

**Аннотация к рабочей программе  
дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы  
«Я расту, я изменяюсь»**

Программа предназначена для работы с детьми и их родителями (законными представителями), имеющими подобные трудности, и направлена на решение важнейших задач: развитие навыков конструктивного общения со сверстниками и взрослыми, развитие положительного образа «Я» у ребенка, способности различать эмоциональные состояния у себя и других людей, на снижение тревожности и страхов, научение родителей адекватно реагировать на особенности поведения своего ребенка при переживании различных эмоциональных состояний.

Обучение родителей, с целью повышения их компетентности в вопросах развития и воспитания, происходит непосредственно в процессе их взаимодействия с детьми, своими и чужими, и с другими родителями. Основной формой деятельности в рамках данной программы, является игровая деятельность, как канва для любых других форм деятельности – познавательной, исследовательской и творческой.

**Актуальность.**

В наши дни уместно вспомнить феномен «засушенного сердца», открытый Л.С. Выготским. Под этим термином понимается черствость, обедненность, или даже полное отсутствие чувств во взаимоотношениях людей. Сложность нынешней ситуации состоит именно в том, что «обесчувствованию» людей способствует сама современная жизнь, в которую напрямую включен ребенок.

В центр психолого-педагогического сопровождения часто обращаются родители с детьми, имеющими проблемы в эмоционально-волевой и личностной сферах, трудности в общении со сверстниками и взрослыми, в развитии эмпатии и адаптивных навыков поведения, в формировании адекватной самооценки, положительного образа Я. Родители, которым требуется психологическая помощь в улучшении детско-родительских отношений, в психологическом просвещении.

С развитием эмоциональной сферы качественно меняется сам внутренний мир ребенка, который для достижения гармонии чувств и ощущений, а также для полноценной реализации личности в жизни должен быть ярким, комфортным и позитивным.

Коммуникативные способности, умение общаться – основное условие развития ребёнка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, устремлённый на познание и оценку самого себя посредством других людей.

**Адресность программы:**

дети дошкольного возраста (3-6 лет) со своими родителями (законными представителями).

Программа состоит из трёх модулей, общая продолжительность которых составляет 36 часов. Программа имеет ступенчатую структуру, где каждый последующий модуль является продолжением предыдущего, но не является обязательным для прохождения.

**Цели программы** - помочь детям 3-6 лет справиться с переживаниями, которые препятствуют их нормальному эмоциональному самочувствию и общению со сверстниками, коррекция и профилактика нарушений поведения. Создание условий для коррекции и развития поведения и эмоциональной сферы детей через улучшение детско-родительских отношений.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- развивать способность узнавать различные эмоциональные состояния у себя и других людей;

- развивать способность к применению приемлемых способов выражения негативных переживаний;

**Развивающие:**

- способствовать развитию эмпатии;
- способствовать развитию эмоциональной произвольности;
- способствовать развитию адаптивных навыков поведения;
- способствовать развитию адекватной самооценки и положительного образа Я;
- способствовать развитию улучшения детско-родительских отношений

**Воспитательные:**

способствовать гармонизации детско-родительских отношений;  
создать условия для получения опыта переживания различных эмоциональных состояний, для снижения тревожности, страхов, агрессивного поведения;

**Практическая значимость** программы выражается в том, что материалы, содержащиеся в данной работе, могут быть использованы в качестве практического пособия для проведения коррекции и профилактических мероприятий нарушений поведения у дошкольников, для развития эмоциональной сферы, адаптивных навыков поведения, для улучшения детско-родительских отношений.