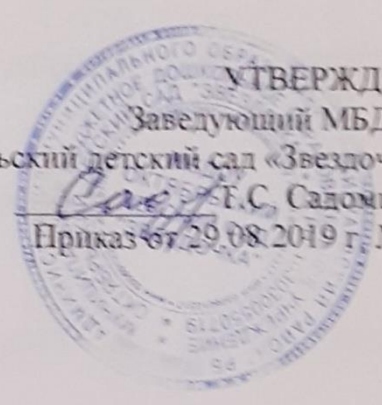


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Октябрьский детский сад «Звездочка»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
Октябрьский детский сад «Звездочка»
Т.С. Садомцева
Приказ от 29.08.2019 г. №52



ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ
Октябрьский детский сад «Звездочка»
Протокол от 29.08.2019 г. № 1

ПРОГРАММА

ПО РАЗВИТИЮ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРИ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ СУБЪЕКТОВ
ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДОУ

Возраст 5-7 лет, срок реализации 1 год.

Автор-составитель: педагог
Буканова Юлия Николаевна

п. Онохой-2

2019 г.

Содержание

1. Пояснительная записка
2. План работы по развитию адекватной самооценки детей старшего дошкольного возраста
3. Коррекционно-развивающая работа с дошкольниками
4. Диагностика детей
5. Коррекционно-развивающая работа с детьми по формированию адекватной самооценки
6. Работа с родителями
7. Проведение родительского собрания «Самооценка дошкольника – что это?»
8. Организация взаимодействия родителей и детей для реконструкции детско-родительских отношений
9. Проведение родительского собрания «Воспитание детей в семье. Вопросы и ответы»
10. Тренинг гармоничных взаимоотношений детей и родителей
11. Совместный праздник «Мой дом – моя крепость»
12. Работа с педагогами.
13. Выступление на педсовете с докладом «Особенности коммуникативного развития ребенка и его педагогическая оценка в группе сверстников»
14. Консультация для педагогов «Особенности личностного развития детей дошкольного возраста»
15. Создание картотеки игр, направленных на формирование адекватной самооценки детей старшего дошкольного возраста
16. Создание картотеки игр, направленных на снятие тревожности у старших дошкольников

Пояснительная записка

При работе и организации жизни детей в ДООУ, очень часто педагоги-воспитатели сталкиваются с разнообразными характерами, а также с разным эмоциональным и социальным опытом полученным детьми в своих семьях. Особые трудности доставляют дети с ярко выраженными особенностями в поведении. Это шумные, агрессивные, склонные к ссорам, дети с рассеянным вниманием, пассивные, ребята, избегающие общества сверстников. С подобными случаями педагоги ДООУ встречаются очень часто.

В развитии личности дошкольника очень большую роль играет эмоционально-психологический климат в коллективе, в котором находится ребенок. При благоприятных условиях у детей дошкольного возраста интенсивно развиваются сложные формы пространственно-временного восприятия, творческого воображения, наглядно-образного восприятия, также в это время начинают складываться взаимоотношения с ровесниками и со взрослыми. В процессе общения с окружающими у дошкольника начинает формироваться образ другого человека, а также при сравнении себя с другими детьми и образ самого себя, а значит и самооценка. И от того какой будет эта самооценка зависит какие будут взаимоотношения с окружающими, как будет себя чувствовать ребенок среди сверстников и какова будет его реакция на неудачи и при достижении успеха.

Также огромное влияние на развитие самооценки оказывают взаимоотношения ребенка с родителями и то, какое место он занимает в этих отношениях, а также стиль семейного воспитания и ценности принятые в семье. Поэтому очень важно донести необходимую информацию в вопросах воспитания и формирования адекватной самооценки детей до их родителей.

Неоспоримое значение при формировании адекватной самооценки имеет профессиональная компетентность педагогов в данном вопросе, умение правильно выстроить воспитательно-образовательный процесс для

полноценного развития ребенка. Предложенная нами программа направлена на формирование адекватной самооценки старших дошкольников, с учетом всех вышеперечисленных условий.

План работы по формированию адекватной самооценки старших дошкольников при взаимодействии субъектов воспитательно-образовательного процесса ДОУ

Месяц	Направление	Мероприятия
Апрель	Диагностика	Проведение методики «Лесенка» В.Г. Щур (Собственная оценка) Проведение методики «Лесенка» В.Г. Щур (Куда поставит мама) Проведение методики «Лесенка» В.Г. Щур (Куда поставит воспитатель) Проведение методики «Какой Я» Р.С. Немов Проведение методики «Исследование самооценки и образа Я» Е.З. Басинова (шкала Дембо-Рубинштейн)
Октябрь	Работа с педагогами	Выступление на пед.совете с докладом «Особенности коммуникативного развития ребенка и его педагогическая оценка в группе сверстников» Консультация «Особенности личностного развития детей дошкольного возраста»
Ноябрь - декабрь	Коррекционно-развивающая работа с детьми	Занятие «Знакомство» Занятие «Настроение» Занятие «Наши страхи» Занятие «Я больше не боюсь» Занятие «Ласка» Занятие «Сказочная шкатулка» Занятие «Радость» Занятие «Правила дружбы»
Ноябрь - декабрь	Тренинг гармоничных детско-родительских отношений	1. Родительские позиции и стили взаимодействия с детьми 2. Базовые психологические цели детского поведения 3. Как мы воспитываем своих детей 4. Проблемы дисциплины 5. Повышение самоуважения детей 6. Пересмотр позиции родительского контроля 7. Конфликты и способы их решения 8. Родительский практикум
Январь – февраль	Совместная работа детей и родителей	1. Занятие «Межличностные отношения в семье» 2. Занятие «Повышение сензитивности к ребенку»

		3. Занятие «Гармонизация родительских отношений» 4. Совместный праздник «Мой дом – моя крепость» 5. Совместный выезд детей и родителей в бассейн.
--	--	---

Коррекционно-развивающая работа с детьми по формированию адекватной самооценки

Цель: Оказание помощи старшим дошкольникам в умении справляться с переживаниями, повышение веры в собственные силы.

Задачи: формирование социального доверия, развитие адекватной самооценки, обучение умению самостоятельно решать возникающие проблемы, снятие состояния эмоционального дискомфорта.

Структура занятий:

1. Приветственный ритуал – предназначен для сплочения группы дошкольников, создания атмосферы доверия и принятия.
2. Разминка – используется для настроя на продуктивную совместную деятельность, активизацию деятельности детей, поднятия настроения.
3. Основная часть – предназначена для развития познавательных процессов и формирования социальных навыков.
4. Рефлексия – предназначена для умения детей выражать свое эмоциональное отношение к происходящему на занятии.
5. Прощальный ритуал – используется для сплочения группы дошкольников и создания атмосферы доверия и принятия.

Данная работа включает в себя три этапа: ориентировочный, реконструктивный и закрепляющий.

Целью *ориентировочного этапа* является снижение эмоционального напряжения дошкольников, создание эмоционально-положительного настроения и атмосферы принятия каждого. Развитие способности понимания эмоционального состояния другого человека и умения выражать свое. Обучение приемам релаксации. Ориентировочный этап включает в себя два занятия продолжительностью 25 минут.

Первое занятие «Знакомство»:

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Волшебный клубочек»;
- упражнения на снятие речевого зажима – чтение стихов со звуками «с, съ»;
- игра, направленная на достижение сплоченности и умения передавать свое положительно-эмоционального состояния «Возьми и передай»;
- игра, направленная на формирование положительного отношения к своему «Я»;
- выполнение рисунка на тему: «Рисуем себя»;
- ритуал прощания – выполнение упражнения «Солнечные лучики»

Также было предусмотрено домашнее задание – дошкольники, совместно с родителями должны выполнить аппликацию «Ромашка». (В сердцевину цветка нужно написать имя ребенка, на лепестках – уменьшительно-ласкательные производные от имени, можно семейные прозвища. Внизу на стебле надо написать имя ребенка, с которым к нему обращается мама, когда сердится. Далее предлагается наклеить божью коровку на тот лепесток, где находится обращение, которое нравится ребенку больше всего).

Второе занятие «Настроение» включает в себя следующие составляющие:

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Доброе животное»;
- снятие речевого зажима – чтение стихов со звуками «з, зь»;
- игра, направленная на формирование эмоционального тонуса и нивелирования тревожности «Разыщи радость»;
- выполнение рисунка «Мое настроение»;
- игра, направленная на осознание своего эмоционального состояния, развитие симпатии – «На что похоже настроение»;

- игра, направленная на снижение эмоционального напряжения и снятия мышечных зажимов – «Настроение и походка»;

- ритуал прощание – выполнение упражнения «Солнечные лучики» (Вовчук, 2012).

Цель *реконструктивного этапа* состоит в формировании способности контроля своих действий и поступков. Умения проверять результаты своих действий. Цель *закрепляющего этапа* представляет собой закрепление адекватного отношения детей к себе и к окружающим. Повышение уровня самооценки. Уровень уверенности в себе, достигнутый во время коррекционной работы. Данный этап включает в себя четыре занятия продолжительностью 30 минут.

Первое занятие «Наши страхи»:

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Дружба начинается с улыбки»;

- упражнение на выявление и осознание детских страхов «Расскажи свои страхи»;

- снятие речевого зажима – чтение стихов со звуком «ц»;

- проведение беседы о детских страхах;

- выполнение рисунка на тему: «Нарисуй свой страх»;

- упражнение «Стойкий оловянный солдатик» - направлено на развитие уверенности в себе, оказание помощи в снятии детских страхов;

- выполнение этюда на преодоление негативных переживаний (отрывок из мультипликационного фильма «Котенок по имени Гав»);

- ритуал прощания – выполнение упражнения «Солнечные лучики»

Второе занятие «Я больше не боюсь»:

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Дружба начинается с улыбки»;

- снятие речевого зажима – чтение стихов со звуком «ш»;

- этюд «Смелые ребята» – предназначен для преодоления отрицательных переживаний и воспитания самоуверенности;

- выполнение игры, направленной на преодоление чувства страха «В темной норе»;

- выполнение релаксационных упражнений «На лесной поляне»;

- выполнение игры «Тень», направленной на развитие памяти, наблюдательности и раскованности;

- выполнение игры «Слепой и поводырь», направленной на развитие внимания друг к другу и социального доверия;

- проведение беседы и обсуждение занятия;

Третье занятие «Ласка»:

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Дружба начинается с улыбки»;

- проведение конкурса «Назови и покажи», направленного на определение и передачу эмоциональных состояний.

- выполнение этюда, направленного на коррекцию поведения «Страшный зверь»;

- создание рисунка по выполненному этюду;

- этюд «Ласка», направлен на умение выражать чувство радости и удовольствия;

- игра «Минута шалости»;

- выполнение комплекса релаксационных упражнений «Волшебный сон»;

- ритуал прощания – выполнение упражнения «Эстафета дружбы».

Четвертое занятие «Сказочная шкатулка»:

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Веселый клубочек»;

- игра направленная на формирование положительной «Я- концепции» и уверенности в себе, «Сказочная шкатулка»;

- игра, направленная на коррекцию отрицательного образа «Я», снятие тревожности и неуверенности в себе, «Волшебное кольцо»;

- игра, направленная на выявление положительных сторон личности, повышение собственной значимости, на сплочение детского коллектива «Принцесса и принц»;

- выполнение рисунка «Волшебные зеркала», направленного на гармонизацию и развитие здоровой «Я»-концепции;

- выполнение упражнения «Танец», направленного на использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств;

- ритуал прощания – выполнение упражнения «Речевка» (Вовчук, 2012).

Цель *закрепляющего этапа* представляет собой закрепление адекватного отношения детей к себе и к окружающим. Повышение уровня самооценки. Уровень уверенности в себе, достигнутый во время коррекционной работы. Этап состоит из двух занятий продолжительностью 35 минут.

Первое занятие «Радость»:

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Комплимент»;
- выполнение этюда «Утро», направленного на создание положительного эмоционального фона;

- выполнение игры, направленной на активизацию воображения и развитие оптимистического чувственного фона, «Тропинки»;

- выполнение рисунка на тему «Волшебный лес», направленного на закрепление умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ;

- выполнение упражнения «Танец» – для тренировки психомоторных функций и самовыражения индивидуальности ребенка;

- выполнение этюда «Солидарность», направленного на закрепление умения проявлять сочувствие к другому человеку;

- ритуал прощания – выполнение упражнения «Речевка».

Второе занятие «Правила дружбы»:

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Комплимент»;

- игра, направленная на проявление коммуникативных способностей, «Найди друга»;
- игра, направленная на закрепление социальной активности «Секрет»
- игра, направленная на закрепление умения делать правильный выбор в ситуации сотрудничества с ровесниками, «Цветик-семицветик»;
- выполнение рисунка на закрепление чувства единения группы, «Новоселье»;
- беседа о дружбе и правилах дружбы;
- выполнение релаксационного упражнения, направленного на снятие эмоционального напряжения, «Улыбка»;
- выполнение этюда, направленного на умение бесконфликтного способа общения, «просто так»;
- выполнение игры «Клеевой дождик»;
- ритуал прощания – выполнение упражнения «Речевка» (Вовчук, 2012).

Тренинг развития гармоничных взаимоотношений между детьми и родителями

Цель: Обсуждение и изменение неадекватной родительской позиции, установление гармонии стиля воспитания, расширение осознанности мотивов семейного воспитания, оптимизировать формы родительского взаимодействия при воспитании детей.

Задачи: показать родителям связь между их родительской семьей и собственной созданной семьей, предоставить модель построения взаимоотношений с детьми, обучить основным навыкам межличностного общения, провести самоисследование родительской позиции, развивать многомерность психологического видения детско-родительских отношений. Тренинг состоит из девяти занятий, длительностью 1-1,5 часа.

Занятие 1 «Позиция родителей и стили взаимодействия с ребенком»

Задачи:

- Ознакомление с правилами работы в группе, знакомство участников.
- Понимание установок родителей, распределение их на «мешающие» и «помогающие» в процессе воспитания ребенка.
- Формирование умения различать эго-состояния родителя, взрослого и ребенка.

Ход занятия:

- 1 «Презентация ребенка».
- 2 Выполнения упражнения «В нас живет ребенок».
- 3 Выполнение упражнения «Родительские установки».
- 4 Мини-лекция.
- 5 Релаксация.
- 6 Рефлексия.

Задание на дом: сочинение «Мой ребенок». Описание ситуаций взаимодействия с ребенком с различных позиций.

Обратная связь «Конвертики»

На столе четыре конверта, просьба оценить работа по 5-бальной системе по следующим критериям: деятельность тренера, содержательность тренинга, ваша деятельность (самооценка), психологический климат в группе.

Занятие 2 «Базовые психологические цели детского поведения»

Задачи:

- Ознакомление с концепцией Адлера-Дрейскура об «ошибочных целях» поведения.
- Формирование навыков активного слушания.
- Обучение осознанию неэффективных паттернов реагирования, если дошкольник преследует «ошибочную цель».

Ход занятия:

Обсуждение домашнего задания.

- 1 Выполнение упражнения «Памятник чувству».

- 2 Выполнение упражнения «Принятие чувств».
- 3 Ролевая игра «Достижение базовых целей».
- 4 Выполнение упражнения «Зажженная свеча».
- 5 Рефлексия.

Задание на дом: завести дневники, где нужно отмечать ситуации, в которых дошкольник пытается достичь «ошибочной цели», описать свои чувства и действия при этом.

Обратная связь «Конвертики».

Занятие 3 «Как мы воспитываем своего ребенка»

Задачи:

- Ознакомление с содержанием и условиями благоприятного прохождения основных этапов формирования личности.
- Формирование осознания вербальных и невербальных проявлений своего эго-состояния.

Ход занятия:

Обсуждение домашнего задания.

- 1 Выполнение упражнения «Свинский родитель».
- 2 Выполнение упражнения «Рисунок свинского родителя».
- 3 Выполнение упражнения «Поддержка».
- 4 Рефлексия.

Задание на дом: поговорить с детьми о наказаниях, выяснить какое является для ребенка самым «страшным», практиковать общение с ребенком с позиции взрослого.

Обратная связь «Конвертики».

Занятие 4 «Проблемы дисциплины»

Задачи:

- Подвести к осознанию психотравмирующего влияния физического насилия на формирование личности ребенка.

- Формирование понимания логических последствий предоставления выбора для установления границ дозволенного поведения.

Ход занятия:

Обсуждение домашнего задания.

- 1 Выполнение упражнения «Я – хороший родитель».
- 2 Выполнение упражнения «Наказание».
- 3 Мини-лекция «Ступенчатая система установления запрета»
- 4 Выполнение упражнения «Дисциплина».
- 5 Ролевая игра «Дисциплина».
- 6 Рефлексия.

Работа на дом: применять новые принципы установления дисциплины, отказаться от подавляющих наказаний.

Обратная связь «Конвертики».

Занятие 5 «Повышение самоуважения ребенка»

Задачи:

- Ознакомление родителей с концепцией «эффективного» и «неэффективного» одобрения, дать понятие о неформальном общении.
- Формирование навыков поддержки.
- Закрепление навыков активного слушания.
- Помощь в осознании роли детей в семейной структуре.

Ход занятия:

Обсуждение домашнего задания.

- 1 Выполнение упражнения «Праздник хвастунов».
- 2 Выполнение упражнения «Мозговой штурм».
- 3 Выполнение упражнения «Неформальное общение».
- 4 Выполнение упражнения «Похвала и поддержка».
- 5 Рефлексия.

Работа на дом: использовать дома способы неформального общения, поддержки, составить список проблем, возникающих во взаимоотношениях с ребенком.

Обратная связь «Конвертики».

Занятие 6 «Переориентация контроля»

Задачи:

- Формирование осознания неэффективных стратегий родителей.
- Изучение методики передачи ребенку ответственности за свою жизнь.

Ход занятия:

- 1 Обсуждение домашнего задания.
- 2 Выполнение упражнения «Снятие напряжения».
- 3 Выполнение упражнения «Должен или хочу?».
- 4 Выполнение упражнения «Охапка обязанностей».
- 5 Рефлексия.

Работа на дом: составить высказывания, для передачи ребенку ответственности за решение не слишком болезненных проблем, обратная связь «Конвертики».

Занятие 7 «Правила личности родителей»

Задачи:

- Понятие «Психологические права личности», формирование осознания необходимости установления равноправных взаимоотношений с ребенком.
- Обучение навыку использования «Я-концепции» для решения проблем, касающихся непосредственно родителей.

Ход занятия:

- 1 Обсуждение домашнего задания.
- 5 Выполнение упражнения «Парное приседание».
- 6 Выполнение упражнения «О ком я забочусь».
- 7 Выполнение упражнения «Мозговой штурм».

8 Выполнение упражнения «Лавина».

9 Мини-лекция «Ознакомление с основными принципами «Я-высказывание» для решения своих проблем».

10 Рефлексия.

Работа на дом: беседа с ребенком о том, как он может заботиться о родителях.

Обратная связь «Конвертики».

Занятие 8 «Конфликты и способы их разрешения»

Задачи:

- Понятие «Отрицательное внимание», помощь в осознании своих типичных реакций в конфликтной ситуации.
- Помощь в осознании своих типичных реакций в конфликтной ситуации, обучение умению конструктивно разрешать конфликты.

Ход занятия:

- 1 Обсуждение домашнего задания.
- 2 Выполнение упражнения «Внимание конфликт»
- 3 Мини-лекция «Отрицательное внимание».
- 4 Выполнение упражнения «Конфликтная ситуация».
- 5 Рефлексия.

Работа на дом: разработать план сотрудничества при решении конфликтных ситуаций.

Обратная связь: «Конвертики».

Занятие 9 «Родительский практикум»

Задачи:

- Отработка полученного опыта для решения определенных педагогических задач.
- Подведение итогов работы всех занятий. Осознание изменения в области детско-родительских взаимоотношений.

Ход занятия:

1 Выполнение упражнения «Парадоксальная социометрия».

11 Ролевое проигрывание ситуаций (ситуации предлагают родители из собственного опыта).

12 Обсуждение работы всех занятий, обмен мнениями и впечатлениями.

13 Выполнение упражнения «Зажженная свеча».

***Совместная работа детей и родителей для реконструкции
детско-родительских взаимоотношений.***

Цель: формировать и раскрыть качества, необходимые для эффективных межличностных отношений в семье.

Задачи: создание благоприятных условий для работы группы, формирование и развитие умений самоанализа и преодоления психологических барьеров, эмоциональное осознание особенностей своего поведения, снятие негативных реакций. Данное направление состоит из 3 занятий продолжительностью 1-1,5 часа.

Занятие 1

Задачи:

- Создание положительного эмоционального фона.
- Повышение уверенности в себе.
- Сплочение в группе.

Ход занятия:

1 Выполнение упражнения «Презентация семьи – движение» - направлено на знакомство, активизацию и сближение членов группы.

2 Выполнение упражнения «Надувная кукла» - направлено на развитие эмпатии и умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние.

3 Выполнение упражнения «Доверяющее падение» - направлено на развитие социального доверия ребенка к родителям.

4 Ритуал прощания «До свидания, мы».

Занятие 2

Задача:

- Закрепить новые способы общения в семье.

Ход занятия:

1 Выполнение упражнения «Пожелание» - направлено на активизацию и сближение группы и создание положительного эмоционального фона.

2 Выполнение упражнения «Слепой и поводырь» - направлено на развитие социального доверия.

3 Рисование «Картина» - направлено на развитие умения почувствовать радость от совместной творческой работы, ощутить себя одним целым.

4 Выполнение упражнения «Унисон» - направлено на развитие социальной сензитивности.

5 Ритуал прощания «До свидания, мы».

Задачи:

- Закрепление новых форм общения.
- Настрой на будущее.
- Оказание психологической помощи.

Ход занятия:

1 Выполнение упражнения «Здравствуй, мне очень нравится...» - направлено на создание положительного эмоционального фона и закрепление доверительного отношения.

2 Выполнение упражнения «Просьба» - направлено на закрепление новых форм поведения.

3 Выполнение упражнения «Живые руки» - направлено на пробуждение чувства близости к ребенку.

4 Выполнение упражнения «Скульптура семьи» - направлено на умение осознавать особенности семейных взаимоотношений.

5 Выполнение упражнения «Похвала по кругу» - направлено на закрепление положительных эмоций.

6 Ритуал прощания «Больше всего мне понравилось...».

Родительское собрание «Вопросы воспитания детей в семье»

Цель:

Обратить внимание родителей на недостатки в процессе воспитания своего ребенка, общими усилиями найти способ устранения в воспитательном воздействии на ребенка.

Задачи:

- Формирование у родителей знаний о механизмах семейной системы, провести параллель между их родительской семьей и актуальной ситуацией в их собственной семье.
- Предоставить определенную модель построения взаимоотношений с детьми.

Ход собрания:

- 1 Вступительное слово.
- 2 Выполнение упражнения «Мы все в одной лодке»

