

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение г. Мурманска №18

Принят на заседании
Педагогического совета №1
МБДОУ г.Мурманска №18
От «02» сентября 2019 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
г.Мурманска №18
Бутяйкина Л.Н

**Рабочая программа по эмоциональному развитию детей старшего дошкольного
возраста «Дружба крепкая не сломается», разработанная на основе программы
«Уроки добра». С.И. Семенаки**

Составила педагог-психолог Коршунова М.А.

2. Содержательный раздел	5
Направления работы:	5
Этапы программы:.....	5
Перспективный план занятий педагога психолога со старшими дошкольниками.....	8
Перспективный план работы для воспитателей по профилактике эмоционального неблагополучия дошкольников	17
3. Организационный раздел	19

1. Целевой раздел

Пояснительная записка

Эмоциональное развитие дошкольников – целенаправленный педагогический процесс, тесно связанный с личностным развитием детей, с процессом их социализации и творческой самореализации, введением в мир культуры межличностных отношений, усвоением культурных ценностей. Поведение ребенка, развитие его эмоциональной сферы является важным показателем в понимании мира маленького человека и свидетельствует о его психическом состоянии, благополучии, возможных перспективах развития.

Нельзя не отметить, что в последние годы увеличивается число детей с нарушениями психоэмоционального развития. Это подтверждается данными мониторинга, проводимого мною в ДОУ. К типичным симптомам этих нарушений у дошкольников относятся эмоциональная неустойчивость, враждебность, агрессивность, тревожность и т. д., что серьезно осложняет взаимоотношения ребенка с окружающим миром. Кроме того, на фоне таких нарушений легко возникают вторичные личностные отклонения, обуславливающие негативный характер способов поведения и общения, деформацию личностного роста детей в целом. Соответственно организованная психолого-педагогическая работа в этом направлении может не только обогатить эмоциональный опыт дошкольников, но и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки в их личностном развитии.

Осваивая социальную обусловленность эмоций, дети овладевают нормативными категориями, эталонами их проявления, что способствует начальному становлению эмоциональной культуры личности. Ребенок с развитыми эмоциями легче преодолевает эгоцентризм, лучше включается в учебно-познавательные ситуации, успешнее самореализуется в деятельности.

Поэтому одной из моих приоритетных задач является содействие социальноэмоциональному развитию ребенка для психологически комфортного пребывания в ДОУ.

Цель программы – развитие эмоционально-личностной сферы ребенка за счет обогащения спектра эмоций.

Задачи:

1. Раскрывать сущность полярных понятий — «добро» и «зло» и эмоций, которые им соответствуют;

2. Познакомить детей с характеристикой эмоциональных состояний, присущих человеку;
3. Научить видеть эмоциональное состояние другого и собственный эмоциональный образ, соотнося его с конкретной ситуацией;
4. Развивать эмоциональную произвольность;
5. Учить конструктивным способам управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности, разрешать конфликтные ситуации и др.).

Методологическое обоснование программы - программа педагогического управления эмоциональным развитием строится на основе закона о функциональном психофизическом единстве деятельности организма человека как целостной системы, о чем свидетельствуют работы известных психологов П. К. Анохина, Л. С. Выготского, А. В. Запорожца. А также учитываются положения теории и педагогического стимулирования, выдвинутые З. И. Равкиным, В. А. Разумным, и когнитивной теории эмоций С. Л. Рубинштейна и др.

Принципы к формированию Программы:

- ✓ полноценное проживание ребенком всех этапов детства индивидуализации дошкольного образования;
- ✓ содействие и сотрудничество детей и взрослых, признания ребенка;
- ✓ поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- ✓ приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- ✓ соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития ребенка;

Подходы к формированию Программы:

- ☐ культурно-исторический, ☐
- ☐ системно-деятельностный, ☐
- ☐ Личностный.

Контингент. Программа рассчитана на дошкольников в возрасте 5 – 6 лет, старшая группа. Дошкольный возраст – благодатный период для организации работы по эмоциональному развитию детей. Ребенок-дошкольник впечатлителен, открыт для усвоения социальных и культурных ценностей, стремится к признанию себя среди других людей. У

него ярко прослеживается неотделимость эмоций от процессов восприятия, мышления, воображения. По данным психологов, опыт эмоционального отношения к миру, обретаемый в дошкольном возрасте, весьма прочен и принимает характер установки.

Ожидаемый результат. Показателем эффективности используемой программы является повышение уровня эмоционально-личностного развития старшего дошкольника за счет:

- расширения его эмоционального опыта;
- наличия умения замечать эмоциональное состояние другого человека и строить адекватные взаимоотношения;
- формирования эмоциональной произвольности.

2. Содержательный раздел

Направления работы:

Направление	Содержание
Просвещение	1. Письменная консультация для родителей «Хочу драться!» 2. Памятки родителям «Как помочь агрессивному ребенку»
Диагностика	1. Мониторинг развития – социально-коммуникативное развитие ребенка 2. Анкетирование воспитателей группы с целью выделения группы риска по анкетам, разработанным Лютовой-Мониной 3. Анализ медицинских карт
Коррекционноразвивающая работа	1. Подгрупповые занятия с детьми старших групп; 2. Перспективный план работы для воспитателей по профилактике эмоционального неблагополучия дошкольников
Консультирование	Индивидуальные беседы с родителями по вопросам воспитания ребенка в семье.

Этапы программы:

Этап программы	Направление работы
----------------	--------------------

I этап – формирование знаний об эмоциональном мире	Группа занятий предусматривает формирование у детей знаний об эмоциональном мире человека и способах управления им. Создаются ситуации для применения полученных знаний, побуждающие детей к оказанию помощи сказочным персонажам, близким, сверстникам.
II этап – формирование доброжелательного поведения.	Группа занятий направлена на формирование у детей доброжелательного поведения. Создаются на занятиях различные проблемные ситуации, участвуя в которых дети приобретают необходимые умения управления негативными эмоциями. Большое внимание уделяется обучению детей конструктивным способам решения конфликтных ситуаций, развитию способности сопереживать, сочувствовать
III этап - формирование осознанного отношения детей к социальным нормам поведения.	Группа занятий на формирование осознанного отношения детей к социальным нормам поведения. Занятия побуждают детей проявлять доброжелательность в повседневной жизни. В решении этой задачи поможет использование на занятии «Волшебной книги», в которую записываются после обсуждения добрые поступки детей, как на занятии, так и в повседневной жизни

Программа реализуется на подгрупповых занятиях, проводимых 1 раз в неделю.

Программой предусмотрено 16 занятий в год.

В содержании занятий используются:

- имитационные игры;
- социально-поведенческий тренинг;
- психогимнастика;
- чтение и обсуждение художественных произведений;
- просмотр и анализ фрагментов мультипликационных фильмов с последующим моделированием новых версий;
- дискуссии;
- обыгрывание конфликтных ситуаций и моделирование выхода из них;
- примеры выражения своего эмоционального состояния в рисунке, музыке.

Отработка необходимых поведенческих навыков осуществляется через активное участие каждого ребенка в тренинговых упражнениях, которые позволяют осуществлять коррекционно-развивающее воздействие на детей, проявляющих признаки агрессивности.

Поддержанию интереса к занятиям способствует использование сказочных сюжетов: в гости к детям приходят волшебники — добрый и злой, в которого вселились «драконы» (гнев, злость, обида).

Каждое занятие строится на уважении, доверии, взаимопонимании, взаимопомощи.

Для самовыражения ребенка каждое занятие предусматривает использование рисуночных методик, в основе которых лежит моделирование ситуации успеха и ощущения удовольствия. Решению этой задачи способствует использование доступных каждому ребенку приемов: например, дорисовывание пиктограмм, рисование по контуру, «кляк-сография» и др. Каждое занятие заканчивается слушанием приятной музыки или исполнением веселых детских песен, что, в свою очередь, способствует фиксации положительных эмоций и поддержанию интереса к занятиям.

Перспективный план занятий педагога психолога со старшими дошкольниками

Тема занятия	Цель	Содержание
№1 Вводное занятие	Раскрыть сущность полярных понятий «добро» и «зло», показать, каким эмоциональным состояниям они соответствуют; учить детей дифференцировать эмоциональный мир человека по мимике, жестам, пантомимике.	1. Вводная беседа об эмоциях и чувствах 2. Знакомство с эмоциями «+» и «-» 3. Тренинг эмоций; 4. Рисование на тему. 5. Завершение занятия.
№2 Наше настроение	Познакомить детей с понятием «настроение» и его проявлением у добрых и злых людей; показать в доступной форме изменчивость настроения; учить детей понимать настроение другого человека; познакомить со способами управления и регуляции настроения; диагностировать эмоциональное состояние детей.	1. Ритуал приветствия. Диагностика настроения детей; 2. Беседа о настроении; 3. Упражнения «Волшебный мешочек»; «Расскажи о своем настроении» 4. Проблемная ситуация: «Смена настроения» 5. игра «Жмурка». 6. Рисование на тему: «Мое настроение»
Занятие 3. Хорошо ли быть злым	Продолжить знакомство с полярными понятиями «добро» — «зло»; закреплять умение определять эмоциональное состояние близких людей, знакомых, побуждать к оказанию помощи; учить детей конструктивным способам снятия напряжения, связанного с чувством злости.	1. Ритуал приветствия. 2. Игра «Цветик-семицветик» 3. Этюды «Злобная гиена»; «Разъяренная медведица» 4. Упражнение «Придумывание историй». 5. Инсценировка отрывка сказки «Заяц, лиса и петух». 6. Игра: «Кляксы»

Занятие 4. Учимся справляться с	Продолжать учить детей различать эмоции злости и радости; упражнять в регуляции своего эмоционального	1. Ритуал приветствия. 2. Тренинг «Улыбнись как...»
гневом	состояния; познакомить детей со способами выражения отрицательных эмоций и управления ими.	3. Игра: «Жужа» 4. Беседа с детьми (Диагностика агрессивности) 5. Тренинг саморегуляции. 6. Эмоциональный тренинг «Злюка» 7. Рисование «Злость»
Занятие 5. Что делать, если ты злишься	продолжать знакомство детей со способами снятия напряжения. Учить различать добрые и злые чувства и поступки; закреплять способы саморегуляции поведения (снятие отрицательных эмоций).	1. Ритуал приветствия. 2. Беседа: злость она какая? 3. Знакомство с приемами саморегуляции: замесить тесто; высказать свои чувства; попросить помощи, смыть дурные чувства. 4. Тренинг 5. Раскрашивание рисунков.

Занятие 6 Настроение Яги	Бабы	Продолжать учить детей на примере сказочных персонажей различать и понимать характер эмоционального состояния людей; упражнять в выражении противоположных эмоциональных состояний (веселый-грустный), учить дифференцировать поступки сказочных персонажей и давать им моральную оценку.	1. Знакомство с Бабой Ягой. 2. Тренинг эмоций 3. Упражнение «Угадай настроение Бабы-Яги». 5. Рисование Бабы-Яги.
Занятие Поговорим о доброте	7 о	Обобщить представления детей о доброте и эмоциональных состояниях, которые соответствуют этому понятию, вызвать стремление совершать добрые	1. Игра «Угадай настроение по рисунку». 2. Упражнение «Помоги волшебнику». 3. Проблемная ситуация «Выручи из беды».
		поступки; учить передавать эмоциональное состояние человека с помощью мимики, речи, рисунка, формировать позитивный образ своего «Я».	4. Чтение худ. лит-ры о доброте «Сказка о птицах», «Старик сажал яблони». 5. Игра «Чунга-Чанга» 6. Упражнение «Рисуем музыку»

Занятие 8 Ссора	Учить детей анализировать поступки, находить причину конфликта; дифференцировать противоположные эмоциональные переживания: дружелюбие и враждебность. Знакомить детей с конструктивными способами решения конфликтных ситуаций и способствовать их усвоению и использованию в поведении.	1. Введение в тему занятия: ссора 2. Тренинг эмоций. 3. Упражнение «Дружба начинается с улыбки...». 4. Проблемная ситуация. 5. Рисование на тему.
Занятие 9 Как справиться с упрямством	Учить детей анализировать свое эмоциональное состояние; познакомить детей с правилами доброжелательного поведения; формировать навыки саморегуляции поведения, контроля эмоций.	1. Введение в тему занятия. Чтение сказки «Упрямые козы» 2. Тренинг эмоций. 3. Игра «Сказка наоборот», «2 барана» 4. Проблемная ситуация. 5. Знакомство с правилами доброжелательного поведения 5. Смешной рисунок.
Занятие 10 Чувства одинокого человека	Учить анализировать свое эмоциональное состояние, вербализировать собственные переживания; закреплять знание правил доброжелательного поведения; формировать внимательное отношение к другим людям; во время игр снимать негативные эмоции детей.	1. Диагностика настроения 2. Проверка степени усвоения правил доброжелательного поведения. 3. Просмотр мультфильма «Первый раз». Беседа по содержанию мультфильма
		4. Игры «Тень», «Закончи предложение» 5. Тренинг эмоций.

Занятие 11 Знакомство с понятием физическая и эмоциональная боль	Познакомить детей с понятием «физическая и эмоциональная (душевная) боль»; научить различать ощущения, которые люди испытывают во время физической и эмоциональной боли; учить детей управлять эмоциями, сопровождающими боль.	1. Беседа о добрых делах 2. Тренинг эмоций. 3. Знакомство с понятием – эмоциональная боль. 4. Этюд «Ой, ой живот болит» 5. Рисование «Медвежонок выздоровел»
Занятие 12 Учимся понимать чувства других людей	Закрепить понятия «физическая и эмоциональная боль»; учить детей понимать чувства, переживаемые другими; стимулировать желание оказать помощь, утешить; развивать чувство доброты; формировать навыки социального поведения.	1. Беседа о добрых делах 2. Проблемные ситуации. Определение причины эмоций. 3. Упражнение «Негаданная радость». 4. Рисование на тему: «Волшебные цветы»
Занятие 13 Учимся доброжелательности	Развивать стремление к дружелюбию по отношению к другим; учить правильно выражать свое эмоциональное состояние в поведении; развивать положительную самооценку	1. Введение в тему занятия: просмотр мультфильма «Варежка» 2. Чтение худ. лит-ры «Утешение», «Самое страшное» - обсуждение. 3. тренинг эмоций. 4. Завершение предыдущего рассказа. Правила обращения с животными. 5. Рисование на тему: «Собака – верный друг человека»
Занятие 14 Животные – наши	Развивать у детей чувство доброты, сопереживания, стремление поддерживать других; формировать	1. Введение в тему занятия. 2. Игра Мышеловка

друзья	доброжелательное отношение к животным, желание обрести в животном друга.	3. Чтение стихов «Ничья кошка», «Котенок» - обсуждение, придумывание продолжения. Тренинг эмоций. 4. Разыгрывание сценки парами. 5. Рисование на тему: «Мой котенок»
Занятие 15 Учимся анализировать поведение в конфликтной ситуации	Учить детей анализировать конфликтные ситуации; развивать эмоциональную устойчивость в ситуациях проявления агрессии; формировать адекватные формы поведения и коммуникативные навыки; развивать умение снимать эмоциональное напряжение.	1. Введение в тему занятия 2. Тренинг эмоций 3. Анализ конфликтных ситуаций 4. Игра «Угадай настроение» 5. Рисование «Мое настроение».
Занятие 16 Учимся управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях	Учить детей управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях, конструктивным способом разрешения конфликтов; формировать осознанное понимание нравственного смысла художественных произведений; развивать понимание чувства обиды, учить выражать его с помощью мимики.	1. Введение в тему занятия. Беседа о добрых делах. 2. Обсуждение проблемных ситуаций. 3. Поведенческий тренинг 4. игра «Падающая башня» 5. Рисование «Дерево радости»

Занятие 17. Добрые и злые поступки	Продолжать учить детей управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях; знакомить со способами разрешения конфликта, снятия напряжения; формировать осознанное отношение к социальным нормам поведения; закреплять навыки доброжелательного поведения в повседневной жизни	1. Введение в тему занятия. Беседа о добрых делах и поступках. 2. Обсуждение проблемных ситуаций. 3. Знакомство с новыми правилами доброжелательного общения 4. Тренинг эмоций 5. Упражнение «Добрый – злой»
		5. Рисование «Дорисуй картинку»
Занятие 18	Учить детей анализировать собственное поведение и поступки других; формировать позицию ненасилия; развивать воображение и снимать эмоциональное напряжение путем рисуночной терапии	1. Введение в тему занятия. 2. Тренинг эмоций 3. Сочинение новой версии очередной серии мультфильма «Ну, погоди!» 4. Поведенческий тренинг. 5. <i>Игра</i> «Хорошо—плохо». 6. Рисование «Графическая музыка».

Занятие 19 Знакомство детей со способами реагировать на гнев взрослых	Закреплять навыки конструктивного поведения в конфликтных ситуациях; развивать эмоциональную произвольность, эмпатию; формировать осознанное отношение к социальным нормам поведения, положительный образ «Я».	1. Введение в тему занятия. 2. Советы, которые могут помочь детям в ссоре с родителями 3. Поведенческий тренинг. 4. Чтение рассказа: «Сам себя наказал» - обсуждение. 5. Упражнение. 6. Тренинг эмоций. 7. Рисование «Какой Я?».
Занятие 20 Дружба – неприязнь	учить детей дифференцировать ощущения дружбы и неприязни, чувствовать эмоциональное состояние другого человека; закреплять знания правил доброжелательного поведения; развивать способность находить в реальной жизни ситуации, аналогичные по своему нравственному содержанию таким, о которых	1. Введение в тему занятия. 2 Тренинг эмоций. 3. Поведенческий тренинг. 4. Рисование подружек.
	они читали в книжках.	
Занятие 21 Наши мечты	Продолжать закреплять знания о поведении в конфликтных ситуациях; учить сознательно управлять своими эмоциями (обидами); формировать дружелюбное отношение к окружающим; способствовать формированию адекватной самооценки.	1. Введение в тему занятия. 2 Моделирование ситуации примирения 3. Просмотр м/ф «Осенние кораблики». Беседа по содержанию. 4.Игра «Цветик – семицветик» 5. Рисование на тему: «Моя мечта».

Темы	Содержание	Срок
Отношение к себе «Тайна моего Я»	- Тренинг «Знакомство» - продуктивная деятельность «Знакомьтесь, это Я», «Ромашка с именем» - игра «Паровозик имён» - игра «Угадай кто позвал»	Сентябрь – октябрь
Я и мои эмоции «Радуюсь, грущу, удивляюсь!»	- игра «Маски», «Изобрази» - этюды на отражение эмоций - продуктивная деятельность «Я рисую настроение» - упражнение «Зеркало»	Октябрь, январь, апрель

Детские страхи «Мне не страшно»	- чтение художественной литературы «Трусов Федя» И. Демьянов, «Кто там страшный сидит в темноте», «Закаляка К. Чуковский, «Как побороть страх» С. Афонькин	Февраль
------------------------------------	--	---------

Перспективный план работы для воспитателей по профилактике эмоционального неблагополучия дошкольников

	- продуктивная деятельность «Мой страх» - этюды «Что в углу», «Лисёнок бояться» - беседы «Страх это ...»	
Отношение со сверстниками «Я и другие»	- упражнения «Позови ласково» - психологическая игра «Пирамида любви» - игра «Встань на его место» - чтение художественной литературы «Новая девочка» Н. Найдёнова - беседа «С кем бы я хотел дружить»	Ноябрь, апрель
Отношения со взрослыми «Странный мир»	- беседы «Как быть послушным» - игра-драматизация «Как Буратино стал взрослым» - рассматривание иллюстраций и беседа о профессиях - сюжетно-ролевые игры «Гости», «Путешествие по городу»	Март, май
Отношения в семье «Родные и близкие»	- рассматривание семейных фото - беседы «На меня в обиде мама», «Как попросить прощение», «Как сделать родителей счастливыми» - продуктивная деятельность «Подарки к праздникам» - составление генеалогического древа - беседа «Бабушкины руки», «Папа моего папы»	Декабрь, февраль

3. Организационный раздел

Методически техническое обеспечение:

Технические средства: магнитофон с диском с записями детских песен, используемых в программе, ноутбук с записями мультфильмов, используемых в программе.

Игрушки: куклы с различными выражениями лица «добрый и злой» волшебники, интерактивная игрушка – кошка, кукла би-ба-бо «Антошка», карандаши, фломастеры, бумага для рисования.

Пособия: цветик – семицветик, рисунки эмоций, пиктограммы эмоций; картинки к занятиям с изображением детей с различным настроением и с различным характером (злость, доброта, равнодушие); волшебная тарелочка и волшебное яблочко;

Среда: пространство кабинета с наличием зоны для рисования, наличием детской мебели по количеству участников, наличие пособий и технических средств, необходимых на занятии, наличие пространства для создания подвижной игры средней подвижности (в спортивном зале).

Пространство кабинета психолога для индивидуального консультирования родителей. Наличие удобной взрослой мебели

Наличие уголка для родителей для демонстрации письменных консультаций.

Список литературы:

Азбука общения / под ред. Л.М. Шипициной, Н.В. Новиковой – СПб.: ДетствоПресс, 2004 – 230 с.

Кулганов, В.А. Консультирование в работе детского практического психолога / В.А. Кулганов, Н.В. Верещагина – СПб.: Детство-Пресс, 2008 – 127 с.

Минаева, В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. / Е.В. Минаева. – М.: АРКТИ, 2001. – 48 с.

Мурашова, Е.В. Ваш непонятный ребенок: Психологические проблемы детей / Е.В. Мурашова – М.: Дрофа, 2002. – 416 с.

Сазонова, Н.П. Преодоление агрессивного поведения старших дошкольников в детском саду и в семье / Н.П. Сазонова, Н.В. Новикова – СПб.: Детство-Пресс, 2010 – 117 с.

Семенака С.И. Уроки добра: Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет. — М.: АРКТИ, 2005. — 80 с.

Чех, Е.В. Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку. / Е.В. Чех – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009 – 144 с.