



## РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

по развитию социальной уверенности у детей  
старшего дошкольного возраста (с 5 до 6 лет)

СТАРШАЯ ГРУППА

г.Приморско – Ахтарск,  
ул.Аэрофлотская, 132,  
тел. 8 (86143)3-07-55

УДК 004.42  
ББК 74.1

Рабочая тетрадь для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет): практическое пособие для работников дошкольных образовательных учреждений и родителей / Т.В.Костюк. – Приморско-Ахтарск, 2024. – 49 с.  
Печатается по решению педагогического совета МБДОУ № 18 МО Приморско-Ахтарский район, протокол № 1 от 30.08.2024г.

Рецензент: начальник методического отдела МКУ ЦПО МО Приморско-Ахтарский район А.И.Петряева

Рабочая тетрадь для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет) предназначена детям и родителям воспитанников, по развитию социальной уверенности у детей старшего дошкольного возраста и содержит игровые задания и занимательные упражнения по закреплению у воспитанников основных изучаемых понятий, что позволяет создать необходимые условия для дальнейшего развития социальной уверенности у дошкольников. Пособие ориентировано на совместную деятельность детей и родителей, педагога. Предназначено для организации индивидуальной работы воспитанников, усвоения норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности. Развивающие социальный и эмоциональный интеллект дошкольника, его эмоциональную отзывчивость, навыки доброжелательного общения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Способствует становлению самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий ребенка. Формированию уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к обществу детей и взрослых в коллективе, позитивные установки к своей семье и к различным видам труда и творчества. Формированию у детей основы безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Пособие адресовано педагогическим работникам дошкольных образовательных учреждений и родителям детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет).

© МБДОУ № 18 МО Приморско-Ахтарский район  
© Т.В. Костюк

## СОДЕРЖАНИЕ

№ занятия	Тема занятия	Номер страницы
	Пояснительная записка	4
1.	Безопасность в жизни, что это такое?	6
2	О несовпадении приятной внешности и добрых намерений.	7
3	Опасные ситуации: контакты с незнакомыми людьми дома.	8
4	Если чужой приходит в дом.	9
5	Мы друзья природы.	10
6	О воспитании любви и бережного отношения к природе.	11
7	Я и природа. Всё ли красивое дружит со мной?	12
8	Не надо мусорить.	13
9	Предметы, которыми нельзя самостоятельно пользоваться.	14
10	Открытое окно, балкон – опасность для ребенка.	15
11	Экстремальные ситуации в быту. Правила поведения.	16
12	Опасные предметы у тебя дома.	17
13	Здоровье — главная ценность человеческой жизни.	18
14	Правила личной гигиены.	19
15	Профилактика инфекционных заболеваний.	20
16	Роль лекарств и витаминов.	21
17	Будем крепко мы дружить.	22
18	Детские страхи.	23
19	Конфликты и ссоры между детьми.	24
20	Учимся справляться с чувством обиды.	25
21	Устройство проезжей части.	26
22	Зачем нужны дорожные знаки.	27
23	Знакомимся с правилами дорожного движения.	28
24	Если ты потерялся на улице.	29
25	Все профессии важны – все профессии нужны!	30
26	Профессия – почтальон.	31
27	Моя семья.	32
28	Что значат наши имена.	33
29	Что такое этикет.	34
30	Правила поведения за столом.	35
31	Я умею одеваться.	36
32	Уроки Этикета.	37
33	Всегда ли мы поступаем правильно?	38
34	Нет друга – ищи, а нашёл – береги.	39
35	Что такое дружба.	40
36	Поговорим о доброте.	41
	Приложения к занятиям №1-12	42- 47

## Пояснительная записка

Основной целью рабочей тетради по развитию социальной уверенности у детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет) является позитивная социализация детей дошкольного возраста, приобщение их к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

Данное дидактическое пособие может быть использовано для занятий с детьми в семье и дошкольных образовательных учреждениях при организации индивидуальной работы.

**Цель** создания рабочей тетради состоит в использовании самостоятельных заданий для:

- понимания себя и других в ситуациях общения,
- умения осуществлять выбор в зависимости от своих представлений,
- позитивного отношения к своим достижениям,
- возможность испытывать интерес и желание активно действовать в ситуациях, связанных с неуверенностью тревогой,
- уверенности в успехе своих действий,
- выработки умений оперативно и качественно работать с информацией,
- развития творческого и познавательного потенциала дошкольников,
- раскрытия коммуникативных возможностей ребёнка.

Рабочая тетрадь включает в себя дидактические игровые задания к занятиям по развитию социальной уверенности у детей старшего возраста, которые ориентированы на закрепление теоретических понятий, отработку умений и навыков по развитию социальной компетентности дошкольника. Задания пособия помогут ребёнку пройти начальный этап сложного процесса выработки уверенности в себе, правильной самооценки, умения понимать других людей, приобрести навыки общения. Каждое задание сопровождается подробной инструкцией выполнения и дополнительным разрезным материалом. Эта тетрадь используется для стимулирования самостоятельного изучения нового материала.

Тетрадь создана для удобной и комфортной самостоятельной и совместной работы с родителями.

Главное назначение рабочей тетради – расширить горизонты изучения материала, предоставить ребёнку возможность остановиться, подумать, проанализировать и/или проверить понимание тех или иных вопросов, попытаться самостоятельно решить наиболее интересные проблемы и задачи.

Пособие рассчитано на то, что текст читает взрослый. В случае необходимости он помогает ребёнку выполнять задания.

## ***Уважаемые родители!***

***От того, как хорошо ребёнок будет закреплять знания при выполнении самостоятельных заданий, зависит результат социальной адаптированности, активности, автономности и нравственного воспитания в целом.***

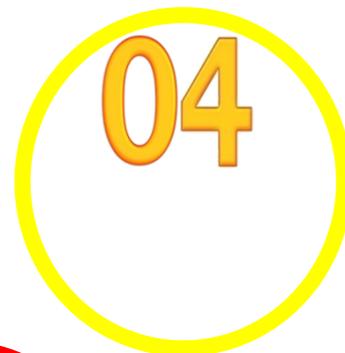
Рабочая тетрадь адресована детям и родителям воспитанников для развития социальной уверенности у детей старшего дошкольного возраста.

Рабочая тетрадь для детей старшего дошкольного возраста (с 5 до 6 лет) содержит игровые задания и занимательные упражнения по закреплению у воспитанников основных изучаемых понятий, что позволяет создать необходимые условия для дальнейшего развития социальной уверенности у дошкольников, помогает почувствовать ребенку свои собственные силы и возможности, помочь в ощущении своего «Я».

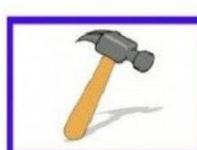
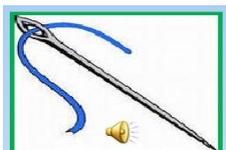
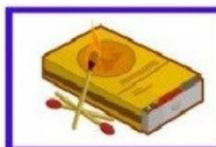
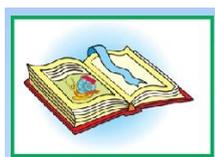
Рабочая тетрадь составлена с учетом требований программы, разработана и адаптирована социальным педагогом Татьяной Владимировной Костюк. В процессе специально организованной деятельности, направленной на социальное благополучие ребенка увеличивающие резервные возможности дошкольника, развивающие его способность адаптироваться к окружающей социальной среде, а приобретенный социальный опыт позволит ему в новых условиях избежать психоэмоционального напряжения, ведущего к отклонениям в физическом и психическом здоровье.

# 1. Безопасность в жизни, что это такое?

Из приложения 1 вырежи силуэты специализированного транспорта. Размести, специализированный транспорт согласно номеру телефона.



Закрась треугольники красным цветом рядом с теми предметами, которые опасны для самостоятельного пользования, а зеленым цветом те, которыми можешь пользоваться сам.

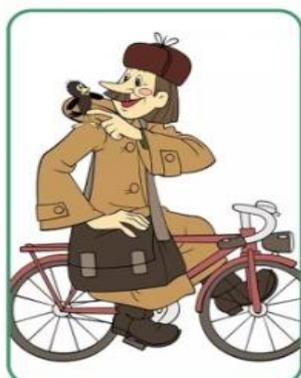


## 2. О несовпадении приятной внешности и добрых намерений.

Из приложения 2 вырежи картинки. Найди парные картинки.



Закрась синим цветом овал рядом с героем мультфильма которого считаешь добрым, а красным цветом овал, с героем которого считаешь вредным.



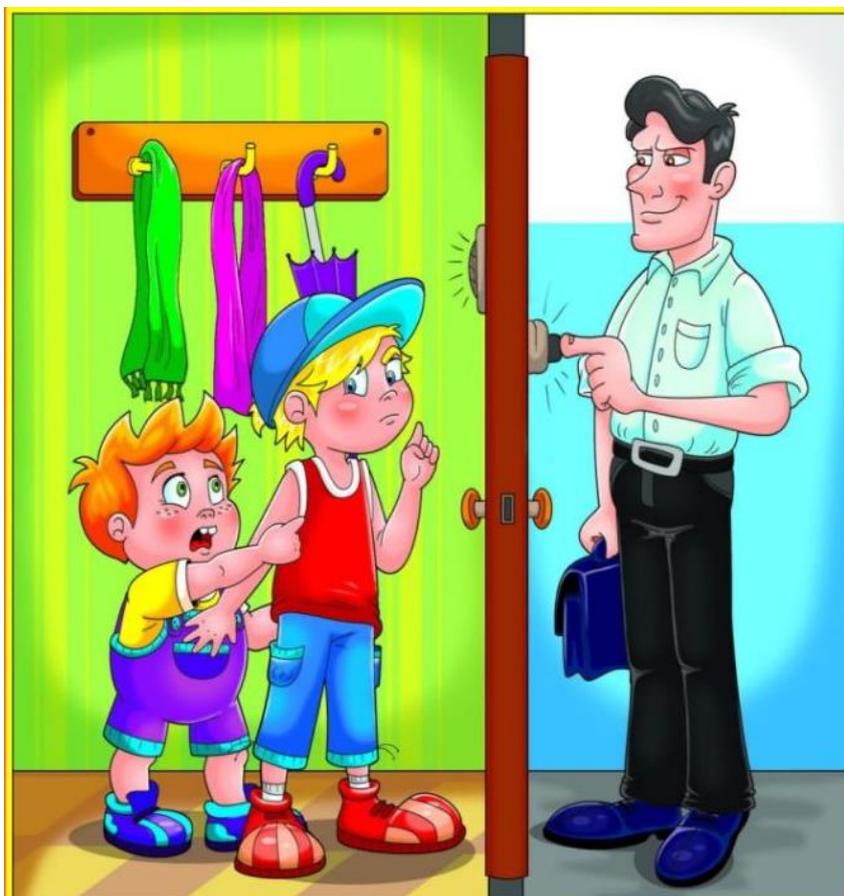
### 3. Опасные ситуации: контакты с незнакомыми людьми дома.

Рассмотри картинки. Расскажи, как можно помочь мальчикам в сложившихся ситуациях?



#### 4. Если чужой приходит в дом.

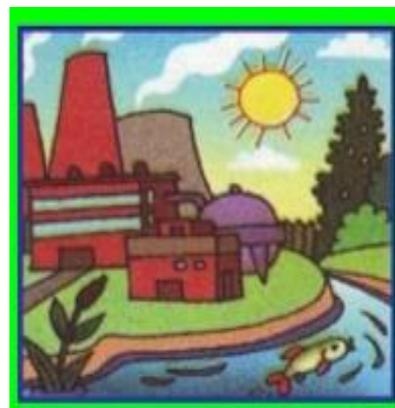
Внимательно рассмотри рисунок. Зеленым кругом отметь правильные действия, а красным, те действия, которые делать строго запрещено.



	Спросить «Кто там?»	<input type="radio"/>		Открывать дверь	<input type="radio"/>
	Посмотреть в глазок	<input type="radio"/>		Сказать, что мама просила не беспокоить	<input type="radio"/>
	Разговаривать и отвечать на вопросы	<input type="radio"/>		Отойти от двери и позвонить родителям	<input type="radio"/>

## 5. Мы друзья природы.

Рассмотри изображения на карточках. Соедини линиями те карточки, которые помогут Ване и Даше стать друзьями природы,



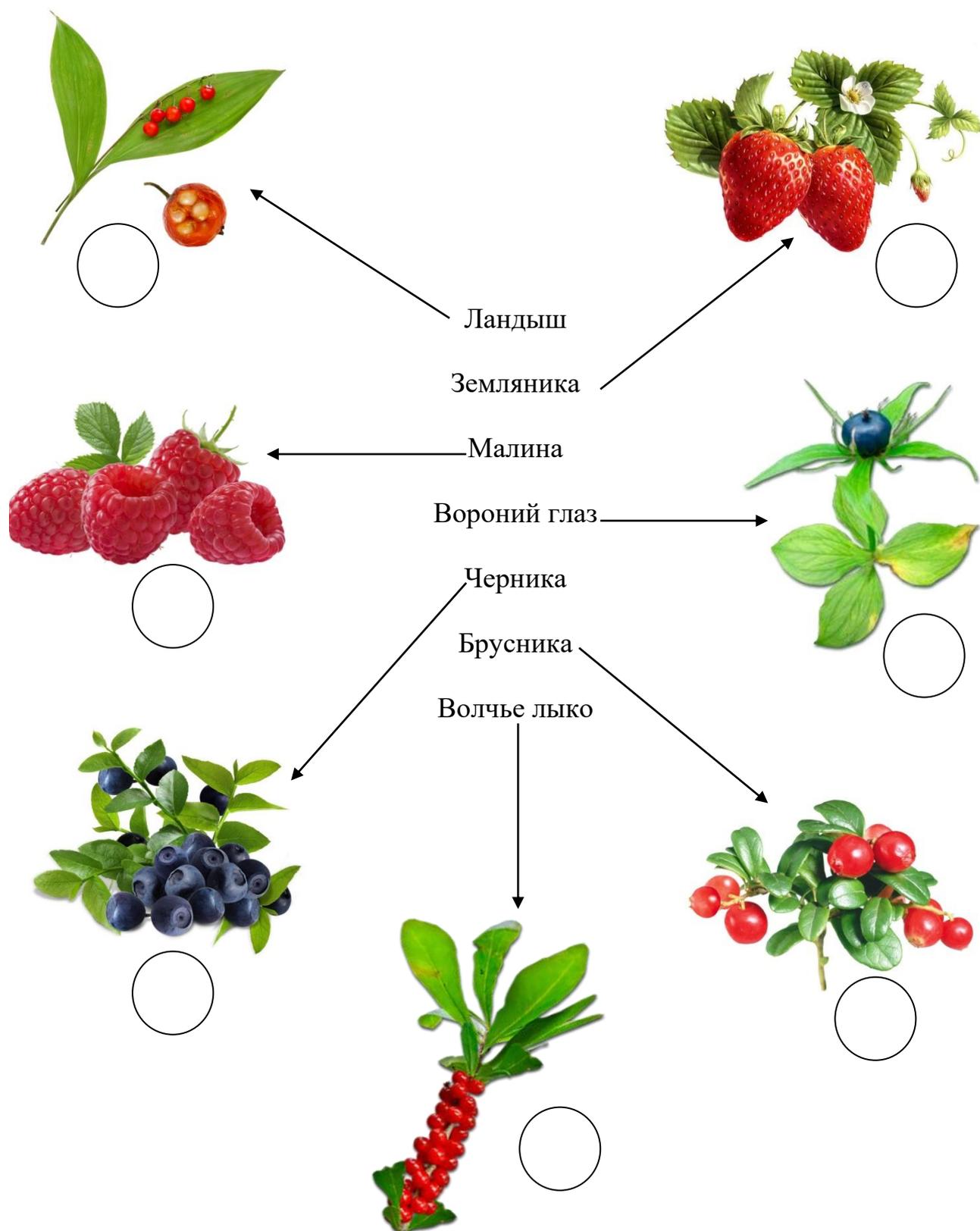
## 6. О воспитании любви и бережного отношения к природе.

Рассмотри запрещающие знаки поведения в природе. Вырежи знаки из приложения 3. Замени запрещающие знаки на знаки, которые помогают защищать природу. Объясни, почему ты принял такое решение.



## 7. Я и природа. Всё ли красивое дружит со мной?

Внимательно рассмотри рисунки с изображением ягод. Закрась красным цветом круг, где изображены ядовитые ягоды. Где изображены съедобные ягоды, закрась круг зеленым цветом.



## 8. Не надо мусорить.

Заполни пустые клеточки условными знаками - обозначениями.



1. НЕ СОРИ. ●

2. НЕ РАЗЖИГАЙ КОСТРЫ. ■

3. НЕ ЛОМАЙ ВЕТКИ ▲

4. НЕ БРОСАЙ В ВОДОЕМ МУСОР. ●

5. НЕ РВИ ТРАВУ С КОРНЕМ. ◆

6. НЕ РВИ МНОГО ЦВЕТОВ. ▽

7. НЕ ЛОВИ НАСЕКОМЫХ. ▲

8. НЕ РАЗОРЯЙ ПТИЧЬИХ ГНЕЗД. ○

9. НА ПРИРОДЕ НЕ ОСТАВЛЯЙ ПОСЛЕ СЕБЯ МУСОР. ▽

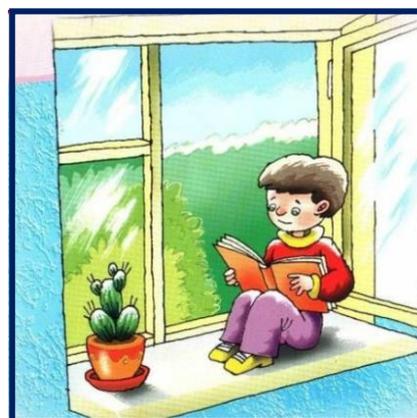
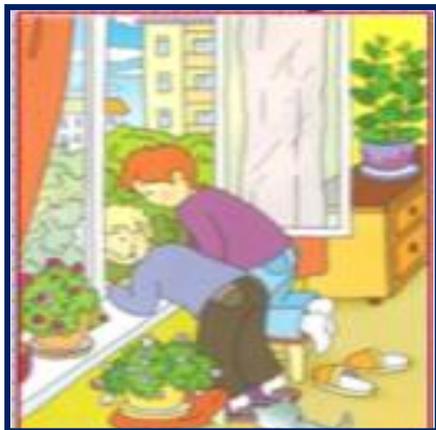
## **9. Предметы, которыми нельзя самостоятельно пользоваться и можно осторожно обращаться.**

Из приложения 4 вырежи картинки. В красную коробку сложи предметы, которыми самостоятельно пользоваться нельзя, а в зеленую которыми можно пользоваться самостоятельно.



## 10. Открытое окно, балкон – опасность для ребенка.

Рассмотри картинки, составь рассказ о том, что может произойти с ребятами.



## 11. Экстремальные ситуации в быту. Правила поведения.

Расскажи, какая опасность таится за каждой дверцей? Из приложения 5 вырежи картинки. Как ты думаешь, почему эти предметы опасны для жизни и здоровья человека? Какие ты знаешь правила пользования этими предметами?



## 12 Опасные предметы у тебя дома.

Помоги Танюшке найти игрушки. Обведи карандашом рисунки, на которых изображены игрушки.



### 13. Здоровье — главная ценность человеческой жизни.

Перемешались все картинки. Отметь галочкой картинки, которые показывают, что Саша заботится о сохранении и укреплении здоровья. Объясни своё решение.



## 14. Правила личной гигиены.

Повтори правила личной гигиены.



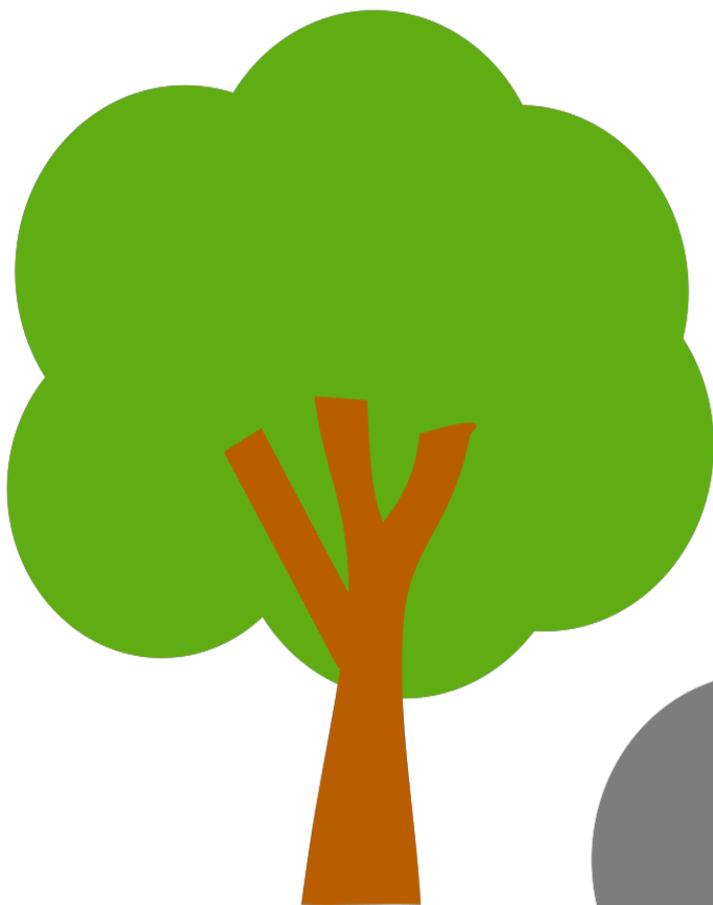
В этом лабиринте два пути. Выбери нужный и помоги Грязнуле дойти к Мойдодыру.



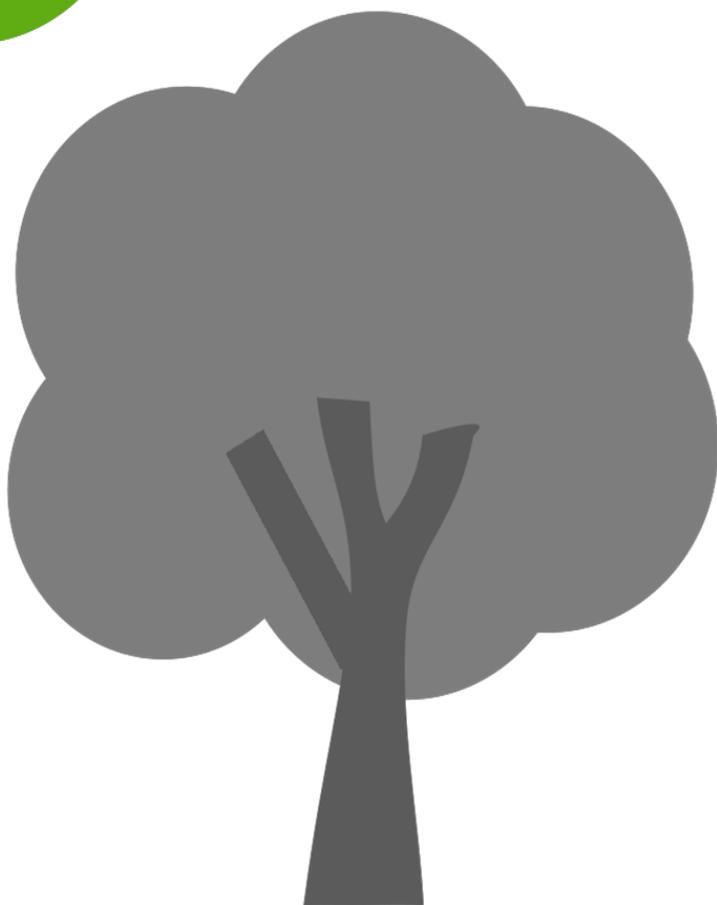
## 15. Профилактика инфекционных заболеваний.

Из приложения 6 вырежи картинки. Размести на «Дереве Здоровья» картинки, изображения которых помогают быть здоровым. А на «Дереве Болезни» изображения с вредными привычками.

*Дерево Здоровья*

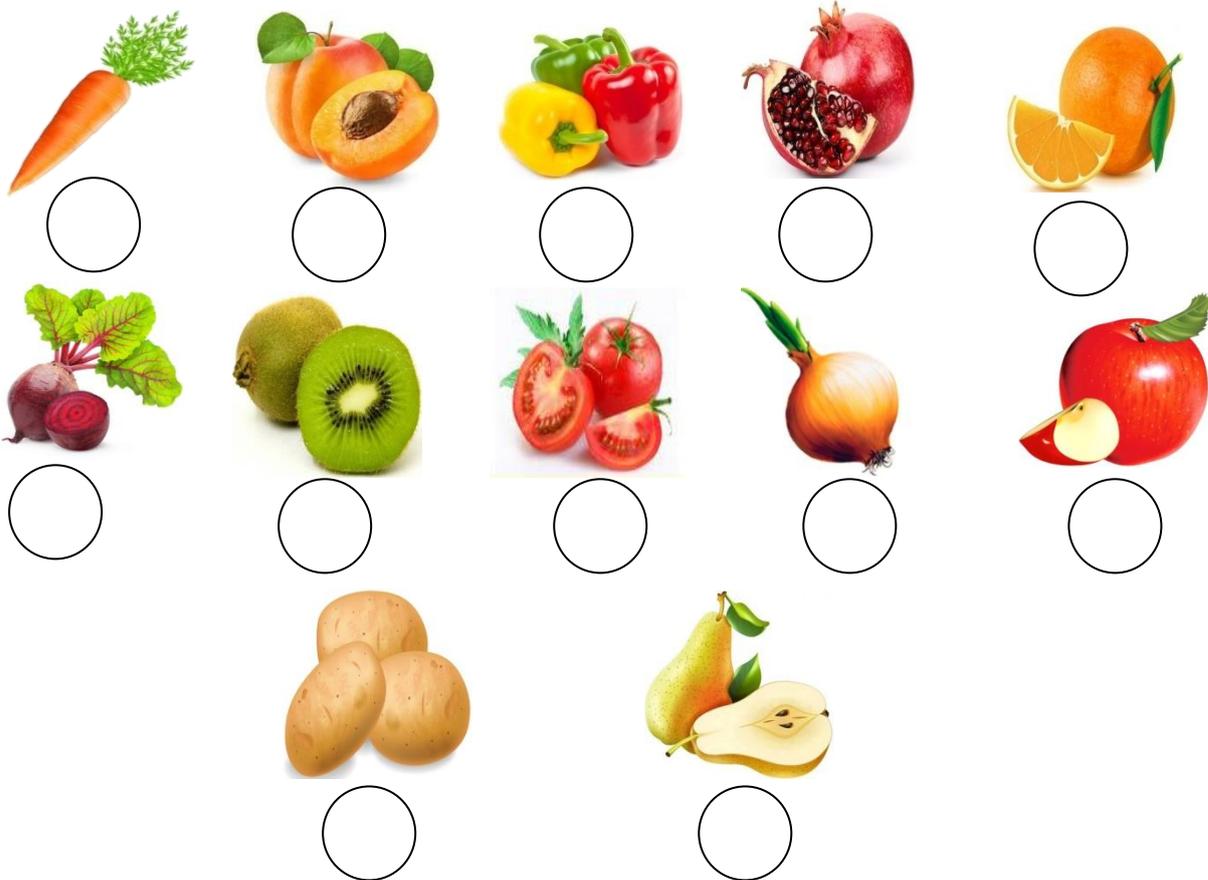


*Дерево Болезни*

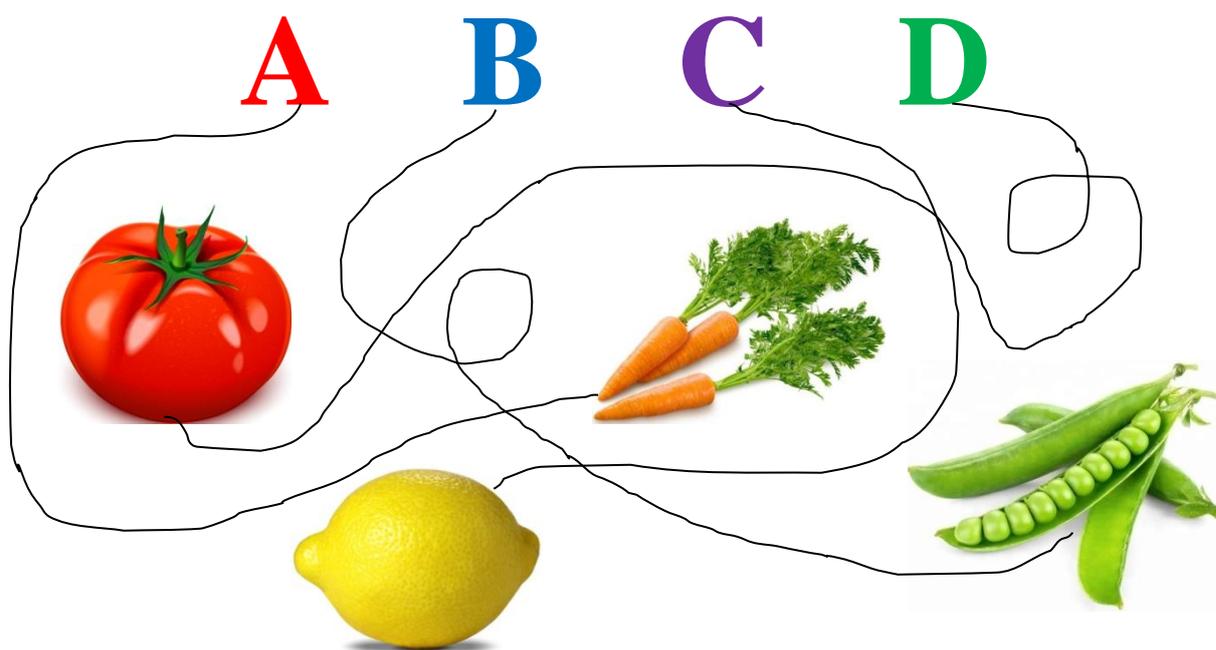


## 16. Роль лекарств и витаминов.

Закрась кружки таким цветом: овощи - , фрукты - .



Проследи, какие витамины в каких продуктах спрятаны.



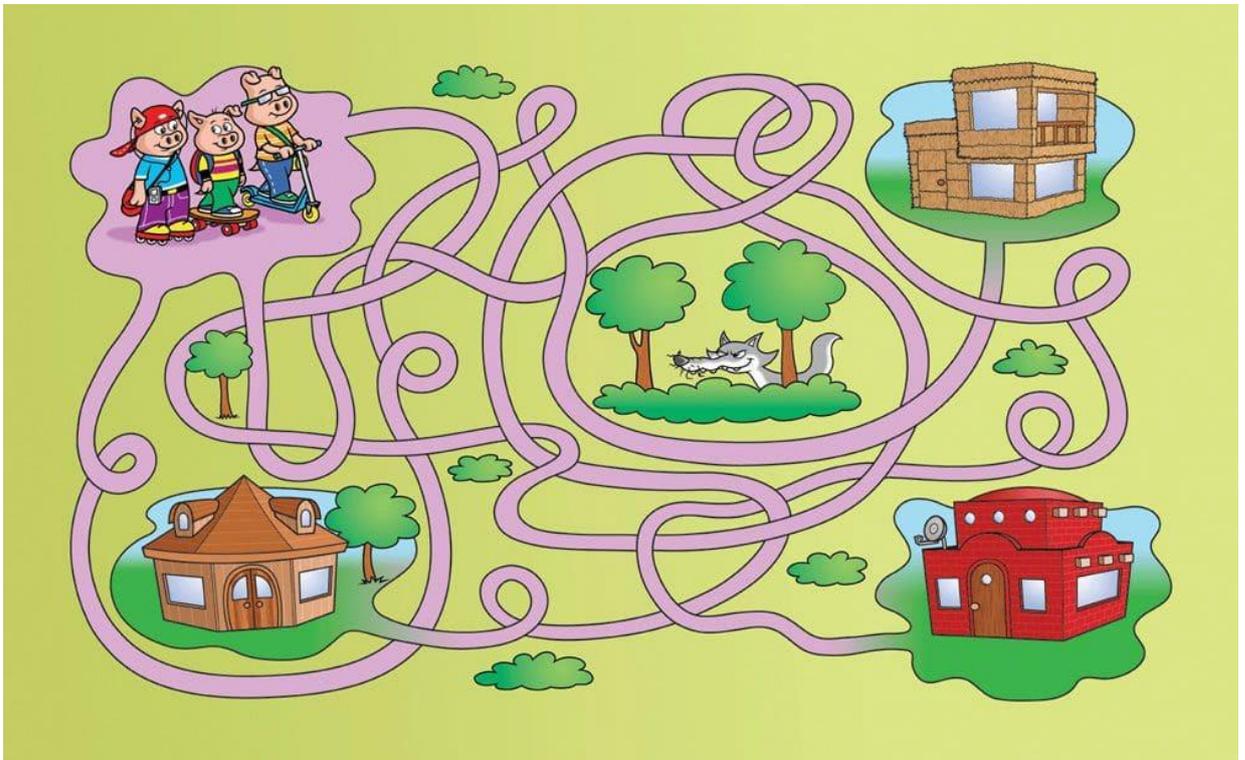
## 17. Будем крепко мы дружить.

Рассмотри картинки, объедини в пары и назови сказочных героев – друзей.



## 18. Детские страхи.

Помоги Ниф-Нифу, Нуф-Нуфу и Наф-Нафу найти свой домик.



Помоги разобраться, чьи это тени. Проведи линию от каждого сказочного героя к его тени.



## 19. Конфликты и ссоры между детьми.

Нарисуй эмоции ребят изображенных на рисунке.



## 20. Учимся справляться с чувством обиды.

Рассмотри внимательно сюжетные картинки. Скажи что было с начала, что потом. Составь рассказ.



## 21. Устройство проезжей части.

Рассмотри рисунок. Из приложения 7 вырежи фигуры. Водители и пешеходы забыли правила дорожного движения. Помоги им, расскажи кто, где должен находиться.



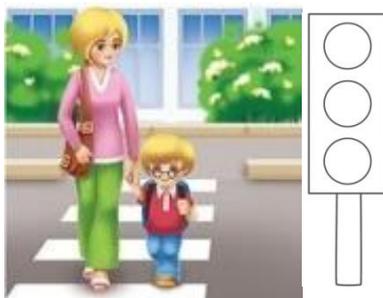
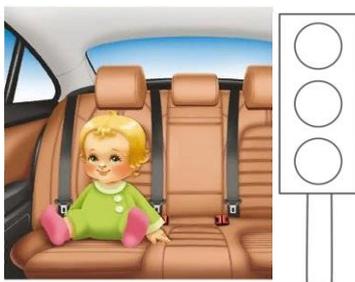
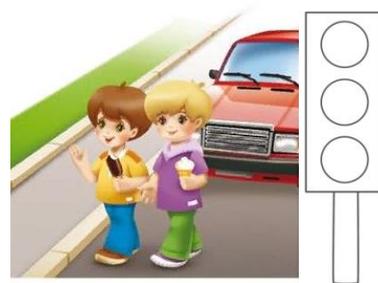
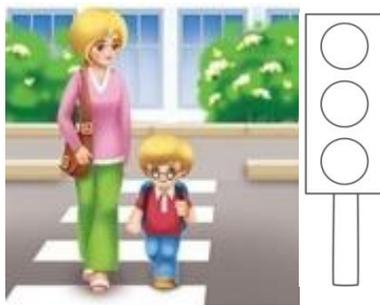
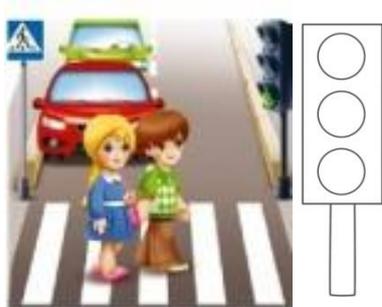
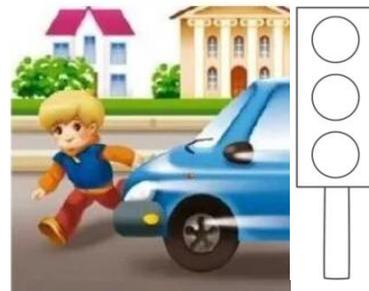
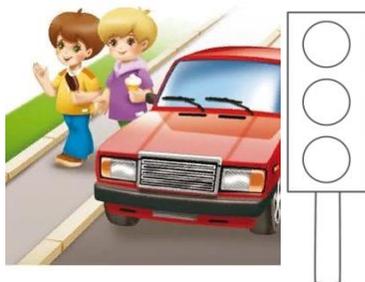
## 22. Зачем нужны дорожные знаки.

Из приложения 8 вырежи дорожные знаки. Помоги выучить знаки дорожного движения.



### 23. Знакомимся с правилами дорожного движения.

Внимательно рассмотри карточки. Кто на картинке выполняет правила дорожного движения правильно, закрась зеленый сигнал светофора, а кто неправильно – красный.



## 24. Если ты потерялся на улице.

Внимательно рассмотри и обсуди с родителями типичные опасные ситуации возможных контактов с незнакомыми людьми. Запомни как правильно вести себя в таких ситуациях.



Запомни свою фамилию, имена и отчества родителей, домашний адрес и телефон и на всякий случай имя и телефон близких родственников.



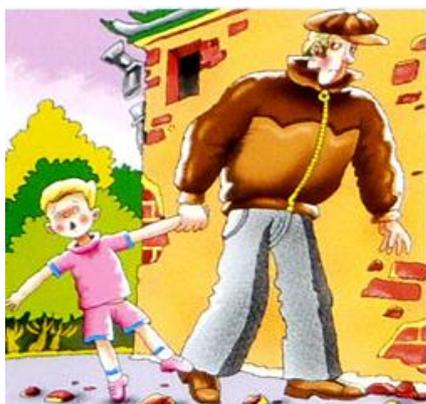
Никогда не соглашайся на предложения незнакомых людей подвезти или довести тебя до дома. Лучше подальше отойди от машины и от этих людей.



Чтобы не потеряться в многолюдном месте, заранее договорись с родителями, где вы сможете встретиться.



Если ты все же потерялся, найди полицейского или служащих и попроси о помощи в розыске родителей.



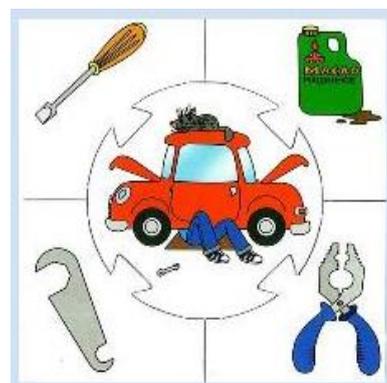
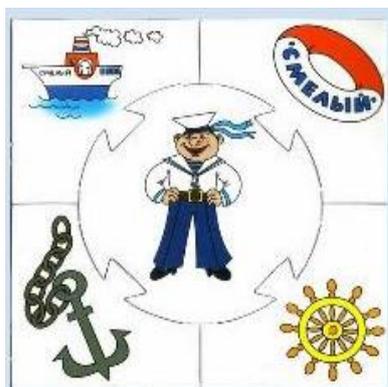
Если тебя пытаются увести насильно, громко кричи «Меня хотят украсть! Позовите полицию!»



Если ты заметил, что за тобой кто-то идет, войди в любой магазин и попроси продавца или охранника позвонить твоим родителям.

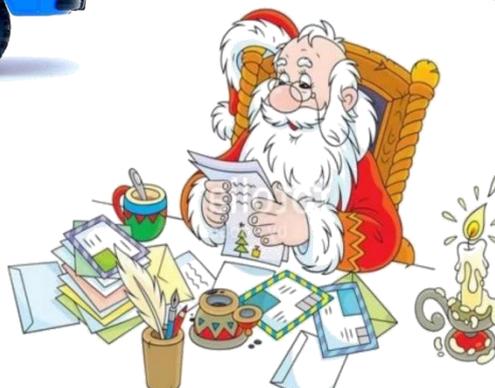
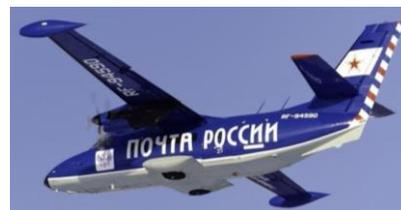
## 25. Все профессии важны – все профессии нужны!

Расскажи, какие профессии изображены на рисунках. Выбери одну профессию и расскажи о предметах, которые необходимы данной профессии, комментируй свой рассказ так: «Для работы повару нужны кастрюли, сковорода, нож ...»



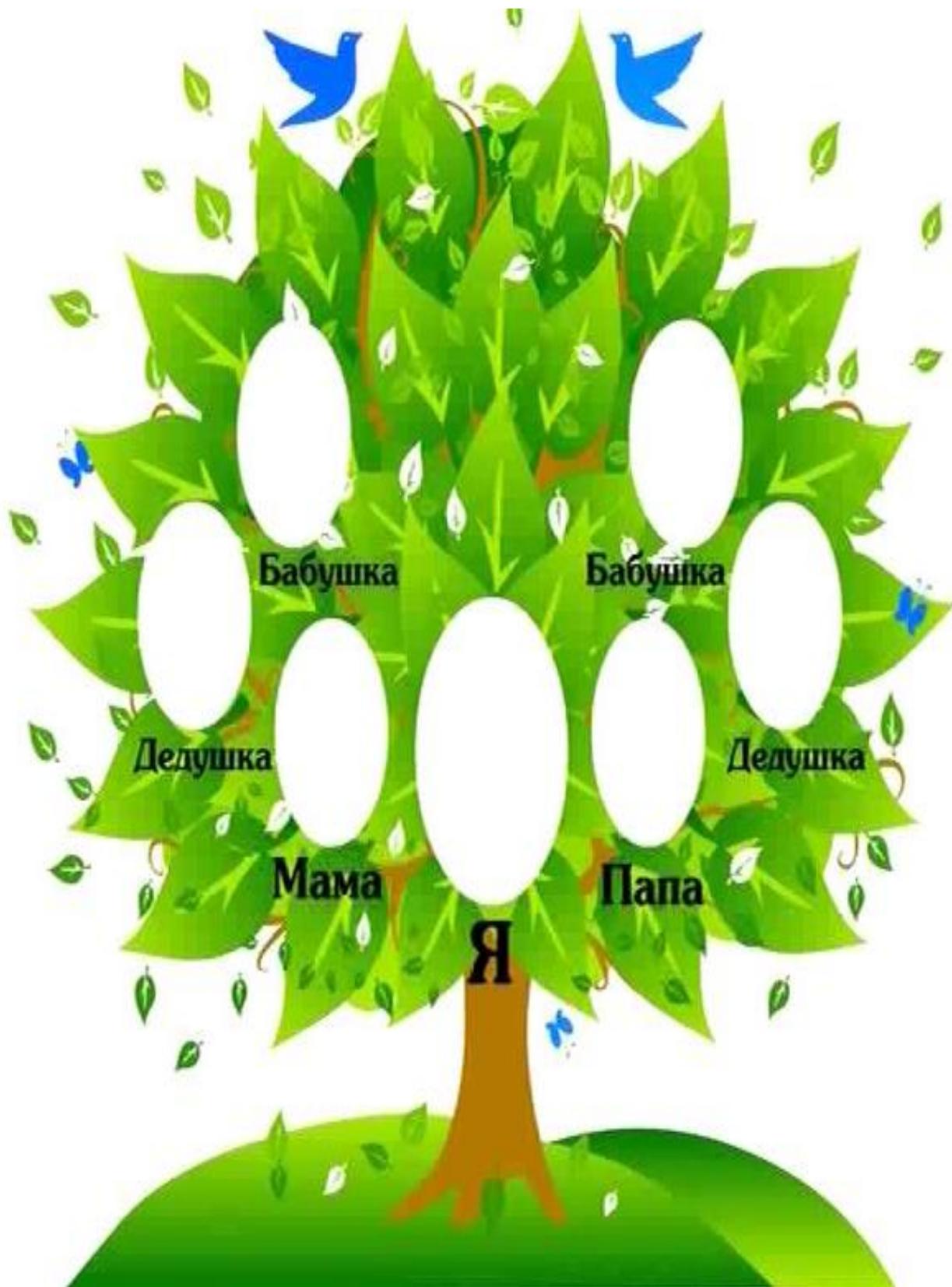
## 26. Профессия – почтальон.

Помоги Маше и Саше отправить письмо Деду Морозу. При помощи стрелок составь алгоритм движения письма адресату



## 27. Моя семья.

Из приложения 9 вырежи портреты. Рассмотрй портреты. Кого ты видишь? Как можно назвать одним словом? Назови членов своей семьи. Заполни «Семейное дерево».



## 28. Что значат наши имена.

Из приложения 10 вырежи цветные картинки. Найди заданные силуэты.



## 29. Что такое этикет.

Вырежи картинки из приложения 11. Все картинки перемешались. В нижних клетках, где зеленая кнопка, размести изображения, на которых ребенок соблюдает правила этикета. А где правила этикета не соблюдаются, размести изображения в клетках, где красная кнопка.




### 30. Правила поведения за столом.

В гостях, дома, в детском саду вам приходится садиться за стол со своей семьей, знакомыми или с ребятами из группы. Чтобы вести себя вежливо, нужно знать правила поведения за столом, уметь правильно использовать столовые приборы, быть вежливым. Рассмотрите иллюстрации и расскажите, о каких правилах поведения за столом нам рассказал художник.



**Нож держи  
в правой руке,  
а вилку в левой.**



**Не разговаривай  
с набитым  
ртом.**



**Откусывай  
небольшими  
кусочками.**



**Не читай  
за столом.**



**Не тянись  
за едой.**



**Не забудь  
сказать  
СПАСИБО!**

### 31. Я умею одеваться.

Помоги Ане и Ване собраться на прогулку. Соедини красной линией одежду, которую носит Аня, а зеленой линией одежду которую носи Ваня.



Запомни последовательность одевания на прогулку.



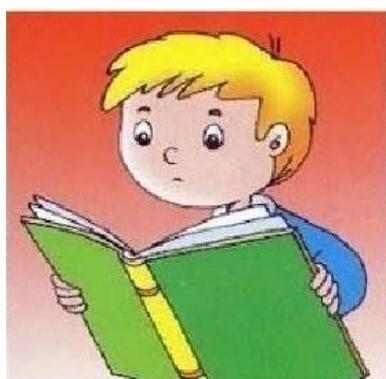
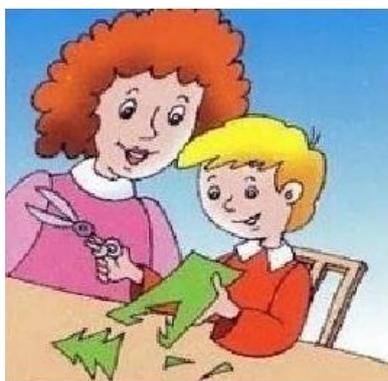
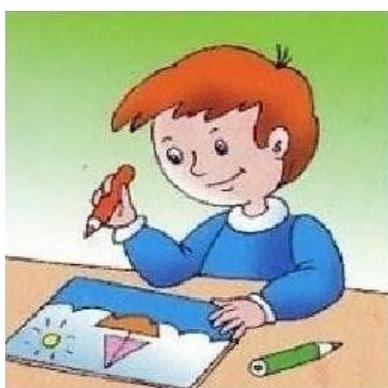
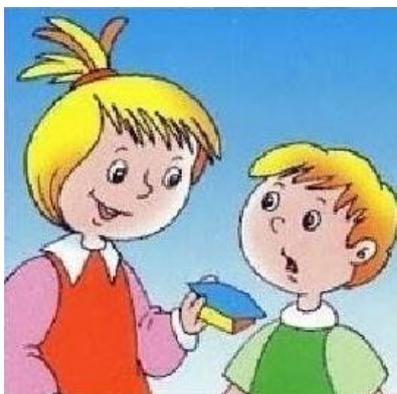
## 32. Уроки Этикета.

Знаешь ли ты, что такое этикет? Внимательно рассмотри изображения с правилами этикета, запомни эти правила и старайся соблюдать.



### 33. Всегда ли мы поступаем правильно?

Отметь галочкой картинки, которые показывают, что Маша и Саша делают хорошие поступки. Объясни своё решение.



### 34. Нет друга – ищи, а нашёл – береги.

Из приложения 12 вырежи картинки. Закончи пословицу. Расскажи, чему учит каждая пословица.



## 35. Что такое дружба.

Знаешь ли ты, что такое дружба? Внимательно рассмотри изображения с правилами дружбы, запомни эти правила и старайся соблюдать.

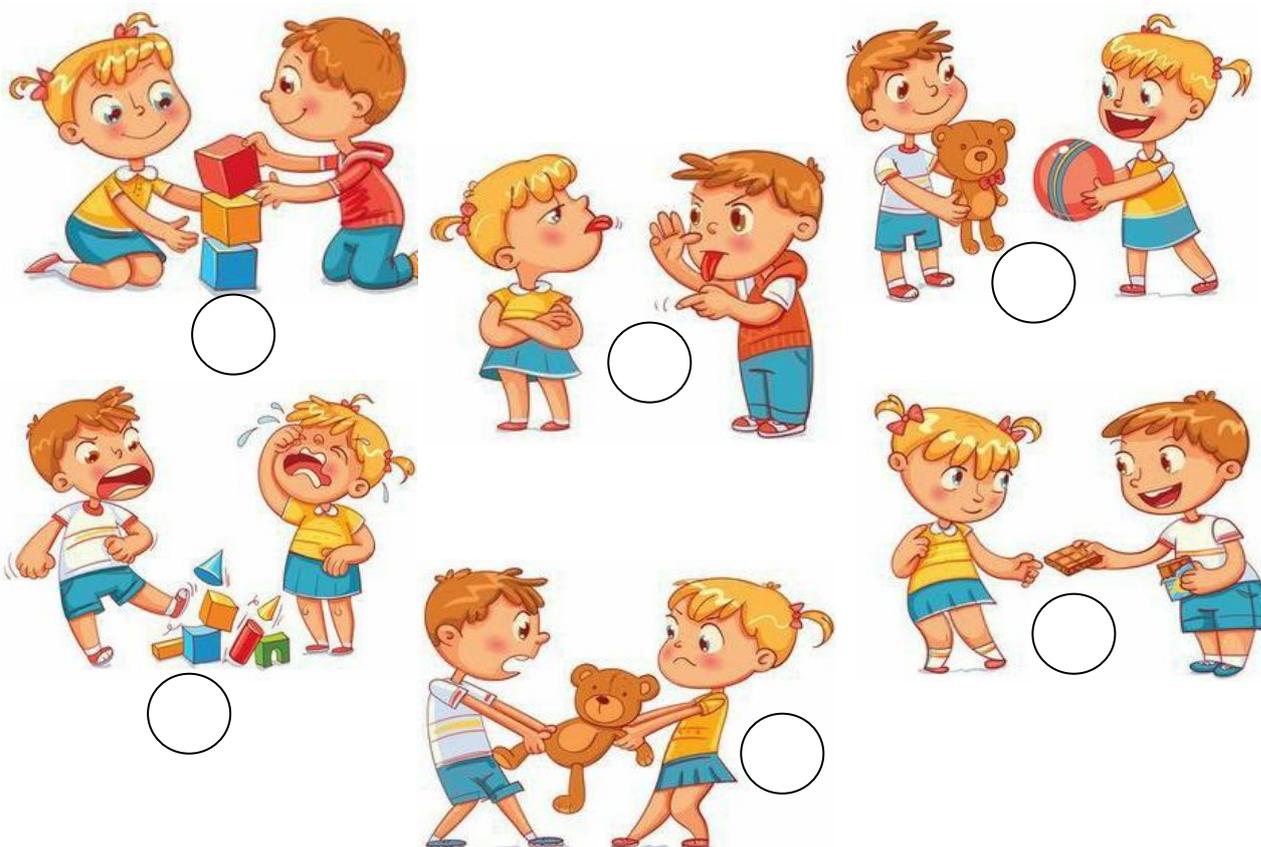


### 36. Поговорим о доброте.

Рассмотри иллюстрации. Составь рассказ.



Закрась синим цветом круг, где ребята делают добрые поступки.



# Приложение.

## Приложение 1.



## Приложение 2.



Приложение 3.



Приложение 4.



Приложение 5.



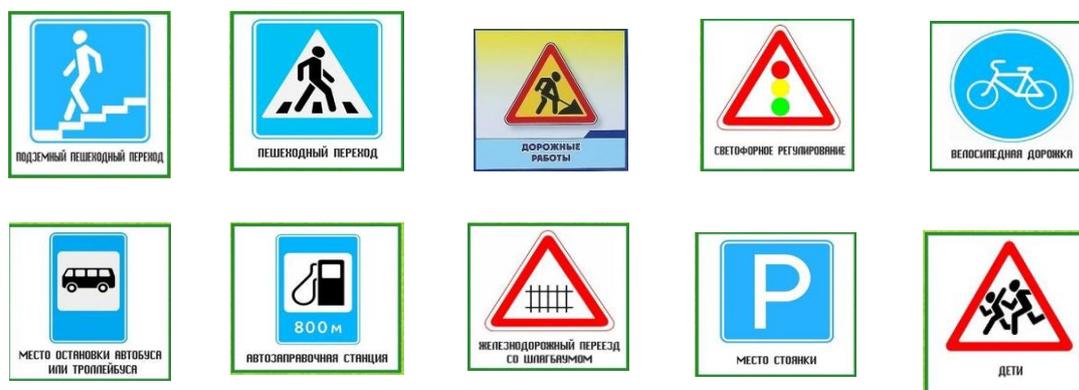
Приложение 6.



## Приложение 7.



## Приложение 8.



## Приложение 9.



Приложение 10.



Приложение 11.



Приложение 12.



