человека. Цветопись настроения Проверка степени усвоения правил доброжелательного поведения. Просмотр мультфильма «Первый раз », беседа по содержанию.	1	
11.12.20	12	Игра «Тень». Игра «Закончи предложение» тренинг эмоций. Рисование «Смешной рисунок»	1	
15.12.20	13	Знакомство с понятием «Физическая и эмоциональная боль». тренинг эмоций. Беседа с детьми по рассказу	1	
18.12.20	14	Тренинг эмоций. рассказывание рассказа. Беседа по рассказу Рисование «Медвежонок выздоровел»	1	
22.12.20	15	Учимся понимать чувства других людей. Обыгрывание ситуаций. Определение причины эмоций. Упражнение «Негаданная радость». Рисование на тему: «Волшебные цветы».	1	
25.12.20	16	Учимся доброжелательности. Просмотр мультфильма «Варежка». Беседа по содержанию мультфильма Чтение стихотворения. Беседа	1	
12.01.21	17	Учимся доброжелательности (продолжение) Упражнение «Самое страшное» Тренинг эмоций Рисование на тему: «Мой верный друг-собака»	1	
13.01.21	18	Животные - наши друзья Игра «Мышь и мышеловка» Чтение стихотворения , беседа Разыгрывание сценки парами Рисование на тему «Мой котенок»	1	
15.01.21	19	Учимся анализировать поведение в конфликтных ситуациях, беседа, вопросы. Тренинг эмоций. Анализ конфликтных ситуаций. Игра «Угадай настроение».	1	
19.01.21	20	Прослушивание рассказа «Лучший друг». Беседа по содержанию. Игра эмоций. Рисование на тему: «Мое настроение».	1	
20.01.21	21	Учимся управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях. История Антошки. Дискуссия с детьми. Игра «Падающая башня».	1	
		Чтение рассказа В. Осеевой	1	

22.01.21	22	Поведенческий тренинг. Рисование «Дерево радости».		
26.01.21	23	Добрые и злые поступки. Чтение стихотворения. Вопросы для дискуссии. Рассматривание иллюстрации.	1	
29.01.21	24	Тренинг эмоций. Упражнение : «Добрый - злой». Игра «По кочкам». Рисование «Дорисуй картинку».	1	
02.02.21	25	Упражнение «Танец». Беседа по содержанию мультфильма. Тренинг эмоций. Поведенческий тренинг.	1	
05.02.21	26	Игра «Хорошо - плохо». Знакомство детей со способами реагирования на гнев взрослых. тренинг. История «Кто наказал его?», тренинг эмоций, вопросы.	1	
09.02.21	27	Дружба-неприятель. Мультфильм «Трям, здравствуйте». Беседа по содержанию мультфильма. Тренинг эмоций.	1	
12.02.21	28	Наши мечты. Поведенческий тренинг ( № 1 ). Поведенческий тренинг ( № 2 ). Рисование , трех подружек.	1	
16.02.21		Сказка «Лиса и заяц», ( отрывок ). Беседа, моделирование с детьми с сцены примирения зайца и лисы.	1	
19.02.21	29	Просмотр мультфильма «Осенние кораблики». Беседа по содержанию. Игра «Цветик-семицветик». Рисование на тему: «Цветик-семицветик».	1	
25.02.21	30	Наши чувства и действия. Проблемная ситуация, совместное обсуждение проблемной ситуации. Доверительная беседа на тему: «Когда мне бывает плохо...» Рисование на тему: «Веселый клоун и нарядная кукла».	1	
26.02.21	32	Зачем человеку чувство стыда? Проблемная ситуация. Беседа на тему: «Когда нам бывает стыдно?». Рисование на тему: «Мой стыд». Упражнение «Когда человеку на душе плохо, то он может сам себе помочь».	1	
02.03.21	33	Учимся честно говорить о проступке. Проблемная ситуация, беседа на тему: «Как можно помочь себе честно признаться в проступке?», Рисование на тему: «Радость», Знакомство с приемами самопомощи.	1	
		Почему трудно признать свою вину?	1	

05.03.21	34	Проблемная ситуация. Беседа «Почему мы перекладываем вину на другого?» Рисование «Мое настроение» Упражнение «Цветной дождь».		
09.03.21	35	Детские жалобы Проблемные ситуация. Беседа «У меня плохое настроение». Рисование «Веселое и грустное настроение» Игра «Отыщи свою обувь».	1	
12.03.21	36	Учимся справляться с чувством протеста. Проблемная ситуация Беседа «Хорошо ли быть одному?» Игра «Король».	1	
16.03.21	37	Учимся справляться с чувством обиды. Проблемная ситуация. Беседа «Что такое обида?» Тренинговое упражнение. Рисование «обиды».	1	
19.03.21	38	Упражнение «Воздушный шарик», Упражнение «Небо» Тренинг эмоций. Рисование «Мое настроение».	1	
23.03.21	39	Мама-надежный защитник. Проблемная ситуация. Беседа «Когда мы ссоримся с родителями?» Тренинг-упражнение «Мамин голос».	1	
26.03.21	40	Когда опасен гнев? Проблемная ситуация. Беседа «Почему человек злится?» Упражнение «Сердитая старуха». Рисуем гнев Советы по управлению гневом. Игра «Дракон кусает свой хвост».	1	
02.04.21	41	Всегда ли мы поступаем правильно? Беседа «Когда мы обижаем тех, кто слабее нас ?» Рисование Упражнение «Солнечный зайчик». Игра «Чунга-чанга»	1	
06.04.21	42	Можно ли справиться со злом? Проблемная ситуация Чтение рассказа Э.Шим «Не смей!» Беседа «Как побороть зло и стать добрее?» Игра «Я могу защитить...» Игра «Ястреб и птицы»	1	
09.04.21	43	Чувства одинокого человека. Игра «Цветопись настроения». Просмотр мультфильма «Первый раз». Игра «Тень» Игра «Закончи предложение». Тренинг эмоций.	1	
13.04.21	44	Ссора Обыгрывания стихотворения Тренинг эмоций Проблемная ситуация Рисование	1	



16.04.21	45	Поговорим о доброте. Игра «Угадай настроение по рисунку». Упражнение «Помоги волшебнику». Упражнение «Выручи из беды».	1	
20.04.21	46	Настроение, сказочные персонажи, беседа о добре и зле. Тренинг эмоций. Рисование на тему: «Добрый и злой».	1	
23.04.21	47	Сказка «Лиса и заяц». Моделирование примирения зайца и лисы. Тренинг эмоций. Поведенческий тренинг. Игра «Хорошо-плохо». Рисование «Графическая музыка».	1	
27.04.21	48	Обыгрывание стихотворения «Поссорились», беседа по вопросам. тренинг эмоций. Упражнение «Дружба начинается с улыбки...», проблемная ситуация, рисование на тему.	1	
04.05.21	49	Тренинг эмоций. Беседа с детьми о физической и эмоциональной боли. рассказывание рассказа, беседа по рассказу. рисование: «Медвежонок».	1	
07.05.21	50	Игра «Угадай настроение» Упражнение «Помоги волшебнику», «Выручи из беды» Сказка о птицах; тренинг эмоций.	1	
11.05.21	51	Проблемная ситуация Обсуждение проблемной ситуации. Беседа «Когда нам бывает стыдно?» рисование «Мой стыд»	1	
14.05.21	52	Проблемная ситуация. Рассказывание рассказа Э.Шим «Не смей!». Доверительная беседа «Как побороть зло и стать добрее?». Игра «Я могу защитить...»; игра «Ястреб и птицы», игра «Дотянись до звезд». Тренинг эмоций.	1	
18.05.21	53	«Детские жалобы» проблемная ситуация. Обсуждение проблемной ситуации. Беседа «У меня плохое настроение» Рисование на тему «Веселое и грустное настроение» игра «Отыщи свою обувь».	1	
21.05.21	54	«Мысленная картинка». «Помоги другу, или самая дружная пара». «Маша – настоящий друг, потому что...» «Настоящий друг в нашей группе». «Мои другие друзья».	1	
25.05.21	55	«Передай чувство». «Герой и его подвиг» «Рисунок героя» «Ручеек радости».	1	

28.05.20	56	«Я люблю моих – мои друзья любят меня» «Бинарная гимнастика». «Твое имя похоже...» «Кто сильнее любит» «Ручеек радости».	1	
<b>Итого:</b>	<b>56 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
- Чиждова С.Ю., Калинин 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