

Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Детский сад №16 «Рябинка»

Согласовано на педагогическом
Совете
Протокол № 1 от 31.08.23

Утверждаю
Заведующий МАДОУ №16 «Рябинка»
№ 16
Е.С. Морозова



Дополнительная общеобразовательная программа
«Школа эмоций»
для детей 5-7 лет
социально-гуманитарная направленность, базовый уровень

Автор программы Монакова Н.И.

педагог дополнительного образования
педагог-психолог МАДОУ №16 «Рябинка»
Александрова О.А.

Великий Новгород
2023 г.

Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Детский сад №16 «Рябинка»

Согласовано на педагогическом
Совете
Протокол № _____ от _____

Утверждаю
Заведующий МАДОУ №16 «Рябинка»
_____ Е.С. Морозова

Дополнительная общеобразовательная программа
«Школа эмоций»
для детей 5-7 лет
социально-гуманитарная направленность, базовый уровень

Автор программы Монакова Н.И.

педагог дополнительного образования
педагог-психолог МАДОУ №16 «Рябинка»
Александрова О.А.

Великий Новгород

2023 г.

Пояснительная записка

Развитие ребенка теснейшим образом взаимосвязано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, являются "индикатором" состояния ребенка, с другой — сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений.

Особенность психики ребёнка дошкольного возраста в том, что он ещё мало осознаёт свои переживания и далеко не всегда способен понять причины, их вызывающие. Дети часто находятся в «плёну эмоций», поскольку еще не могут ими управлять, не умеют выразить их социально приемлемым способом, что приводит к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми.

Данная программа направлена на развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. Дети знакомятся с разными эмоциями, и на основе полученного эмоционального опыта у них развивается социальная восприимчивость, способность понимать и учитывать не только свои чувства и желания, но и чувства других. Закладывается фундамент для развития произвольности, возможности успешно строить взаимодействие с другими людьми.

Настоящая программа разработана на основе программы Монаковой Н.И. Программ «Путешествие с Гномом». Развитие эмоциональной сферы дошкольников».

Программа «Школа эмоций» оформлена в соответствии: Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27июля 2022 года № 629;

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи;

Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11. 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые);

с учетом:

Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и Плана мероприятий по ее реализации»;

Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Программа реализуется в объединении «Школа эмоций» муниципального автономного дошкольного общеобразовательного учреждения «Детский сад №16 «Рябинка».

Программа имеет социально-гуманитарную направленность.

Педагогическая целесообразность занятий по развитию эмоционально-волевой сферы дошкольников заключается в необходимости подготовки детей старшего дошкольного возраста к школьному обучению. Обучение в школе потребует от детей достаточного уровня эмоционально-волевой регуляции, навыков общения со сверстниками и взрослыми.

Научно-методическую основу программы составляют положения о психофизическом единстве человеческой природы (Л.С. Рубинштейн, И.П. Павлов). Старший дошкольный возраст – благодатный период для организации педагогической работы по развитию эмоционально-волевой и коммуникативной сфер детей. В этом возрасте происходит значительный скачок в развитии префронтальной коры головного мозга, отвечающей за самоконтроль, что позволяет ребенку обратиться к своему опыту:

- что за ситуация,
- как реагировать,
- стоит выражать эмоции или нет,
- как именно.

Префронтальная кора человека развивается по своему генетическому плану, а катализатором развития выступает общение со взрослым, что дает возможность обучать детей социально-приемлемым способам выражения эмоций.

Цель программы:

Развитие эмоционально-волевой сферы и коммуникативных навыков у старших дошкольников.

Задачи Программы:

1. Расширять знания детей о чувствах, эмоциях и способах их выражения, обогатить словарь детей за счет слов, обозначающих эмоции и чувства.

2. Развивать у детей способность распознавать свои эмоциональные состояния.

3. Развивать у детей умение распознавать эмоциональные состояния других людей по различным признакам (мимике, пантомимике, интонации).

4. Способствовать открытому проявлению эмоций и чувств социально приемлемыми способами (словесными, творческими и т.д.)

5. Развивать у детей позитивные формы общения и навыки доброжелательного поведения.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы, 5-7 лет. Ребёнок может включаться в образовательный процесс на любом этапе работы.

Сроки реализации образовательной программы – 1 год (25 часов).

Форма и режим занятий.

Занятия групповые, проводятся в очной форме, один час в неделю.

Продолжительность каждого занятия составляет 30 минут.

Ожидаемый результат

Дети:

- знают о чувствах, эмоциях и способах их выражения, могут словами описать эмоции, чувства, настроение;
- дети осознают свои эмоциональные состояния, и других людей, могут их назвать;
- проявляют свои эмоций и чувства различными социально приемлемыми способами;
- умеют вступить в контакт, со сверстником и взрослым, используют речевые этикетные формулы, проявляют доброжелательность.

Критерии оценки эффективности работы по программе

<i>Исследуемые показатели</i>	<i>Качественная характеристика</i>	<i>Уровень развития</i>
1. Запас знаний о базовых эмоциях человека.	Ребенок знает названия базовых эмоций человека (7 эмоций), понимает свое эмоциональное состояние и причины его вызвавшие, распознает эмоции других людей.	высокий уровень
	Ребенок знает названия базовых эмоций. Требуется направляющая помощь взрослого при определении своего и чужого эмоционального состояния.	средний уровень
	Ребенок не знает названий базовых эмоций, не определяет эмоциональное состояние человека.	низкий уровень
2. Умение общаться со сверстниками и взрослыми.	Ребенок умеет вступить в контакт, использует речевые этикетные формулы (приветствие, прощание, благодарность, просьба), выбирает уместные способы общения со сверстниками, проявляет доброжелательное отношение к ним.	высокий уровень
	Ребенок частично владеет конструктивными способами поведения и общения со сверстниками.	средний уровень
	Ребенок не умеет устанавливать контакт со сверстниками, входит в число непопулярных или отвергнутых детей в группе. Регулярно возникают конфликты с детьми.	низкий уровень
3. Выражение эмоций и чувств социально-приемлемыми способами	Ребенок уместными способами выражает свои эмоции. Регулирует свое поведение. Знает и использует простейшие приемы саморегуляции.	высокий уровень
	Иногда импульсивно выражает свои эмоции. Знает простейшие приемы саморегуляции, и использует с направляющей помощью взрослого.	средний уровень
	Ребенок импульсивен, в сложных ситуациях отказывается принимать помощь взрослого.	низкий уровень

Учебно-тематическое планирование содержания программы «Школа Эмоций»

№ п/п	Тема	Количество часов		Всего часов	Формы аттестации и контроля
		Теория	Практика		
1	Вводное занятие	0,5	0,5	1	рис. «Маленькие человечки»
2	Путешествие в страну Радости	0,5	0,5	1	упр. «Я радуюсь когда»
3	Путешествие в страну Грусти				игра «Я грущу когда»
4	Путешествие в страну Удивления	0,5	0,5	1	упр. «Маски»
5	Путешествие в страну Страха.	0,5	0,5	1	упр. «Страх – это...»
6	Путешествие в страну Злости	0,5	0,5	1	упр. «Прогони злость»
7	Путешествие в страну Отвращения	0,5	0,5	1	упр. «Кислое яблоко»
8	Мы узнали много нового	0,5	0,5	1	упр. «Изобрази эмоцию»
9	Путешествие в страну Вина	0,5	0,5	1	упр. «Я чувствую вину, когда»
10	Путешествие гусеницы	0,5	0,5	1	упр. «Разные эмоции»
11	Наши эмоции - 1	0,5	0,5	1	игра «Придумай сказку»
12	Наши эмоции -2	0,5	0,5	1	игра «Я чувствую»
13	Наше хорошее настроение	0,5	0,5	1	игра «Кто как радуется»
14	Мы сегодня не грустим	0,5	0,5	1	игра «Сравни лицо»
15	Удивительное рядом	0,5	0,5	1	игра «Удивительные истории»
16	Победим страх	0,5	0,5	1	игра «Слушай и показывай»
17	Ты не виноват	0,5	0,5	1	разминка
18	Мы все такие разные	0,5	0,5	1	упр. «Вспоминалки»
19	Волшебные слова	0,5	0,5	1	рис. «На занятии мне больше всего нравится»
20	Давай поговорим 1	0,5	0,5	1	этюд «Я слушаю друга»
21	Давай поговорим 2	0,5	0,5	1	этюд «Подарок другу»
22	Поиграем вместе	0,5	0,5	1	игра «Рисуем вместе!»
23	Мы в группе детского сада	0,5	0,5	1	этюд «Разные ситуации»
24	Я в общественных местах	0,5	0,5	1	игра «Могло бы и не быть»
25	Про друзей	0,5	0,5	1	Этюд «Самый большой гриб»
ВСЕГО				25	

Содержание программы

Тема №1 Вводное занятие

Разминка

Упр. «Гномики в лесу»

Упражнение «Кто сидит справа (слева) от меня»

Рисунок «Маленькие человечки»

Тема №2 Путешествие в страну Радости

Упражнение «Страна Радости»

Упражнение «Зеркало»

Игра «Я радуюсь, когда...»

Этюд «Котенок, который хотел порадовать свою маму»

Рисунок «веселые гномы»

Тема №3 Путешествие в страну Грусти

Упражнение «Страна Грусти»

Игра «Я грушу, когда...»

Упражнение «Покажи эмоцию»

Этюд «Золушка»

Рисунок «Радость -грусть»

Тема №4 Путешествие в страну Удивление

Упражнение «Страна Удивления»

Упражнение «Маски»

Психогимнастическое упражнение «Прогулка по стране Удивления»

Этюд «Фокусник в цирке»

Рисунок «Чудеса»

Тема №5 Путешествие в страну Страха

Упражнение «Страна Страха»

Упражнение «Страх —это...»

Упражнение «Победим страх»

Упражнение «Посмеемся над страхами»

Рисунок «Страшный сказочный герой»

Тема №6 Путешествие в страну Злости

Упражнение «Страна Злости»

Упражнение «Шкала злости»

Этюд «Злой Принц»

Упражнение «Прогони злость»

Тема №7 Путешествие в страну Отвращение

Упражнение «Страна Отвращение»

Упражнение «Кто что не любит»

Упражнение «Кислое яблоко»

Этюд «Бабушка ошиблась»

Рисунок «моя эмоция»

Тема №8 Мы узнали много нового

Упражнение «Узнай эмоцию»

Упражнение «Сравниваем эмоции»

ЭТЮД «Еж и Лягушка»

Рисунок «Какая эмоция мне больше нравится»

Тема №9 Путешествие в страну Вина

Упражнение «Путешествие в страну Вина»

Этюд «Грибники»

Тема №10 Путешествие гусеницы

Упражнение «Разные эмоции»

Игра-инсценировка «Путешествие Гусеницы»

Тема №11 Наши эмоции -1

Игра «Придумай сказку»

Игра «Джинн»

Рисунок «Мне понравилось упражнение...»

Тема №12 Наши эмоции -2

Игра «Я чувствую»

Этюд «Сломанные качели»

Рисунок «Поезд эмоций»

Тема №13 Наше хорошее настроение

Разминка «Как можно по-другому назвать?»

Беседа «Что такое радость?»

Упражнение «Кто как радуется»

Игра «День рождения»

Тема №14 Мы сегодня не грустим

Разминка «Как можно по-другому назвать?»

Игра «Сравни лицо»

Игра «Грустный паучок»

Этюд «Кролик и Еж»

Упражнение «Дружба начинается с улыбки»

Тема №15 Удивительное рядом

Упражнение «Тренируем эмоции»

Игра «Удивительные истории»

Этюд «Рыбаки и рыбки»

Тема №16 Победим страх

Разминка «Как можно по-другому назвать?»

Упражнение «Слушай и показывай»

Игра-инсценировка «Пчелка в темноте»

Тема №17 Ты не виноват

Разминка

Беседа «Ты не виноват»

Тема №18 Мы все такие разные

Упражнение «Вспоминки»

Этюд «Грязнуля»

Тема №19 Волшебные слова

Игра «Собери пазл»

Игра «Угадай игрушку»

Подвижная игра «Сороконожки»

Рисунок «На занятии мне больше всего понравилось...»

Тема №20 Давай поговорим -1

Беседа «Как вести себя во время разговора»

Упражнение «Для того чтобы слушали меня, я должен...»

Этюд «Я слушаю друга»

Тема №21 Давай поговорим -2

Игра «Иностранец»

Этюд «Рыбки в пруду»

Этюд «Подарок другу»

Игра «Без слов»

Тема №22 Поиграем вместе

Игра «Собери игрушки»

Подвижная игра «Не урони мяч»

Игра «Сядь на стул»

Игра «Рисуем вместе»

Тема №23 Мы в группе детского сада

Упражнение «Мое настроение утром»

Игра «Про Обидку и Грустинку»

Подвижная игра «Мы играем вместе»

Этюд «Разные ситуации»

Упражнение «Невидимая нить»

Тема №24 Я в общественных местах
Игра-инсценировка «Могло *бы* и не быть»

Тема №25 Про друзей
Этюд «Рыжик»
Упражнение «Обезьянки»
Этюд «Самый большой гриб»
Рисунок «Мой друг»

Календарный учебный график на 2023-2024 уч. год

№	Дата	Время	Форма занятия	Кол. час.	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	19.10.	18.00	групп.	1	Вводное занятие	каб. психолога	рис. «Маленькие человечки»
2	26.10	18.00	групп.	1	Путешествие в страну Радости	каб. психолога	упр. «Я радуюсь когда»
3	02.11.	18.00	групп.	1	Путешествие в страну Грусти	каб. псих.	игра «Я грущу когда»
4	09.11.	18.00	групп.	1	Путешествие в страну Удивления	каб. психолога	упр. «Маски»
5	16.11.	18.00	групп.	1	Путешествие в страну Страха.	каб. психолога	упр. «Страх – это...»
6	23.11.	18.00	групп.	1	Путешествие в страну Злости	каб. психолога	упр. «Прогони злость»
7	30.11.	18.00	групп.	1	Путешествие в страну Отвращения	каб. психолога	упр. «Кислое яблоко»
8	07.12.	18.00	групп.	1	Мы узнали много нового	каб. психолога	упр. «Изобрази эмоцию»
9	14.12.	18.00	групп.	1	Путешествие в страну Вина	каб. психолога	упр. «Я чувствую вину, когда»
10	21.12.	18.00	групп.	1	Путешествие гусеницы	каб. псих.	упр. «Разные эмоции»
11	28.12.	18.00	групп.	1	Наши эмоции - 1	каб. психолога	игра «Придумай сказку»
12	11.01.	18.00	групп.	1	Наши эмоции -2	каб. псих.	игра «Я чувствую»
13	18.01.	18.00	групп.	1	Наше хорошее настроение	каб. психолога	игра «Кто как радуется»
14	25.01.	18.00	групп.	1	Мы сегодня не грустим	каб. психолога	игра «Сравни лицо»
15	01.02.	18.00	групп.	1	Удивительное рядом	каб. психолога	игра «Удивительные истории»
16	08.02.	18.00	групп.	1	Победим страх	каб. психолога	игра «Слушай и показывай»
17	15.02.	18.00	групп.	1	Ты не виноват	каб. псих.	разминка
18	22.02.	18.00	групп.	1	Мы все такие разные	каб. псих.	упр. «Вспоминки»
19	29.02.	18.00	групп.	1	Волшебные слова	каб. психолога	рис. «На занятии мне больше всего нравится»
20	07.03.	18.00	групп.	1	Давай поговорим 1	каб. псих.	этюд «Я слушаю друга»
21	14.03.	18.00	групп.	1	Давай поговорим 2	каб. псих.	этюд «Подарок другу»
22	21.03.	18.00	групп.	1	Поиграем вместе	каб. псих.	игра «Рисуем вместе!»
23	28.03.	18.00	групп.	1	Мы в группе детского сада	каб. психолога	этюд «Разные ситуации»
24	04.04.	18.00	групп.	1	Я в общественных местах	каб. психолога	игра «Могло бы и не быть»
25	11.04.	18.00	групп.	1	Про друзей	каб. психолога	Этюд «Самый большой гриб»
всего				25			

Методическое обеспечение:

Оборудование: музыкальный центр, мишень с шариками — липучками, фланелеграф (пиктограммы эмоций к нему и плоскостные декорации: лес, мышонок, девочка, 3 зайца, 3 белки, птица, гусеница,), воротики, стойка с перекладиной.

Игрушки: гномик, несколько любых мягких игрушек, 2 набора пазлов по 12 деталей, игрушки из «Киндер-сюрприза» (любое количество, но не меньше чем 30 шт. на каждую пару), 2 маленьких ведерка.

Инвентарь и пособия: колпачки для каждого ребенка, цветные карандаши и бумага для каждого ребенка, рисунок «пустого» лица для каждого ребенка, зеркало, маленький мячик, бумажные салфетки, подушка, газетная или любая другая бумага, непрозрачная материя, клубок шерстяных ниток яркого цвета.

Картинки для демонстрации: гномик, морская звезда, радостное солнышко, грустная тучка, удивленный малыш, испуганный зайчик, злой волк, виноватый медвежонок; дети с разными эмоциями; игрушки с разными эмоциями; картинки, на которых изображены сказочные персонажи, выражающие эмоции; фотографии лиц с разными эмоциями; сюжетные картинки с различными ситуациями общения.

Пиктограммы с изображением эмоций: «радость», «грусть», «удивление», «страх», «злость», «отвращение», «вина».

Природный материал: желуди, каштаны, листья клена, шишки.

Аудиозапись: «Звуки леса», веселая музыка, спокойная музыка, песня «Про улыбку».

Список литературы для педагога

1. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь». Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие — М.: Генезис. 2002.
2. Куражева Н. Ю., Бараева Н. В., Тузасва А. С., Козлова И. Л. «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011
3. Монакова Н.И. Развитие эмоций у ребенка. Программа «Путешествие с гномом» - Санкт-Петербург; Москва: Речь, 2021.
4. Пазухина И.А. «Познаем себя и других». Программа психолого-педагогического сопровождения социально-эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста с 5 до 7 лет. – СПб.:ООО: «Издательство «Детство-прес», 2022.