

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД №11 «ЛЕСНАЯ СКАЗКА»**

СОГЛАСОВАНО

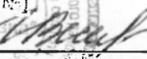
Педагогическим совещанием
МДОУ «Детский сад №11
«Лесная сказка»


Н.Г.Лошадкина
от 31.08.23 протокол № 01

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая
МДОУ «Детский сад №11
«Лесная сказка»




И.В.Веселова
Приказ № 144-04 от 01.09.2023

**Дополнительная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Удивляюсь, злюсь, радуюсь»**

Возраст детей: 6-7 лет
Срок реализации 1 год

Автор-составитель:
Тулинова Екатерина Сергеевна
педагог-психолог

г. Балабаново, 2023г.

Содержание

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ».....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи.....	4
1.3. Содержание программы.....	5
1.4. Планируемые результаты.....	8
РАЗДЕЛ 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ».....	9
2.1. Календарный учебный график.....	9
2.2. Условия реализации программы	11
2.3. Формы аттестации/контроля.....	12
2.4. Оценочные материалы результативности освоения программы.....	12
2.5. Методическое обеспечение.....	12
2.6. Список литературы.....	14
Приложение 1.....	15

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Данная программа является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей социально-гуманитарной направленности, очной формы обучения, сроком реализации 1 год, для детей 6-7 лет, стартового уровня освоения.

Программа позволяет дать основные представления о мире человеческих эмоций. Способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей формируется у детей лишь по мере личностного развития. Представленные упражнения и игры в этой программе помогают решить эту задачу.

Проект программы составлен в соответствии с государственными требованиями к образовательным программам системы дополнительного образования детей на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Минпросвещения от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы))».

4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей».

5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

6. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

8. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеей 20 ноября 1989 года. — ООН 1990.

9. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

10. Устав МДОУ «Детский сад № 11 «Лесная сказка». Локальные нормативные акты МДОУ «Детский сад № 11 «Лесная сказка».

Актуальность и педагогическая целесообразность данной программы заключается в том, что развитие ребенка теснейшим образом взаимосвязано с особенностями мира его чувств и переживаний. Не каждый взрослый человек способен

разобраться во всей гамме своих переживаний, а для ребенка эта задача является ещё более трудной. Дети не всегда правильно понимают даже простые эмоции, тем более трудно им осознавать те разнообразные переживания, которые возникают по мере расширения их связей с окружающим миром. Поэтому, данная программа направлена на формирование способности осознавать и контролировать свои переживания, умение понимать эмоциональное состояние других людей, способствует развитию произвольности поведения.

Новизна данной программы заключается в том, что накапливая определенные моменты проживания и фиксации на каком либо чувстве, ребенок сможет создать свой собственный «эмоциональный фонд», с помощью которого он сможет ориентироваться в собственных чувствах и в чувствах людей, которые его окружают.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что в ходе работы детей опосредованно знакомятся с навыками релаксации и саморегуляции, что создает условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием. Обсуждение и «проживание» ситуации, вызывающих разнообразные чувства, повышают эмоциональную устойчивость ребенка, что помогает ему легче переносить аналогичные, но более мощные воздействия. Поскольку эмоции заразительны, коллективное сопереживание усиливает их и позволяет получить более яркий опыт проживания эмоциональных ситуаций.

Программа является модифицированной. Она разработана на основе книги Крюковой С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь» и педагогического опыта педагога-психолога Тулиновой Е.С.

Адресат программы: данная программа рассчитана на детей дошкольного возраста 6-7 лет. Количество детей в группе 10-15 человек. В объединение принимаются все дети, без конкурсного отбора, на основании заявления родителей.

Уровень освоения программы – стартовый.

Объём программы – 36 часов.

Срок освоения программы – 1 год.

Форма и режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу (1 час = 1 занятие = 30 минут). Занятия проводятся во вторую половину дня в рамках совместной деятельности со взрослым в форме кружковой работы. Дни занятий выбираются в зависимости от образовательной нагрузки и в соответствии с расписанием образовательной деятельности.

Формы проведения занятий: теоретические и практические занятия.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: создание педагогических условий для развития эмоциональной сферы детей.

Задачи:

обучающие:

- знакомить детей с эмоциями и внешними их проявлениями;
- формировать интерес и способность, у детей, находить положительное решение в конфликтных ситуациях;
- расширить знания о способах выражения своего эмоционального состояния через выразительные движения, мимику, жесты, изменения в голосе;

развивающие:

- развивать умение адекватно выражать своё эмоциональное состояние;
- развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека;
- формировать навык управления своим эмоциональным состоянием при помощи релаксации и саморегуляции;

воспитательные:

- воспитывать дружеские отношения между детьми в процессе общения;
- воспитывать чувство доброжелательности, участия, умения сопереживать и сочувствовать другим людям;
- воспитывать умение радоваться окружающему миру, эмоционально выражать чувство радости от общения с окружающими, формировать представления о добре и зле.

1.3. Содержание программы**Учебно-тематический план**

№	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Давайте жить дружно!» (занятия на адаптацию и сплочение детей)	7	3	4	Наблюдение, опрос
2	«Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь, и радуюсь» (занятия на эмоциональное развитие детей)	25	10	15	Наблюдение, опрос
3	Творческие занятия	4	1	3	Выставка

Итого: 36 ч.	36	14	22	
---------------------	-----------	-----------	-----------	--

Содержание

Раздел 1. «Давайте жить дружно!» (занятия на адаптацию и сплочение детей)

Теория (3 ч.)

Первое занятие начинается с введения ритуалов приветствия и прощания. Познакомить и рассказать, как будут проходить занятия: в определенный день и всегда начинаться с включенной спокойной музыки. Пока звучит мелодия, дети аккуратно берут свои стульчики и садятся в форме круга, чтобы все могли видеть друг друга. Расстояние между детьми должно быть такое, чтобы, сидя на своих местах, они могли взяться за руки. Начинается с вступительного слова, сказки или упражнения, беседы, чтобы настроить детей на позитивный лад и погрузить в волшебную атмосферу.

Практика (4 ч.)

Во время занятий дети сидят в кругу — на стульчиках или на полу. Круг — это, прежде всего, возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, придает гармонию отношениям детей, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Поскольку дети любят играть в одни и те же игры, читать одни и те же сказки по много раз, занятия с повторами становятся близкими и понятными для них. Полученная таким образом информация лучше запоминается.

Занятия первого раздела являются вводными, их основу составляют подвижные, динамичные действия, игры и упражнения, дающие возможность детям привыкнуть к новой для них групповой форме работы.

Раздел 2. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь, и радуюсь» (занятия на эмоциональное развитие детей)

Теория (10 ч.) Практика (15ч.)

Эта часть программы подразумевает систему мини-тренингов и направлена на эмоциональное развитие детей, знакомство с миром эмоций в игровой форме, при помощи ярких красочных дидактических материалов.

Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

Часть 1. Вводная

Цель вводной части занятия — настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедуры работы — приветствия, игры с именами.

Часть 2. Рабочая

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка. Основные процедуры:

- элементы сказкотерапии с импровизацией;
- элементы психодрамы;
- игры на развитие навыков общения;
- игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;
- рисование, творческое задание.

Часть 3. Завершающая

Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка.

Каждое занятие обязательно включает в себя процедуры, способствующие саморегуляции детей, а именно:

- упражнения на мышечную релаксацию (снижают уровень возбуждения, снимают напряжение);
- дыхательную гимнастику (действует успокаивающе на нервную систему);
- мимическую гимнастику (направлена на снятие общего напряжения, играет большую роль в формировании выразительной речи детей);
- двигательные упражнения, включающие попеременное или одновременное выполнение движений разными руками под любую текстурку (способствуют межполушарному взаимодействию);
- чтение детских потешек с чередованием движений, темпа и громкости речи (способствует развитию произвольности).

Приветствие и прощание детей носят ритуальный характер, как правило, они индивидуальны в каждой группе.

Раздел 3. Творческие занятия

Теория (1ч.) Практика (3ч.)

После проведения блока занятий, где дети узнавали разные эмоции, проводится несколько творческих занятий, где используются краски, карандаши, шаблоны для выполнения и т.д. Их цель — закрепить полученные знания, развитие умений передавать эмоции художественными средствами.

1.4. Планируемые результаты

Дети научатся:

- распознавать следующие эмоциональные состояния: радость, восторг, гнев, грусть, удивление, испуг, растерянность, спокойствие;
- рассказывать о своём настроении;
- понимать свое эмоциональное состояние и, распознавать чувства других людей;
- проявлять эмоции используя мимику, жесты, интонацию голоса;
- управлять своим эмоциональным состоянием используя методы саморегуляции.

РАЗДЕЛ 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1 Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	7	15:30	Тестирование (Игра-беседа)	1	Мониторинг	Группа	Тестирование, опрос
2	Сентябрь	14	15:30	Вводное занятие	1	«Знакомство»	Группа	Индивидуальные беседы
3	Сентябрь	21	15:30	Мини-тренинг	1	«Ты и я»	Группа	Беседа
4	Сентябрь	28	15:30	Мини-тренинг	1	«Давайте жить дружно!»	Группа	Пост в соц. сети
5	Октябрь	5	15:30	Мини-тренинг	1	«Говорим руками и телом»	Группа	Фронтальный опрос
6	Октябрь	12	15:30	Мини-тренинг	1	«Моё настроение»	Группа	Фронтальный опрос
7	Октябрь	19	15:30	Мини-тренинг	1	«Секрет волшебных слов»	Группа	Фронтальный опрос
8	Октябрь	26	15:30	Мини-тренинг	1	«Мы поссорились и помирились»	Группа	Фронтальный опрос
9	Ноябрь	2	15:30	Мини-тренинг	1	«Робость»	Группа	Фронтальный опрос
10	Ноябрь	9	15:30	Мини-тренинг	1	«Радость -1»	Группа	Фронтальный опрос
11	Ноябрь	16	15:30	Мини-тренинг	1	«Радость -2»	Группа	Пост в соц. сети

12	Ноябрь	23	15:30	Мини-тренинг	1	«Радость -3»	Группа	Фронтальный опрос
13	Ноябрь	30	15:30	Мини-тренинг	1	«Радость -4»	Группа	Фронтальный опрос
14	Декабрь	7	15:30	Мини-тренинг	1	«Грусть-1»	Группа	Фронтальный опрос
15	Декабрь	14	15:30	Мини-тренинг	1	«Грусть-2»	Группа	Фронтальный опрос
16	Декабрь	21	15:30	Мини-тренинг	1	«Грусть-3»	Группа	Пост в соц. сети
17	Январь	11	15:30	Мини-тренинг	1	«Словарик эмоций»	Группа	Фронтальный опрос
18	Январь	18	15:30	Игра- квест	1	Мониторинг промежуточных	Группа	Открытое занятие
19	Январь	25	15:30	Мини-тренинг	1	«Гнев»	Группа	Фронтальный опрос
20	Февраль	1	15:30	Мини-тренинг	1	«Спокойствие»	Группа	Пост в соц. сети
21	Февраль	8	15:30	Мини-тренинг	1	«Страна Вообразия»	Группа	Фронтальный опрос
22	Февраль	15	15:30	Творческая мастерская	1	«Бумажные человечки»	Группа	Выставка работ
23	Февраль	22	15:30	Игра-сказка	1	«Где живут эмоции»	Группа	Постановка
24	Февраль	29	15:30	Мини-тренинг	1	«Страх-1»	Группа	Фронтальный опрос
25	Март	6	15:30	Мини-тренинг	1	«Страх-2»	Группа	Фронтальный опрос
26	Март	14	15:30	Мини-тренинг	1	«Страх-3»	Группа	Фронтальный опрос

27	Март	21	15:30	Игра-путешествие	1	«Путешествие в страну эмоций»	Группа	Беседа
28	Март	28	15:30	Мини-тренинг	1	«Удивление»	Группа	Пост в соц. сети
29	Апрель	4	15:30	Мини-тренинг	1	«Самодовольство»	Группа	Фронтальный опрос
30	Апрель	11	15:30	Практическое занятие	1	«Закрепление знаний о чувствах»	Группа	Выставка работ
31	Апрель	18	15:30	Мини-тренинг	1	«Злость»	Группа	Пост в соц. сети
32	Апрель	25	15:30	Мини-тренинг	1	«Стыд, вина»	Группа	Фронтальный опрос
33	Май	3	15:30	Мини-тренинг	1	«Отвращение, брезгливость»	Группа	Фронтальный опрос
34	Май	7	15:30	Творческая мастерская	1	«Взломаченные человечки»	Группа	Выставка работ
35	Май	16	15:30	Творческая мастерская	1	«Русские горки»	Группа	Выставка работ
36	Май	23	15:30	Тестирование (Игра-беседа)	1	Итоговый мониторинг	Группа	Тестирование, опрос

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение занятий

В группе созданы условия для реализации программы. Для проведения используется групповое помещение, оборудованное мебелью, соответствующей росту и возрасту детей.

Дидактический материал:

- картинки с изображением различных эмоциональных состояний;
- карточки с изображением эмоций;
- разрезные картинки;
- дидактические игры «Подбери эмоцию»;
- тематические иллюстрации;
- бланки с различными эмоциями для выполнения заданий.

Оборудование:

- аудиозаписи спокойной музыки, звуков природы;
- куклы-эмоции ба-би-бо;
- цветные карандаши, краски, вырезки из газет и журналов.

2.3 Формы аттестации/контроля

В ходе реализации программы, воспитанники овладевают определенными умениями и навыками. Оценка эффективности реализации программы проходит в три этапа: входная, промежуточная и итоговая аттестации.

Входная аттестация проводится в сентябре, промежуточная аттестация в январе, итоговая аттестация в мае.

Формы аттестации

Текущая аттестация оценивает качество усвоения знаний за первое полугодие, освоение программы.

Методы проверки:

- фронтальный опрос;
- индивидуальные беседы;
- тестирование.

Итоговая аттестация осуществляется в форме опроса, наблюдения и тестирования. Результаты входной, промежуточной и итоговой аттестаций, анализ с выводами и предложениями заносятся в итоговый протокол.

Формы представления результатов:

- Тематические выставки – творческих работ детей (закрепление пройденного материала).
- Беседа, фронтальные опросы.
- Творческий отчет педагога-психолога – руководителя кружка.
- Публикации постов в социальных сетях не реже 1 раза в месяц.

2.4 Оценочные материалы результативности освоения программы

см. Приложение 1

2.5 Методическое обеспечение

Ведущей, наиболее привлекательной деятельностью в дошкольном возрасте является игра, поэтому программа строится на основе игровых упражнений,

направленных, в первую очередь, на обеспечение психологически комфортного пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

Все занятия имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием и разработана с учётом возрастных особенностей детей дошкольного возраста.

В процессе реализации программы используются различные **методы обучения:**

- словесный (устное изложение, сказка, рассказ, беседа, загадка и т.д.);
- наглядный (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- игровые и практические упражнения.

2.6 Список литературы

Литература для педагога:

Основная

1. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удвляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие — М.: Генезис.2002
2. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В. «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей 5-6 лет. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011
3. Пазухина И.А. Давай поиграем! Давай познакомимся! Система тренингов по развитию эмоциональной сферы дошкольников 3-6 лет. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021

Дополнительная

1. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. - М.: ТЦ
2. Чистякова Г.И. Психогимнастика. — М., 1990.

Литература для родителей:

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребёнком. Как? – М.: АСТ, 2007
2. Шиманская В. Где живут эмоции? Издательство МИФ Детство, 2022

**Эмоциональная идентификация диагностическая методика для детей
дошкольного возраста.**

Диагностическая серия № 1 (для детей 6—7 лет)

Направленность методики:

- **общая** — выявление особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей дошкольного возраста, индивидуальных особенностей эмоционального развития;
- **диагностическая серия № 1 (Входная диагностика)**
выявление сформированности двух компонентов процесса опознания эмоций — восприятия и понимания эмоциональных состояний;
- **диагностическая серия № 2 (Итоговая диагностика)**
 - определение уровня произвольного выражения эмоций различной модальности (радость, гнев, печаль, страх, отвращение, презрение, зависть);
 - выявление объема эмоционального опыта и эмоциональных представлений;
 - выявление фактора эмоциональной напряженности.

Показатели методики:

1. восприятие экспрессивных признаков (мимических);
2. понимание эмоционального содержания;
3. идентификация эмоций;
4. вербализация эмоций;
5. воспроизведение эмоций (выразительность и произвольность);
6. актуализация эмоционального опыта и эмоциональных представлений;
7. индивидуальные эмоциональные особенности (фактор эмоциональной напряженности, форма эмоционального реагирования, эмоциональный стиль).

Дифференциация результатов по показателям 3, 5 осуществляется по трем уровням: низкому, среднему, высокому.

Дифференциация результатов по показателям 6, 7 осуществляется по качественным характеристикам.

Дифференциация результатов по показателям 1, 2 осуществляется по типологическому соответствию.

Этап 1 (Входная диагностика)

Стимульный материал: лист белой бумаги, цветные карандаши, 6 карт с изображениями лиц гномов.



Инструкция 1: Хочешь, я расскажу тебе сказку о гномиках? Жили- были неразлучные друзья гномы: весельчак ЭХ, злюка УХ, плакса ОХ, бояка ОЙ, привереда ФУ, завидка (ябеда) АГА. Гномы всегда играли вместе, хотя иногда ссорились.

В процессе инструкции осуществляется показ мимикой, при необходимости проанализировать соответствие имени каждого гнома определенному эмоциональному состоянию. Далее показать поочередно 6 карт с лицами гномов.

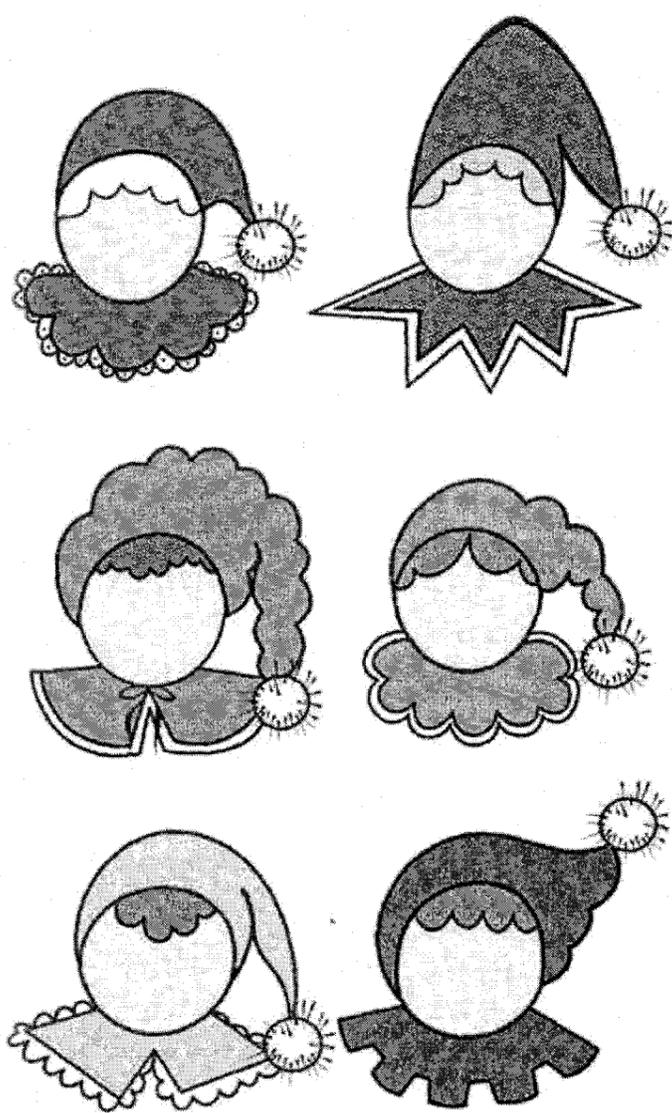
Инструкция 2: Посмотри, здесь нарисованы все гномики. Попробуй отгадай, кто из них весельчак, злюка, плакса, бояка, завидка (ябеда), привереда. Как ты догадался?

При затруднениях у ребенка обращать внимание на брови, рот, глаза изображения. Использовать показ мимикой. В процессе выполнения задания фиксировать выбор, номер попытки с правильным выбором, вид помощи.

Инструкция 3: *А какой гномик тебе нравится больше? Почему? Расскажи о нем. А какой гномик тебе нравится меньше всех? Почему? Расскажи о нем.*

Этап 2(Итоговая диагностика)

Стимульный материал: карта с цветным изображением 6 гномов (лица не прорисованы), цветные карандаши.



Инструкция: Однажды гномики попросили художника нарисовать их всех вместе на одном портрете. А художник забыл (не успел) нарисовать им лица. Может быть, ты закончишь портреты, ты же знаешь, как гномики выглядят? С кого начнешь? Выбирай! У каждого гнома свой любимый цвет, поэтому все колпачки должны быть разноцветные. Как ты думаешь, какой колпачок подходит каждому гному?

При затруднениях использовать показ мимикой, показ карточек с лицами гномов. В процессе выполнения задания фиксировать очередность выбора при прорисовке лиц, цвет колпачка, вербальное сопровождение, вид помощи.

ПРОТОКОЛ

Этап 1 (Входная диагностика)

Ф.И.О. _____

Дата рождения _____ Возраст _____

Дата обследования _____ Время _____

Номер пиктограмм	Попытки			Помощь	Обоснование
	1	2	3		
№ 1 (весельчак)					
№ 2 (злюка)					
№ 3 (плакса)					
№ 4 (бояка)					
№ 5 (привереда)					
№ 6 (завида-ябеда)					

Этап 2(Итоговая диагностика)

Гномы	Выбор цвета	Адекватность прорисовки (элементы)				Обоснование
		рот	глаза	брови	другое	
Весельчак						
Злюка						
Плакса						
Бояка						
Привереда						
Завида-ябеда						

Примечания: _____

Рассказ: _____