

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Когалыма «Колокольчик»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ
В СТАРШЕЙ ГРУППЕ ДЕТСКОГО САДА
«Давайте поиграем!»**

Автор - составитель программы:
педагог-психолог:
Дервягина Елена Викторовна.

г. Когалым

Пояснительная записка

В последние годы в системе дошкольного воспитания и обучения стала прослеживаться тенденция к интеллектуальному развитию ребенка. При этом развитию эмоциональной сферы часто уделяется недостаточное внимание. Как справедливо указывали Л. С. Выготский и А. В. Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем — эмоциональной сферы и интеллекта, их единство могут обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности.

Умственное развитие ребенка тесным образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний. Маленькие дети часто находятся в «плёну эмоций», поскольку еще не могут управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми.

Всем известно, что дети эгоцентричны, поэтому так важно научить ребенка смотреть на ситуацию с позиции своего собеседника. Обучая ребенка «взгляду со стороны», мы тем самым помогаем ему по-другому взглянуть на себя, по-иному оценить собственные мысли, чувства и поведение. Так ребенок получает возможность более полно и адекватно выразить себя через общение.

Однако ни для кого не секрет, что лучший друг для современного ребенка — это телевизор или компьютер, а любимое занятие — просмотр мультфильмов или компьютерные игры. Дети стали меньше общаться не только со взрослыми, но и друг с другом. А ведь живое человеческое общение существенно обогащает жизнь детей, раскрашивает яркими красками сферу их ощущений. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения. Поэтому так актуальна и важна работа, направленная на развитие эмоциональной сферы.

Для решения этой задачи и создана **система работы** по развитию эмоциональной сферы «*Давай познакомимся!*».

Основная цель — повысить осознание ребенком своих эмоциональных проявлений и взаимоотношений и тем самым обеспечить всестороннее гармоничное развитие его личности, эмоциональный комфорт.

В соответствии с этой целью формируются следующие задачи:

1. способствовать самопознанию ребенка, помогать ему осознавать свои характерные особенности и предпочтения;
2. развивать навыки социального поведения, чувство принадлежности к группе;
3. помогать ребенку прожить определенное эмоциональное состояние;
4. объяснить, что оно означает, и дать ему словесное обозначение;
5. учить ребенка выражать свою любовь к близким, воспитывать
6. интерес к истории его семьи;

- 7.воспитывать заботливое отношение к животным, учить понимать их настроение;
- 8.вырабатывать у ребенка положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения; корректировать его нежелательные черты характера и поведения;
- 9.развивать творческие способности и воображение в процессе игрового общения.

Общие правила проведения занятий

Система работы по эмоциональному развитию состоит из 22 занятий и рассчитана на один год.

Занятия проводятся один раз в неделю, их продолжительность составляет до 30 минут (в зависимости от возможностей детей).

Занятия проводятся в кабинете психолога или в помещении группы детского сада, в котором участники могут свободно располагаться и передвигаться.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме. Для этого в основном используются:

- 1.развивающие игры (игры-драматизации, сюжетно-ролевые, игры на развитие навыков общения);
- 2.упражнения (подражательно-исполнительского и творческого характера, на мышечную релаксацию);
3. этюды;
- 4.рассматривание рисунков и фотографий;
5. чтение художественных произведений;
6. рассказ психолога и рассказы детей;
7. сочинение историй;
8. беседы;
9. моделирование и анализ заданных ситуаций;
10. слушание музыки;
11. рисование;
12. мини-конкурсы, игры-соревнования.

Во время занятий дети сидят в кругу — на стульчиках или на ковре. Форма круга создает ощущение целостности, облегчает взаимопонимание и взаимодействие детей. В начале и в конце занятий может использоваться какая-либо ритуальная игра, упражнения для настроения детей. Почти каждое занятие завершается созданием детьми какого-либо рисунка в индивидуальных альбомах. Детский рисунок — итог работы на занятии, который объединяет в себе все эмоции, впечатления, знания и умения, полученные в ходе занятия.

Краткая характеристика разделов

Система работы по эмоциональному развитию состоит из 5 разделов. При работе по этим разделам происходит постепенное психологическое развитие ребенка. Пространство вокруг ребенка начинает расширяться: в него включаются другие люди (ровесники и взрослые). Окружающий мир окрашивается цветами радуги: ребенок учится определять настроения, владеть своими чувствами. Затем в мир ребенка входят животные. Они по праву занимают одно из важных мест в его жизни и постепенно подводят к самому сложному — пониманию своего места в семье и своих взаимоотношений с близкими.

Раздел 1. «Я и Я» (темы: «Тайна моего имени», «Автопортрет», «Мой внутренний мир», «Мой любимый сказочный герой»). В этом разделе собраны игры и упражнения, направленные на развитие навыков самообладания и самоанализа, внимания к самому себе, к своим переживаниям и желаниям; способности различать свои индивидуальные особенности (внешность, лицо, пол), свои мышечные и эмоциональные ощущения.

Раздел 2. «Я и другие» (темы: «Мы так похожи», «Мы такие разные», «Язык жестов и движений», «Давайте жить дружно», «Мальчики и девочки»). В этом разделе представлены игры и упражнения, направленные на развитие у детей навыков совместной деятельности, чувства общности, понимания индивидуальных особенностей других людей; на формирование внимательного отношения к людям и друг к другу; развитие языка жестов, мимики и пантомимики, на понимание того, что кроме речевых существуют и другие средства общения.

Раздел 3. «Я и мои эмоции» (темы: «Радость», «Удивление», «Страх», «Гнев», «Горе», «Интерес», «Наши настроения»). Здесь содержатся игры и упражнения, направленные на знакомство с эмоциями человека, опознавание своих эмоций, а также на распознавание эмоциональных реакций окружающих и развитие умения адекватно выражать свои эмоции.

Раздел 4. «Я и животные» (темы: «Мой ласковый и нежный зверь», «Общение с животным»). Здесь собраны игры и упражнения, направленные на развитие умения видеть отличия человека от животного, особенности общения разных животных между собой; умения изображать животных, используя различные выразительные средства; умения переносить все хорошее из мира животных в общение с людьми; на снятие страха перед животными.

Раздел 5. «Я и моя семья» (темы: «С кем я живу», «Правила домашнего этикета»). В этом разделе собраны игры и упражнения, направленные на осознание

ребенком своего места в семье и понимание внутрисемейных отношений; на осознание себя как полно-равного, принимаемого и любимого домочадцами члена семьи; на развитие интереса к истории своей семьи.

В конце годового курса проводятся итоговые занятия темы: «Путешествие в сказку», «Я знаю, я умею, я могу»). Для итоговых занятий подобраны игры и упражнения, направленные на повторение знаний и закрепление умений и навыков, полученных детьми в течение года, принятие ребенком самого себя и оптимизацию самооценки ребенка.

Тематическое планирование

Раздел	Темы занятий	Время проведения
1. ЯиЯ	«Тайна моего имени» «Автопортрет» «Мой внутренний мир» «Мой любимый сказочный герой»	1-я неделя ноября 2-я неделя ноября 3-я неделя ноября 4-я неделя ноября
2. Я и другие	«Мы так похожи» «Мы такие разные» «Язык жестов и движений» «Давайте жить дружно» «Мальчики и девочки»	1-я неделя декабря 2-я неделя декабря 3-я неделя декабря 4-я неделя декабря 2-я неделя января
3. Я и мои эмоции	«Радость» «Удивление» «Страх» «Гнев» «Горе» «Интерес» «Наши эмоции» (итоговое занятие по разделу)	3-я неделя января 4-я неделя января 1-я неделя февраля 2-я неделя февраля 3-я неделя февраля 4-я неделя февраля 1-я неделя марта

4. Я и животные	«Мой ласковый и нежный зверь» «Общение с животным»	2-я неделя марта 3-я неделя марта
5. Я и моя семья	«С кем я живу» «Правила домашнего этикета»	4-я неделя марта 1-я неделя апреля
Итоговые годовые занятия	«Путешествие в сказку» «Я знаю, я умею, я могу!»	2-я неделя апреля 3-я неделя апреля
<i>ИТОГО</i>		<i>22 занятия</i>

Раздел 1. «Я и Я»

Задачи.

1. Способствовать самопознанию ребенка (обучение детей самонаблюдению, пониманию и принятию своих чувств).
2. Учить детей описывать свои желания и чувства.
3. Учить детей осознавать свои физические и эмоциональные ощущения.
4. Помогать ребенку поверить в свои силы.
5. Гармонизировать потребность ребенка в социальном признании.

Содержание занятий

Занятие № 1. Тема «Тайна моего имени»
<ol style="list-style-type: none"> 1. Чтение стихотворений М. Владимова «Был в старину такой обычай» Е. Долматовского «Октябрины» 2. Игра «Эхо» 3. Игра «Маленькое имя» 4. Беседа «Имена своих друзей» 5. Игра «Объясни имя» 6. Игра «Ласковое имя»

7. Конкуре «Кто знает больше имен» 8. Оформление личной визитной карточки
Занятие № 2. Тема «Автопортрет»
1. Чтение стихотворения Р. Сефа «Еще одно эхо» 2. Игра «Радио» 3. Игра «Ветер дует на...» 4. Рассказ про девочку Катю (по произведению Е. Пермяка «Про нос и язык») 5. Рисунок «Мой портрет»
Занятие № 3. Тема «Мой внутренний мир»
1. Упражнение «Слушаем себя» 2. Игра «Свет мой, зеркальце, скажи!» 3. Игра-разминка «Ветер дует на...» 4. Игра «Знакомство-представление» 5. Рисунок «Мне это нравится»
Занятие № 4. Тема «Мой любимый сказочный герой»
1. Чтение русских народных сказок 2. Игра «Хоровод сказочных героев» 3. Загадки про сказочных героев 4. Игра «Любимый сказочный герой» 5. Придумывание сказки со всеми любимыми сказочными героями детей 6. Рисунок «Мой любимый сказочный герой»

Раздел 2. «Я и другие»

Задачи.

1. Расширить представления детей о различных способах коммуникации с окружающими.
2. Дать детям дополнительные сведения о важности и значимости органов чувств, памяти, внимания, эмоций, жестов и движений в процессе общения.
3. Сформировать позитивное отношение к сверстникам.
4. Учить детей понимать собеседника по выражению лица, положению тела, жестам, проявлениям эмоций, а также выражать свои эмоциональные реакции, мысли и чувства.
5. Учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведения.

Содержание занятий

Занятие № 5. Тема «Мы так похожи»

1. Игра «Ассоциация»
2. Игра «Подарок»
3. Игра «Мыльные пузыри»
4. Игра «Конкурс хвастунов»
5. Игра «Комната смеха»
6. Игра «Доброе животное»

Занятие № 6. Тема «Мы такие разные»

1. Игра «Башенка из игрушек»
2. Игра «Мы — разные»
3. Игра «Заяц-хвоста»
4. Игра «Спиной друг к другу»
5. Игра «Испорченный телефон»
6. Игра «Знакомство-представление»
7. Игра «Встань на его место»

Занятие № 7. Тема «Язык жестов и движений»

1. Беседа «Как можно общаться без слов»
2. Чтение стихотворения П. Воронько «Лучше нет родного края»
3. Игра «Через стекло»
4. Упражнение «Артисты пантомимы»
5. Упражнение «Расскажи стихи руками»
6. Игра «Кто я?»
7. Игра «Заколдованный ребенок»
8. Игра «Говорящая рука»

Занятие № 8. Тема «Давайте жить дружно»

1. Чтение стихотворения
3. Александровой «Шарик»
2. Игра «Путанка»
3. Игра «Поварята»
4. Игра «Психологическая лепка»

5. Упражнение «Договорись взглядом»
6. Игра «Волны»
7. Игра «Не намочи ноги»
8. Игра «Доброе животное»

Занятие № 9. Тема «Мальчики и девочки»

1. Чтение стихотворения
А. Кузнецовой «Подружки»
2. Беседа «С кем бы я хотел дружить»
3. Игра «Петушки»
4. Упражнение «Приглашение на танец»
5. Игра «Лужа»
6. Игра «Найди свою пару»
7. Рисунок «Мальчик и девочка»

Раздел 3. «Я и мои эмоции»

Задачи.

- 1.Продолжать знакомство детей с эмоциями радости, удивления, страха, гнева, горя.
- 2.Расширять представления детей об этих эмоциях, предлагая сравнивать их.
- 3.Учить понимать свои чувства и чувства других людей; рассказывать об этом.
- 4.Учить контролировать свои эмоции.

Содержание занятий

Занятие № 10. Тема «Радость»

1. Чтение стихотворения Ю.Тувима «Про пана Трулялинского»
2. Беседа «Радость — это...»
3. Игра «Море волнуется»
4. Игра-ассоциация «На что похожа радость»
5. Этюды: «Ласка», «Первый снег»
6. Игра «Что может поднять тебе настроение»
- 7.Рисунок «Я радуюсь»

Занятие № 11. Тема «Удивление»

1. Чтение отрывка из произведения А. Пушкина «Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях»
2. Беседа «Удивление — это...»
3. Игра «Море волнуется»
4. Игра-ассоциация «Удивление»
5. Этюд «Живая шляпа»
6. Рисунок «Удивленный человечек»

Занятие № 12. Тема «Страх»

1. Чтение стихотворения И. Демьянова «Трусов Федя»
2. Беседа «Страх — это...»
3. Игра «Расскажи свой страх»
4. Игра «Гуси-лебеди»
5. Игра-ассоциация «Страх»
6. Этюд «Момент отчаяния»
7. Чтение стихотворения К. Чуковского «Закаляка»
8. Рисунок «Мой страх»
9. Чтение рассказа С. Афонькина «Как побороть страх?»
10. Игра «Жмурки»

Занятие № 13. Тема «Гнев»

1. Чтение отрывка из произведения К. Чуковского «Мойдодыр»
2. Игра «Ругаемся овощами»
3. Игра «Море волнуется»
4. Игра-ассоциация «Злость»
5. Игра «Тигр на охоте»
6. Этюд «Гневная гиена»
7. Рисунок «Злой человечек»
8. Упражнение «Уходи, злость, уходи!»

Занятие № 14. Тема «Горе»

1. Чтение сказки «Волк и семеро козлят»
2. Когда я грустил (рассказы детей)

3. Игра «Море волнуется»
4. Игра-ассоциация «Горе»
5. Этюд «Северный полюс»
6. Рисунок «Грустный человечек»
7. Упражнение «Дружба начинается с улыбки»

Занятие № 15. Тема «Интерес»

1. Чтение стихотворения Е. Тараховской «Скворушка»
2. Что меня интересует (рассказы детей)
3. Игра «Море волнуется»
4. Игра-ассоциация «Интерес»
5. Этюд «Что там происходит?»
6. Рисунок «Интересное занятие»

Занятие № 16. Тема «Наши эмоции» (итоговое занятие)

1. Рассказываем сказки
2. Игра «Кривые зеркала»
3. Игра «Повтори фразу»
4. Упражнение «Слушаем музыку»
5. Игра «Профессии»
6. Игра «Азбука настроения»
7. Рисунок «Разные человечки»

Раздел 4. «Я и животные»

Задачи

1. Закреплять знания детей о внешнем виде, повадках животных.
2. Продолжать воспитывать заботливое отношение к животным, сострадание к бездомному животному.
3. Продолжать учить подражать характерным движениям, позе, эмоциональным реакциям животных и видеть их аналоги в человеческом поведении.

Содержание занятий

Занятие № 17. Тема «Мой ласковый и нежный зверь»

1. Слушание аудиокассеты «Голоса животных»
2. Игра «Придумаем клички животным с картинки»
3. Игра «Большой — маленький»
4. Игра «Я и животное»
5. Игра «Изобрази животное»
6. Игра «Сказочная зверюшка»

Занятие № 18. Тема «Общение с животным»

Общение с Волком

1. Загадка про волка и трех поросят
2. Рассказывание сказки «Три поросенка» (пересказ С. Михалкова)
3. Беседа «Злой волк»
4. Упражнение «Разминка»
5. Конкурс на самого страшного волкаб. Игра «Сидит заяц на припеке»
7. Беседа «Добрый волк»
8. Рисунок «Добрый и веселый волк»
9. Упражнение «Доброе слово волку»
10. Игра «Иван царевич и серый волк»

Раздел 5. «Я и моя семья»

Задачи.

1. Учить видеть достоинства и недостатки собственного поведения и поведения окружающих взрослых.
2. Формировать у детей «кодекс чести», умение поступать по справедливости, подчинять свои желания общим интересам.
3. Дать представление о важности и значимости различных профессий (на примере родителей).
4. Продолжать учить детей проявлять уважение, доверие, взаимопонимание и взаимопомощь, заботливое отношение к членам семьи.

Содержание занятий

Занятие № 19. Тема «С кем я живу»

1. Чтение стихотворения О. Бедарева «Кто чей?»
2. Беседа «Что такое семья?»
3. Упражнение «Кто кому кто?»
4. Чтение стихотворения К. Тангрыкулиева «Прожила на свете мама...»
5. Беседа «Чем порадуем родителей?»
6. Игра «Мы очень любим»
7. Рисунок «Особый день моей семьи»

Занятие № 20. Тема «Правила домашнего этикета»

1. Чтение рассказа Я. Тайца «Карандаш»
2. Беседа с детьми о необходимости уступать друг другу
3. Чтение стихотворения С. Михалкова «Бараны»
4. Разыгрывание сценки
5. Игра «Не поделили игрушку»
6. Рисунок «Общая игрушка»

Содержание итоговых годовых занятий

Занятие № 21. Тема «Путешествие в сказку»

В гостях у маленькой Бабы-Яги

1. Введение в сказку
2. Игра «Клеевой дождик»
3. Игра «По кочкам»
4. Игра «Ромашка с настроением»
5. Игра «Гармоничный танец»
6. Игра «Комплименты»
7. Рисунок «Рисуем сказку»

Занятие № 22. Тема «Я знаю, я умею, я могу»

1. Чтение русской народной сказки «Заяц-хвостун» (обработка О. Капицы)
2. Игра «Заяц-хвоста»
3. Игра «Я и другие»
4. Игра «Колдун»
5. Игра «Я знаю»
6. Рисунок «Наш дом»

Ожидаемые результаты

Пройдя подготовку по системе работы «Давайте поиграем!», дети будут знать и уметь следующее.

Знать:

1. как можно объяснить имена некоторых сказочных персонажей;
2. различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведении;
3. о существовании индивидуальных особенностей своих сверстников;
4. важность различных профессий (на примере родителей);
5. какие достоинства собственного поведения помогают при общении с окружающими и какие недостатки этому общению мешают.

Уметь:

1. осознавать свое тело и его специфические особенности;
2. понимать и описывать свои желания и чувства;
3. осознавать свои физические и эмоциональные ощущения;
4. различать определенные эмоциональные состояния взрослых и детей по особенностям жестов, мимики, движений;
5. воспроизводить выразительные позы и движения;
6. сравнивать эмоции;
7. контролировать свои эмоциональные реакции;
8. подражать характерным движениям, позе, эмоциональным реакциям животных и видеть их аналогии в человеческом поведении;
9. оценивать поступки и видеть достоинства и недостатки собственного поведения и поведения окружающих взрослых в быту;
10. уступать друг другу в конфликтных ситуациях;
11. останавливать другого ребенка, если он делает что-то плохое;
12. вести доброжелательный диалог, используя различные средства выразительности;
13. выражать благодарность за проявление к ним внимания и доброты.