

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №162 «Акварелька» общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по художественно-эстетическому развитию детей»
города Чебоксары Чувашской Республики

РАССМОТРЕНА
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «24» 08 20 20 года

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий
С.А. Носкова
Приказ № 110
от «24» 08 20 20 года



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу

«Психогимнастика»

для детей раннего возраста (1,5 – 3 года)

на 2020-2021 учебный год

Составитель: Антонова С.И.,
педагог-психолог, высшая кв. категория

Чебоксары-2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Изменение социальной среды (переход от замкнутого семейного мира в мир широких социальных контактов) при поступлении ребенка в детский сад сказывается на физическом и психическом здоровье детей, особенно раннего возраста. Четкий режим дня, отсутствие родителей, другой стиль общения, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, - все это создается для ребенка стрессовую ситуацию. Возрастная незрелость адаптационных механизмов приводит к психическому напряжению, беспокойству, заторможенности, в результате нарушается сон, аппетит, появляются страхи, малыш отказывается играть с другими детьми, часто более и т.д.

Чтобы облегчить адаптационный период малыша необходимо создать для него особый эмоционально комфортный климат в группе, правильно организовать игровую деятельность, направленную на формирование эмоциональных контактов «ребенок – взрослый» и «ребенок- ребенок», обязательно включающую игры и упражнения.

Основная задача игр в адаптационный период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к окружающим. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу. Поэтому занятия должны быть фронтальными, что ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием.

В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие, застенчивые дети, чувствующие себя дискомфортно в группе. Облегчить их душевное состояние, поднять настроение можно пальчиковыми играми, которые, кроме того, обучают согласованности и координации движений. Такие игры развеселят плачущего, ободрят робкого, успокоят слишком расшалившегося, переключат внимание, помогут расслабиться рассерженному, ребенку.

Дети 1,5-3-х летнего возраста еще не испытывают потребности в общении со сверстниками. Они могут с интересом наблюдать друг за другом, прыгать, взявшись за руки, и при этом оставаться совершенно равнодушными к состоянию и настроению другого ребенка. Взрослый должен научить их общаться, и основы такого общения закладываются именно в адаптационный период.

Программа коррекционно-развивающих занятий «Психогимнастика для детей раннего возраста» разработана в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования", вступившего в силу с 1 января 2014 года, нормативно-правовыми актами, регулирующими деятельность педагога-психолога образовательного учреждения.

Программа включает в себя организацию психологического сопровождения деятельности ДОО по основным направлениям – социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие, обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования. Приоритетным является обеспечение единого процесса социализации — индивидуализации личности через осознание ребенком своих потребностей, возможностей и способностей.

Цель программы: снизить напряженность периода адаптации, помочь освоиться в новой обстановке, привыкнуть к общению с незнакомыми детьми, оказать коррекционную

помощь малышам в социальной адаптации, сформировать готовность ребенка к вхождению в социум.

Задачи программы:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии;
- создание условий для обеспечения эмоционального комфорта, чувства защищенности в группе;
- создание условий для освоения детьми пространства своей группы, как предпосылки освоения пространства всего детского сада;
- создание условий для оптимальной социализации, т.е. взаимоотношений и взаимодействий с социально значимым окружением, состояние окружающей среды, индивидуальный опыт субъекта и социокультурная среда развития;
- развитие коммуникативных навыков, создание благоприятных условий для знакомства детей друг с другом, предпосылок для групповой сплоченности;
- развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Данная **программа** адресована детям в возрасте **1,5-3 лет**, посещающих детский сад. В качестве методической основы взяты программы А.С. Роньжиной, О.Л. Князевой, И.П. Афанасьевой, Л. Пыжьяновой, разработки, собранные В. Сотниковой.

Программа включает 72 занятия 2 раза в неделю, продолжительностью 9 минут. Оптимальное количество детей в группе – 6-8 человек. Каждое занятие повторяется 3 раза, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр. Кроме того, дети раннего возраста любят повторения, знакомые игры и упражнения воспринимаются ими легче. Они выполняют их с большим интересом и радостью.

Предполагаемый результат. После преодоления трудностей эмоциональное состояние и поведение ребенка нормализуется. Развивается самостоятельность, речь, формируются коммуникативные навыки. Происходят существенные изменения во взаимоотношениях ребенка с взрослыми, сверстниками, игре, функционировании нервной системы.

Структура занятий

I. Ритуал приветствия.

II. Разминка (активизация психических процессов, эмоционального и физического состояния детей).

III. Основное содержание занятий (совокупность психотехнических упражнений и игр, направленных на решение задач данной программы).

- игры с правилами, словесные, ролевые, подвижные, развивающие,
- разыгрывание этюдов,
- рисование,
- пальчиковая гимнастика,
- игры с предметами – заместителями,
- игры с куклами,
- релаксационные упражнения.

IV. Ритуал прощания.