МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 31

(МАДОУ № 31)

352925 город Армавир, поселок центральной усадьбы совхоза «Восток», улица Изобильная, 2. ИНН 2302029786

ПРИНЯТА на педагогическом совете МАДОУ № 31 Протокол от «31» августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА приказом от «31» августа 2023 г. № 139 – ОД Заведующий МАДОУ № 31 Н. В. Грабузова

Подписан: МАДОУ 31 DN: PHC ФСС=2318593059, OID.1.2.840.113549.1.9.2=2302029786-230201001-000208821600, E=mdou31armavir@mail.ru, ИНН=002302029786, СНИЛС=00208821600, ОГРН=1022300629460, Т=Заведующая, О=МАДОУ № 31, STREET="УЛ ИЗОБИЛЬНАЯ, ДОМ 2", L=Армавир, S=23 Краснодарский край, C=RU.

G=Наталья Владимировна, SN=Грабузова, CN=МАДОУ № 31 Основание: Я являюсь автором этого документа Местоположение: Дата: 2023.08.31 19.00:38+03'00'

Программа дополнительного образования МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКОГО САДА № 31

«Разноцветный мир эмоций»

на 2023-2024 учебный год

Пояснительная записка.

Дошкольное детство - это особый период в развитии ребёнка, когда развиваются самые общие способности, которые необходимы любому человеку в любом виде деятельности. «Умение общаться с другими людьми, действовать совместно с ними, способность хотеть, радоваться и огорчаться, познавать новое, пускай наивно, но зато ярко и нестандартно, по - своему видеть и понимать жизнь - это и ещё многое другое несёт в себе дошкольное детство» (Л. А. Венгер).

Этот период является сензитивным для развития многих психических процессов. Элементарные нравственные представления и чувства, простейшие навыки поведения, приобретенные ребенком в этот период, из "натуральных", по Л.С. Выготскому, должны стать "культурными", т. е. превратиться в высшие психологические функции и стать фундаментом для развития новых форм поведения, правил и норм.

Сейчас дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они всегда способны не только понять чужие эмоции, но и осознать свои, не могут выразить свои чувства, а если и выражают их, то зачастую в резкой форме. Отсюда возникают проблемы в общении со сверстниками и взрослыми. К тому же обеднённая эмоциональная сфера является причиной замедления развития сферы интеллектуальной. Дети мало интересуются чем-то новым, их игры лишены творчества, а некоторые малыши вообще не умеют играть.

У детей с угнетённой эмоциональной сферой процесс социализации проходит довольно трудно, им сложно усвоить правила поведения в обществе, и это может привести к негативным последствиям. Так как ребенку сложно понять и адекватно отреагировать на проявленные эмоции другого человека.

В современной психологии проблема эмоционального развития детей по праву признана одной из самых значимых и дискуссионных. Прежде всего, это связано с многозначностью понимания термина «эмоциональное развитие» в различных научно-теоретических подходах и отдельных концепциях.

В период дошкольного возраста ребёнок начинает отделять себя как причину своего настроения от внешнего мира, что приводит к постепенному ослаблению эгоцентризма. Совершенствование эмоциональной регуляции поведения непосредственно связано с развитием механизма эмоциональной децентрации, появлением эмоциональной синтонии и эмпатии, проявляющих себя в способности отстраниться от собственных эмоциональных переживаний, переключиться на восприятие и понимание эмоций других.

Эмоции играют важную роль в жизни детей. С раннего возраста необходимо знакомится с собственными эмоциями. Это даёт возможность в дальнейшем стать хозяевами своей душевной жизни и не позволяет эмоциям, особенно негативным, руководить словами, мыслями, поступками и чувствами и, что самое главное, искажать общение с другими людьми.

По всей кажущейся простоте распознавание и передача эмоций - достаточно

сложный процесс, требующий от ребёнка определённых знаний, определённого уровня развития. Дети обращают внимание в основном на выражение лица, не придавая значения пантомимике (позе, жестам) и имеют недостаточные представления об эмоциональных состояниях человека и их проявлениях.

Эмоции не развиваются сами по себе. Они не имеют своей собственной истории. Изменяются установки личности, её отношения к миру, и вместе с ними преобразуются эмоции.

Воспитание через эмоциональное воздействие - очень тонкий процесс. Основная задача заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять.

Цель программы: Содействовать социально-эмоциональному развитию дошкольника.

Задачи программы: создать условия для:

- более глубокого знакомства дошкольника с эмоциями;
- развития умения выражать и распознавать основные эмоции у себя и других людей;
- обогащения эмоционального словаря дошкольников;
- понимания эмоциональной обусловленности поведения;
- освоения простых приёмов саморегуляции и произвольной регуляции поведения;
- развития эмпатии, понимания других людей и оказания элементарной эмоциональной поддержки;
- знакомства с эффективными способами поведения в сложных коммуникативных ситуациях;
- содействия подготовке к обучению в школе.

В программе учтены возрастные особенности психики детей дошкольного возраста: образное мышление, преобладание эмоционального компонента в опыте, ведущий вид деятельности (сюжетно-ролевая игра).

В старшем дошкольном возрасте ребёнок готовится к принятию новой для него социальной роли школьника. Важно заниматься развитием любознательности и познавательной активности, умений самостоятельно думать и решать логические задачи. Но главным при этом остаётся понимание своих эмоций, умение владеть собой, не отступать перед трудностями, понимать формальные и неформальные правила группы, уметь общаться и быть отзывчивым. Эти умения помогут ребёнку адаптироваться к школьному обучению.

Занятия проводятся в старше-подготовительной группе детского сада с детьми 5-7 лет. Продолжительность одного занятия — 30 минут.

Количество занятий — 64 в течение года.

Каждое занятие — это логически и динамически выстроенная последовательность различных форм взаимодействия с детьми.

Планируемые результаты:

- позитивные изменения в психологическом состоянии детей, позитивная картина мира и образ Я, осознание внутренних ресурсов;
- снижение эмоциональной тревожности;
- повышение самооценки;
- развитие коммуникативных навыков;
- развитие самоконтроля;
- улучшение детско-родительских отношений;
- закрепление положительных поведенческих реакций.

Результатом работы по программе является формирование целого ряда качеств личности:

автономность, которая выражается в стремлении проявить свое личное мнение, позицию или взгляды;

активность, которая предполагает способность владеть инициативой в общении, умение организовать внимание партнеров, стимулировать их коммуникативность, управлять процессом общения, эмоционально откликаться на состояние партнеров; социальная компетентность, которая состоит из нескольких компонентов:

- мотивационного, включающего отношение к другому человеку (проявление доброты, внимания, сочувствия, сопереживания и содействия);
- когнитивного, связанного с познанием другого человека, способностью понять его особенности, интересы, потребности, заметить изменения настроения, эмоционального состояния и др.;
- поведенческого, который связан с выбором адекватных ситуаций, способов общения.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

- успешно формируется детская компетентность в соответствии с возрастом:
- правильно строятся взаимоотношения в детском социуме;
- дети проявляют активность и самостоятельность в разных видах деятельности, они стали отзывчивее,
- проявляют навыки успешного взаимодействия со сверстниками

Перспективный план занятий по психологическому развитию старших дошкольников

Темы занятий	Объём
Тема 1. Индивидуальность и многообразие в группе.	2
Занятие 1. Знакомство	
Занятие 2. Портрет моего Я	
Тема 2. Проявление эмоций в группе. Правила группы.	1
Занятие 3. Дом в окошках — словно сыр. Много-много в нём квартир	
Тема 3. Многообразие эмоций.	1
Занятие 4. Происшествие в цветнике	
Тема 4. Радость и грусть. Признаки и причины	1
Занятие 5 .Почему мы грустим и радуемся	
Тема 5. Страх. Признаки и причины. Вред и польза страха.	2
Занятие 6. Где живут страшные монстрики?	
Занятие 7. Кто в темноте живет	
Тема 6. Злость. Признаки и причины злости.	1
Занятие 8. Как договориться со злыми монстриками	
Тема 7. Отклик тела на эмоции. Выражение эмоций мимикой, позой, движениями.	2
Занятие 9. Мой калейдоскоп эмоций.	
Занятие 10.Мой калейдоскоп эмоций (продолжение)	
Тема 8. Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи.	2
Занятие 11. Как услышать чужие эмоции.	
Занятие 12. Давай придумаем сказку	
Тема 9. Разнообразие эмоций в поэзии и живописи. Интерес, удивление.	2
Занятие 13. Приключение линии на холсте.	
Занятие 14. Встреча с ожившей картиной	

Тема 10. Эмоции и музыка.	2
Занятие 15 . Я слышу и чувствую музыку.	
Занятие 16 .Как слова подружились с музыкой.	
Тема 11. Основы саморегуляции.	2
Занятие 17. Пять важных шагов.	
Занятие 18. Как изменить своё настроение	
Тема 12. Регуляция эмоций и поведенческих проявлений при взаимодействии в группе.	2
Занятие 19. Вместе интереснее.	
Занятие 20. Как успокоить сильные эмоции.	
Тема 13. Творческое выражение эмоций как способ саморегуляции.	2
Занятие 21. Мой разноцветный день.	
Занятие 22. Что хранится в моём сердце	
Тема 14. Навыки коммуникации — установление отношений и сотрудничество.	2
Занятие 23. Раз, два, три, четыре, пять, я хочу с тобой играть.	
Занятие 24. Давай играть вместе!	
Тема 15. Эмпатия. Оказание эмоциональной поддержки. Взаимопомощь.	3
Занятие 25. Раз, два, три, четыре, пять, мы в поход идём играть!	
Занятие 26. Секреты понимания.	
Занятие 27. Если друг не смеётся, подари ему солнце	
Тема 16. Конфликты и разногласия. Эффективное поведение в ситуации конфликта.	2
Занятие 28. Слушай свою Птицу души.	
Занятие 29. Надо постараться, чтоб ни с кем не драться	
Тема 17. Эмоции и театр.	2
Занятие 30. Волшебные превращения простых вещей.	
Занятие 31. Я играю в теневом театре	
Обобщающее занятие.	1
Занятие 32. Путешествие по городу Эмоций	

Torra 10 Margara and an analysis and an analys	1
Тема 18. Индивидуальность и многообразие в группе.	1
Занятие 33. Мой портрет в рисунках и цифрах.	4
Тема 19. Правила взаимодействия в группе.	1
Занятие 34. Где стоит буква «я» в алфавите?	
Тема 20. Многообразие эмоций.	3
Занятие 35. Я состою из эмоций.	
Занятие 36. Чувства разные нужны.	
Занятие 37. Пишу своё первое письмо.	
Тема 21. Органы чувств и эмоции.	2
Занятие 38. Я доверяю своим ощущениям.	
Занятие 39. Я играю в ассоциации.	
Тема 22. Выражение и распознавание эмоций по невербальным признакам.	2
Занятие 40. Как договориться без слов.	
Занятие 41. О чём может сказать твоё тело?	
Тема 23. Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи.	2
Занятие 42. Как звучат эмоции?	
Занятие 43. Оркестр моего настроения.	
Тема 24. Искусство — источник эмоций.	2
Занятие 44. Скучное я сделаю интересным.	
Занятие 45 .Моё ателье цвета.	
Тема 25. Восприятие и понимание эмоций через текст и иллюстрации.	2
Занятие 46. Страница моей книги эмоций.	
Занятие 47 . Я рисую стихи.	
Тема 26. Приёмы саморегуляции.	2
Занятие 48. Как договориться с собой.	
Занятие 49. Искусство моего дыхания	

Тема 27. Разнообразие эмоций в живописи.	2
Занятие 50. Я могу рисовать свои эмоции.	
Занятие 51. Удивительные игры с искусством	
Тема 28. Регуляция эмоциональных состояний при взаимодействии в группе.	2
Занятие 52. Превращение моих эмоций.	
Занятие 53. Игра в собирателей	
Тема 29. Установление и поддержание дружеских отношений.	2
Занятие 54. Как стать хорошим другом.	
Занятие 55. Мой питомец мне друг.	
Тема 30. Эмпатия. Навыки оказания эмоциональной поддержки. Взаимопомощь.	2
Занятие 56 .Как помочь другому?	
Занятие 57 . Я могу поделиться с тобой.	
Тема 31. Конфликты и их профилактика. Решение конфликтных ситуаций.	2
Занятие 58. Кубик согласия.	
Занятие 59 . Где найти хорошее настроение?	
Тема 32. Этика поведения. Обращение за помощью — просьба и требование.	1
Занятие 60 . Зачем быть вежливым?	
Тема 33. Социальные компетенции.	4
Занятие 61. Я сочиняю игру.	
Занятие 62. Учимся играя.	
Занятие 63. Рецепт хорошего человека.	
Занятие 64. Я хозяин своих чувств	