**ВОКРУГ СВЕТА.**

**развивающая программа для детей 5-7 детей**

Деймунд Т.Ю., психолог ясли – сада

Дошкольное детство (3 - 7 лет) характеризуется чрезвычайно высоким темпом физического, психического, личностного развития ребенка. По данным физиологов к 7 годам кора больших полушарий уже в значительной степени является зрелой. Однако, наиболее важные, специфически человеческие лобные отделы головного мозга, отвечающие за программирование, регуляцию и контроль сложных форм психической деятельности, у детей этого возраста еще не сформированы окончательно, вследствие чего регулирующее и тормозящее влияние коры на подкорковые структуры оказывается недостаточным. Несовершенство регулирующей функции коры проявляется в свойственных детям данного возраста особенностях поведения, организации деятельности эмоциональной сферы. Системная организация мозговой деятельности является одним из важных факторов, определяющих индивидуальность человека. Особенности системной организации мозговой деятельности на разных этапах развития человека связаны со степенью зрелости и характером взаимодействия нервных центров. В процессе развития выделяют периоду ускоренного и замедленного развития. Структуры головного мозга созревают последовательно от стволовых образований, отвечающих за уровень энергетизации, эмоциональные состояния, связь со всеми системами и органами, к коре больших полушарий и проекционным отделам, отвечающим за сложные формы психической деятельности. Для каждого последующего уровня необходимо полноценное созревание предыдущего. Существенным этапом в формировании психических функций является возраст дошкольного детства. В это время постепенное развитие мозговых структур определяет степень зрелости, а значит и готовности ребенка к началу систематического обучения. С 4 до 7 лет идет быстрое нарастание объема внимания. Начиная с 4-5 лет в процессе игры, а также под влиянием требований взрослых у ребенка формируется произвольная память. В ходе игры ребенок моделирует деятельность человека, вырабатывает и усваивает правила, что способствует формированию собственной программы поведения. Речь проявляется как комментирование деятельности и к концу дошкольного периода опережает и направляет деятельность, таким образом сливаясь с мышлением.

В этот возрастной период дошкольного детства ребёнок интенсивно осваивает систему отношений «человек-человек». Так Н.М.Матюшина, охарактеризовала особенности борьбы мотивов у детей на разных стадиях дошкольного детства. В 3-5 лет наиболее сильны мотивы поощрения и взыскания. В 5-7 лет уже отмечается преобладание обдуманных действий над импульсивными. Уменьшается число аффективных действий. Самообладание, подавление аффективных тенденций, хотя ещё и трудно, но уже возможно. В преодолении желаний, связанных с удовлетворением органических потребностей, дети 5-7 лет также слабы. Желания, вытекающие из интеллектуальной и эмоциональной сферы, преодолеваются значительно успешнее и не только ради награды, но и по моральным установкам. Эти установки в борьбе с другими мотивами проявляются достаточно сильно. Согласно данным К.М.Гуревич, Н.М. Матюшиной и А.Н.Голубевой, в дошкольном возрасте формируется соподчинение мотивов, в качестве которых могут выступать содержание самой деятельности, её общественное значение, успех или неуспех в её проведении, личные достижения (самооценка). Варианты соотношения мотивов и степень устойчивости тех или иных соотношений создают уже в дошкольном возрасте разные типы личности детей. Отношения, существующие между ребёнком и взрослыми в тех или иных видах деятельности, приводят к различиям в мотивации каждого вида деятельности и к своим (неодинаковым) типам соподчинения мотивов.

Первые этические инстанции и на их основе моральная оценка способствует возникновению произвольного поведения и на его основе нового отношения к себе и ксвоим возможностям. Р.Н.Ибрагимова отмечает, что способность детей к оценке моральных качеств в младшем дошкольном возрасте выступает как оценка поведения других, и только в среднем и старшем дошкольном возрастах она начинает выступать как оценка своего поведения, как самооценка. Активность, находчивость, чувство уверенности, открытость миру - качества, свойственные детям с адекватной самооценкой. Пассивность, мнительность, повышенная ранимость, обидчивость свойственны детям с заниженной самооценкой. При завышенной самооценке дети во всем стараются быть лучше других. Такой ребенок порой бывает агрессивным по отношению к другим детям, также стремящимся к лидерству, порой относятся свысока к сверстникам, что создает проблемы в межличностных контактах. Способность к самооценке ориентирует ребенка в его общении с окружающими.

В старшем дошкольном возрасте ребёнок открывает для себя собственные переживания, связанные с его взаимоотношениями со взрослыми и другими детьми, с выполнением моральных норм и т.д. Такие переживания могут быть чрезвычайно разнообразными: радость и печаль, жалость, злость, огорчение и др. Успешное общение с взрослым приводит к тому, что ребенок учится дифференцировать свои внутренние состояния, понимать эмоциональное состояние других людей, что приводит в конечном итоге к эмоциональной регуляции поведения. Д.Б.Эльконин подчеркивает, что самооценка, т.е. знание своих качеств, и открытие для себя своих переживаний составляют самосознание, формирующееся к концу дошкольного возраста. Таким образом, ребёнок–дошкольник «открывает свою внутреннюю жизнь, теснейшим образом связанную и координированную с внешней деятельностью»

Выше уже говорилось о влиянии семейных отношений на формирование направленности личности. Вследствие семейных конфликтов у детей появляются характерные изменения в поведении, проявляющиеся в общей настороженности, сильно выраженной готовности к реагированию, боязливости, покорности, склонности к депрессивным настроениям, эмоциональной скованности. Проблемы эмоционального развития: односторонняя любовь, отсутствие эмоционального контакта и взаимопонимания проявляются в тех случаях, когда любовь родителей к своим детям носит принципиальный, не выражаемый внешне характер. Эмоциональность, непосредственность и открытость подменяются чрезмерной принципиальностью родителей, их сухостью, рационализмом, возможным неприятием каких-то черт темперамента, характера и пола ребенка. Дети, выросшие в ситуации эмоционального отвержения, оказываются неспособными к привязанности и любви, им свойственны холодность, агрессивность, неприятие себя. Таким образом, отсутствие или неразвитость положительных эмоциональных отношений с ближайшим семейным окружением приводит к нарушению психологического здоровья. Существуют данные о том, что аутизм у детей является следствием не только генетических факторов, но и условий воспитания, аномальных взаимоотношений взрослого и ребенка. Эгоцентрическое, одностороннее восприятие может породить неадекватное отношение к другим людям, болезненные эмоциональные реакции. При этом не развивается способность к сопереживанию, сочувствию. Следует подчеркнуть, что на психоэмоциональные состояния дошкольников оказывают влияние не только взаимоотношения с родителями, но и личности самих родителей. Психологи: А.И. Захаров, К.Флэйк-Хобсон, Б.Робинсон, П.Скин выделяют общие личностные черты родителей, оказывающие негативное влияние на психоэмоциональное состояние ребёнка. Это - аффективность или эмоциональная возбудимость, тревожность, противоречивость личности, эгоцентричность. Такие личностные особенности родителей проявляются в неустойчивости настроения, мнительности, неуверенности в себе или, наоборот, в авторитарности. Эти родители проецируют на детей свои личностные проблемы, используют детей для снятия нервного напряжения. Психоэмоциональное состояние ребенка в таком случае отличается внутренней неустойчивостью, склонностью к беспокойству, волнениям, он долго помнит обиду, страх.

Ранние детские переживания впечатываются в память особенно четко. Прежде всего, речь идет об отрицательном эмоциональном опыте. Согласно З.Фрейду, вся душевная жизнь взрослого определяется психическими травмами, полученными в детстве. Это могут быть стихийные бедствия, технологические катастрофы, войны, межнациональные конфликты, любое насилие, потеря близких людей. Дети, пострадавшие от стихийных бедствий, до бесконечности проигрывают пережитый стресс. Именно в процессе таких игр дети излечиваются. Часто родителей пугают подобные игры, и они запрещают их, усугубляя тем самым состояние ребенка. Дети, пострадавшие от технологических катастроф, живут в ожидании «конца cвета» и собственной смерти. Дети, побывавшие в национальных конфликтах, видели насилие, убийства, разрушения. Для них весь мир делится на «своих» и «чужих», вырастая они несут в себе идеи национального превосходства и мщения. Не менее тяжело детям, подвергшимся насилию, которое может быть физическим, сексуальным и психологическим. Такой ребенок испытывает стыд, отвращение к себе, чувство оскверненности. Подчас он находится в одиночестве, изоляции от других, наедине со своими переживаниями. Дети, пережившие потерю близкого человека, могут испытывать острое чувство вины просто потому, что они живы. В целом, можно сказать, что дети, перенесшие психическую травму, теряют интерес к жизни, у них могут проявляться временная утрата навыков, замедление развития познавательных процессов. Они становятся конфликтными, агрессивными. Если таким детям не помочь вовремя преодолеть травматический стресс, это приводит к стойким личностным изменениям, иногда на всю жизнь.

Следует отметить и гендерные особенности эмоционального развития детей. Девочки более эмоциональны, ближе к сердцу принимают похвалу и порицание, их легче растрогать, заставить смеяться или плакать. Мальчики менее самолюбивы и обидчивы, реже обижаются при подшучивании над ними. У девочек чаще наблюдается повышенный интерес к своей внешности, и они более чувствительны к ее оценке другими людьми; в связи с этим у них проявляются и различные дисморфофобии. Они чувствительней к межличностным отношениям, тоньше реагируют на нормы своей социальной группы и более чувствительны к их нарушениям. Мальчики недостаточно критичны, склонны переоценивать свой успех, у них чаще наблюдаются перепады настроения. Наряду с половыми следует отметить возрастные особенности дошкольников. В 3 года как у мальчиков, так и у девочек чаще всего выражена конфликтность, на языке психологов – «кризис 3 лет». В 4 года конфликтность уменьшается, поведение в целом становится более адаптированным. Вместе с тем в это время проявляются чувство вины и переживание случившегося, заострение боязливости и робости, нерешительности, что говорит о пике эмоционального развития в этом возрасте. В 5 лет отклонения в поведении и нервной системе у мальчиков становятся более заметными. Они часто проявляют повышенную эмоциональную чувствительность, обидчивость, склонность легко расстраиваться, обладая при этом еще достаточно выраженной боязливостью и чувством вины. Девочки в этом же возрасте чаще всего возбудимы, расторможены, у них чаще проявляется неустойчивость настроения, капризность. Таким образом, мальчики в 5 лет более склонны к реакциям тормозимости, а девочки к реакциям возбудимости. В 6 лет мальчики начинают проявлять такой же характер отклонений, как девочки в 5 лет, а именно: повышенную возбудимость и расторможенность, недостаточно осознанное чувство вины и переживание случившегося. Девочки же, наоборот, становятся более сензитивными, хотя и несколько упрямыми. Следовательно, можно говорить о наличии перехода от тормозимости в 5 лет к возбудимости в 6 лет у мальчиков. У девочек, наоборот, от возбудимости, если не к тормозимости, то к повышенной эмоциональной чувствительности.

В дошкольном возрасте потребность в эмоциональной связи у детей превращается в одну из самых выраженных. Недостаточное удовлетворение ребёнка в эмоциональных отношениях со значимыми взрослыми, в первую очередь родителями, а также разрыв уже имеющейся эмоциональной связи может привести к психической эмоциональной депривации. Проявления депривации могут представлять всю шкалу от легких странностей, не выходящих за рамки нормальной эмоциональной картины, вплоть до очень грубых поражений развития интеллекта и характера. Тяжелая и продолжительная депривация вызывает в психической структуре ребёнка глубокие изменения, которые могут быть постоянными. Чем моложе ребёнок и чем дольше депривация продолжается, тем труднее устраняются её последствия. Вероятным считается то, что определённые нарушения в эмоциональном плане остаются там, где ребёнок нормально приспособился в социальных и умственных отношениях. М.Д.Эйнсуортс указывает, что даже короткий депривационный опыт, который проходит без видимых последствий, оставляет повышенную «уязвимость» в случае подобного повторения или другой неблагоприятной жизненной ситуации.

На сегодняшний день весьма актуальной является проблема сохранения физического и психического здоровья ребенка. Возросшие требования к интеллектуальному уровню детей, амбиции родителей, стремящихся определить детей в гимназические классы без учета их возможностей, огромное число псевдообразовательных учреждений, обучающих чтению, логике, иностранным языкам детей раннего возраста, зачастую с нарушениями речи, приводит к выраженным нарушениям соматического и психического здоровья дошкольников. У детей появляется быстрая утомляемость, трудности удержания внимания, нарушения восприятия. Их двигательная активность не стабильна. Они или преимущественно возбуждены, гиперактивны, или вялы, пассивны, со слабым мышечным тонусом. В личностном плане такие дети отличаются несамостоятельностью, агрессивностью или, наоборот, тревожностью, повышенной зависимостью от внешних условий. У них низкая познавательная активность, часты нарушения коммуникации, низкая стрессоустойчивость. Увлекшись технической модернизацией процесса обучения, общество подчас забывает о физиологических основах развития ребенка. Неслучайно в последние годы зазвучало словосочетание «здоровье сберегающие технологии».

Одной из таких технологий стала программа психомоторной коррекции (А.В.Семенович, Е.А. Воробьева, Е.В. Софронова, г. Москва). Авторы данной программы опираются на исследования ведущих нейропсихологов, психофизиологов, психотерапевтов. В основе программы лежит системный нейропсихологический и телесно-ориентированный подход к проблеме развития ребенка. «Живое движение порождает действие, действие порождает самосознание, самосознание порождает деятельность, деятельность порождает свободной действие, свободное действие порождает личность, личность порождает новые виды деятельности, расширяет собственно сознание» (В.П.Зинченко, Е.Б. Моргунов). Это высказывание точно характеризует суть программы: через специально организованную двигательную активность к расширению возможностей ребенка, его личностному росту. Потребность в движении – основная физиологическая особенность детского организма, является условием его нормального формирования и развития. Последовательность этапов формирования крупной в раннем детстве и мелкой моторики в предшкольном возрасте позволяет соотнести уровень сенсомоторного развития ребенка с определенной возрастной группой, независимо от его реального возраста. Расширение двигательного репертуара, чувствование и владение своим телом приводят к увеличению возможностей ребенка, в т.ч. когнитивных, коммуникативных, личностных.

Предлагаемая авторская программа «Вокруг света» составлена с учетом последних исследований в области детской психологии. Она имеет в своей основе телесно-ориентированные техники, приемы арт-терапии. Программа апробирована на детях двух возрастных групп 5-6 и 6-7 лет в течение года на базе ясли - сад № 111. Дети с большим интересом занимались по данной программе. Иногда они становились ведущими, а иногда и авторами тех или иных упражнений. По окончании программы воспитатели и родители отметили улучшение коммуникаций между детьми, повышение контроля над своим поведением, развитие творческого потенциала и познавательного интереса у детей. Эмоциональное и «телесное пробуждение» стало толчком для развития личностного потенциала детей, Данная программа может быть использована в детских дошкольных учреждениях, мини-центрах, группах развития.

**Программа адресована** детям 5-7 лет с трудностями общения, неустойчивой эмоциональной сферой (тревожностью, неуверенностью, импульсивностью, др.), низкой познавательной активностью, недостаточно развитой игровой деятельностью.

**Идея.**

Путешествие в разные части света: Юг, Север, Восток, Запад.

В каждой части света происходит знакомство с животными, людьми, культурой. Экскурсия в ту или иную часть света занимает 2 занятия. Дети осваивают танцы аборигенов, разрисовывают африканские маски, исполняют песни северных народов, изготавливают оригами, пишут иероглифы, говорят на тарабарском языке, проигрывают разные роли и разные образцы поведения. Последние 2 занятия программы посвящены теме «Казахстан». Дети закрепляют полученный опыт, учатся принятию себя и других. Каждое занятие включает в себя двигательную разминку, игры на коммуникацию, творческую мастерскую, сопровождается красочным видеорядом и музыкой.

**Цели:**

развитие эмоциональной сферы, обучение вербальным и невербальным коммуникациям, обучение способам саморегуляции, развитие творческого потенциала ребенка.

**Методы и приемы:** телесно-ориентированные техники, вокализация, арт-терапия, позитивное программирование.

**Форма работы**: групповая 4-6 чел.

**Продолжительность**. Программа рассчитана на 10 занятий по 45-50 мин.