Государственное Бюджетное Дошкольное Оббразовательное учреждение
Детский сад №26
Приморского района Санкт-Петербурга

«Принято»
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №26
Приморского р-на Санкт-Петербурга
Протокол № 2 от 18.09.2020

«Утверждаю»
Приказ № 79-0 от 18.09.2020
ГБДОУ детский сад №26
Приморского р-на Санкт-Петербурга
_____

Дополнительная общеобразовательная

общеразвивающая программа

«Развитие эмоционального интеллекта
«Гений общения»»
Для детей старшего дошкольного возраста

Автор-составитель
Воспитатель: Цветкова Е.В.
Срок реализации программы – 1 год

Санкт-Петербург
2020

СОДЕРЖАНИЕ.

№	Наименование разделов	Стр.
1	**Целевой раздел Программы:**	**3**
1.1	Пояснительная записка	**3**
1.2	Цели и задачи	**3**
1.3	Принципы и подходы к формированию и реализации Программы	**4**
1.4	Значимые характеристики, в том числе возрастные и индивидуальные особенности детей, воспитывающихся в ДОУ	**6**
1.5	Планируемые результаты освоения Программы	**8**
2	**Содержательный раздел Программы:**	**9**
2.1.	Учебный план	**10**
2.2	Содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста	**11**
2.3	Календарно-учебный график	**15**
2.4	Система мониторинга планируемых результатов освоения программы	**17**
2.5	Особенности взаимодействия с родителями	**19**
3	**Организационный раздел**	**21**
3.1	Оценочные и методические материалы	**21**
3.2	Материально-техническое обеспечение Программы	**21**
	Приложение№1 Описание игр используемых на занятиях	**22**

1 Целевой раздел программы

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа педагога дополнительного образования по развитию эмоционального интеллекта разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1115).

Программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования). Кроме того, учтены концептуальные положения используемой в ДОУ программы «От рождения до школы».

Рабочая программа «Гений общения» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

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

-Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17. 10.2013г. №1115),

-Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций.

1.2. Цели и задачи реализации программы

Цель рабочей программы в соответствии с ФГОС дошкольного образования:

-создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития самоконтроля, инициативы и творческих способностей.

-на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

-охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия;

-обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее – преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);

-создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

-объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных социокультурных ценностей и принятых в обществе правили норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

-формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных,

физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;

-обеспечение вариативности и разнообразия содержания программы организационных форм дошкольного образования, возможности формирования программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;

-обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

-усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности;

- развитие общения и взаимодействия ребёнка с взрослыми и сверстниками;

-становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;

-формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества;

-развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания;

-формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками;

-формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в организации.

В программе учитываются:

-индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (особые образовательные потребности), индивидуальные потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;

-возможности освоения ребенком программы на разных этапах ее реализации.

1.3. Принципы и подходы к формированию и реализации Программы:

-поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности самоценности детства как важного этапа в общем этапе развития человека;

-личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников учреждения) и детей;

-уважение личности ребенка;

-реализация программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Основные принципы рабочей программы:

-построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом Образования (далее-индивидуализация дошкольного образования);

-содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

-поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

-сотрудничество ДОУ с семьей;

-приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

-формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

-учет этнокультурной ситуации развития детей.

Рабочая программа:

-соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

-сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

-соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»),

-обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесс образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;

-строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;

-основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

-предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках НОД, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

-предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

- максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.4.1.3049-13

Формирование рабочей программы основано на следующих подходах:

1.Личностно-ориентированные подходы:

-содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

-разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребенка, реализация природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития воспитанников;

-целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию;

-поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

-обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации;

-развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учетом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация и индивидуализация);

2. Системно-деятельные подходы:

-построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка;

-формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности, организация детской деятельности, в процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путем решения проблем;

-креативность - «выращивание» у воспитанников способностей инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций;

-овладение культурой –приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства.

1.4. Значимые характеристики, в том числе возрастные и индивидуальные особенности детей, воспитывающихся в ДОУ

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия».

Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематические изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью

композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о

половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют разные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности. Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (в этом случае ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к

природному материалу (в этом случае ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие, и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен
года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов результате различных воздействий, представления о развитии и т. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и
умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д.
Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно- ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.
Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание,
речь, образ Я.

1.5. Планируемые результаты освоения Программы:

Ребенок осознает различные эмоции, может их адекватно проявлять. Ребенок начинает контролировать проявления своих эмоций, может направить деструктивные проявления в безопасное русло. Может воспроизводить эмоции и черты характера через жесты и мимику. Ребенок понимает эмоциональное состояние свое и других людей и может отделить свои переживания от переживаний другого человека. Ребенок понимает присутствие сильных и слабых черт в характере. У ребенка преобладает адекватная самооценка, он регулярно проявляет инициативу в игре, опираясь на свои сильные черты характера.

2. Содержательный раздел

Настоящая программа разработана на основе комплексных программ воспитания, образования и развития дошкольников «От рождения до школы» и программы Крюковой С.В. “Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь”, направленной на формирование у детей целостных представлений о чувствах и эмоциях, что является сутью развития эмоционального интеллекта.

Тематическое планирование образовательной деятельности способствует эффективному системному овладению детьми представлениями, умениями и навыками. Программный материал подобран с учетом нарастания сложности информации и заданий. Основная форма организации образовательной деятельности –игровая, которая обеспечивает устойчивость произвольного внимания и поддержание познавательного интереса на протяжении всей деятельности, дает возможность каждому ребенку участвовать в её процессе выполнения заданий.

«Социально-коммуникативное развитие»

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе Социализация, развитие общения, нравственное воспитание Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми; привычку сообща играть, трудиться, заниматься; стремление радовать старших хорошими поступками; умение самостоятельно находить общие интересные занятия. Воспитывать уважительное отношение к окружающим. Учить заботиться о младших, помогать им, защищать тех, кто слабее. Формировать такие качества, как сочувствие, отзывчивость. Воспитывать скромность, умение проявлять заботу об окружающих, с благодарностью относиться к помощи и знакам внимания. Формировать умение оценивать свои поступки и поступки сверстников. Развивать стремление детей выражать свое отношение к окружающему, самостоятельно находить для этого различные речевые средства. Расширять представления о правилах поведения в общественных местах; об обязанностях в группе детского сада, дома. Обогащать словарь детей вежливыми словами (здравствуйте, до свидания, пожалуйста, извините, спасибо и т. д.). Показать значение родного языка в формировании основ нравственности.

Одним из приоритетных направлений в образовательной области «Социально-коммуникативное развитие», вступивших в силу ФГОС является развитие эмоционального интеллекта.

Представленная психолого-педагогическая программа предназначена для дополнительного образования, согласованного с основной программой дошкольного учреждения. Она позволяет исследовать уровень развития эмоционального интеллекта

детей старшего дошкольного возраста и скорректировать эмоциональное взаимодействие каждого ребенка со сверстниками и взрослыми; создать условия необходимые, чтобы приблизить социально-нормативные характеристики возможных достижений ребенка к целевым ориентирам.

Эмоциональный интеллект – понятие интегративное и включает множество разнообразных способностей, знаний и умений. Исследователи предлагают различные варианты структуры эмоционального интеллекта. В данной программе используется позиция Р. Бояцис и Д. Гоулман, которые выделяют следующие компоненты эмоционального интеллекта:

1) самосознание (эмоциональное осознание себя, точная самооценка, уверенность в себе);

2) социальное осознание (эмпатия, организационное осознание, ориентация на обслуживание);

3) самоуправление (самоконтроль, адаптивность, инициатива, ориентация на достижение);

4) социальные навыки (развитие других, лидерство, влияние, коммуникация, катализация изменений, разрешение конфликтов, работа в составе группы, создание связей).

В связи с этим каждое занятие включает игры и упражнения, направленные на развитие всех четырех компонентов эмоционального интеллекта. Данная программа построена с учетом принципа интеграции образовательных областей и соответствует современным требованиям психолого-педагогической науки и передовой психологической практики; учтены возрастные возможности и особенности воспитанников.

Содержание программы рассчитано на диагностический курс, состоящий из 8 занятий, 2 раза в неделю по 30 минут.

Методы, используемые при реализации программы в соответствии с возрастом детей.

1. Словесные методы обучения.
2. Наглядные методы обучения.
3. Игровые методы обучения.
4. Практические методы обучения.
5. Психодиагностические методы.

2.1 Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Я не стесняюсь	7	1	6	
2	Мои страхи больше не пугают	10	1	9	
3	Я злюсь, но не дерусь	10	1	9	
4	Я успокаиваюсь сам	10	1	9	
5	Я понимаю, что я чувствую	15	1	14	
6	Я понимаю, что чувствуешь ты	15	1	14	

2.2 Содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

Содержание образовательной деятельности представлено в разделах:

«Я не стесняюсь», «Мои страхи больше не пугают», «Я злюсь, но не дерусь», «Я успокаиваюсь сам», «Я понимаю, что я чувствую», «Я понимаю, что чувствуешь ты».

Тематический план работы с детьми:

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество занятий
1	Я не стесняюсь	7
2	Мои страхи больше не пугают	10
3	Я злюсь, но не дерусь	10
4	Я успокаиваюсь сам	10
5	Я понимаю, что я чувствую	15
6	Я понимаю, что чувствуешь ты	15
		Всего – 67

В любом из занятий могут быть представлены следующие типы игр и упражнений:

- ролевые игры - поэтапное исполнение заранее подготовленного сценария участниками занятий, постановка спектаклей, использование элементов сказкотерапии, художественных произведений с ярко прорисованными характерологическими чертами героев и явным разрешением проблем;
- пальчиковые игры или игры на расслабление ручных мышц. Они стабилизируют давление в мышцах, сближают детей в эмоциональном плане;
- психогимнастика - упражнения для уравновешивания эмоционального состояния, научение сопереживанию и состраданию;
- арт-терапия или творческие упражнения - для выхода творческой энергии, выявления и отработки страхов, формирования доверительного общения взрослого и ребёнка, для снижения напряжения, тревожности и раскрепощения.
- подвижные игры - для разрядки обстановки, переключения внимания с внутреннего мира на внешние действия, для развития коммуникативных навыков;
- релаксация - обязательный элемент работы с напряженными детьми. Здесь применяется рефлексия - взаимное обсуждение пережитого для психологической разгрузки, музыкальная терапия или мышечное расслабление.

Тема 1: Я не стесняюсь.

Теория: понятия: «Чувство застенчивости», «Чувство уверенности», «уравновешенность», «расслабление».

Практика: дыхательная гимнастика, расслабляющая психогимнастика.

Игры-ситуации:

1. Ты пришёл в новую группу – познакомься с детьми и расскажи о себе.
2. Ты потерял свою машинку – подойди к детям и спроси, не видели ли они ее.
3. Ты пришёл в библиотеку – попроси интересующеюся тебя книгу у библиотекаря.

Коррекционные игры: Волшебный букет цветов, Зеркало, Веселая сороконожка, Вышли мыши как-то раз, Змея, Ветер дует на…, Дотронься до…, Клубочек, Найди друга, Дракон, Копилка добрых дел, Давайте поздороваемся, Встаньте те, кто

Подвижные игры: Волшебные водоросли, Клеевой ручеек, Слепец и поводырь, Изобрази пословицу, Липучки, Нос к носу

Пальчиковые и ритмические игры: Правая и левая, Дождь идет, У оленя дом большой, Кораблик, Пальцы – звери добрые, пальцы – звери злые.

Рисование и обсуждение сказки «Теремок».

Цветотерапия: Оранжевый цвет.

Тема 2: Мои страхи больше не пугают.

Теория: Понятия: страх, медитация.

Практика: дыхательная гимнастика, расслабляющая психогимнастика.

Коррекционные игры: Мышь и мышеловка, Кораблик, Качели, Жмурки, Расскажи свой страх, Необычное сражение,

Подвижные игры: Медвежонок, Встаньте с мест, Море волнуется раз, Птицы, блохи, пауки.

Пальчиковые игры: Кораблик, Пальцы – звери добрые, пальцы – звери злые.

Рисование: Нарисуй свой страх, победи его.

Цветотерапия: Красный цвет.

Тема 3: Я злюсь, но не дерусь.

Теория: Понятия: агрессия, напряжение, различные проявления агрессии.

Практика: дыхательная гимнастика, расслабляющая психогимнастика.

Коррекционные игры: Выбрасываем злость, Я хороший – я плохой

Подвижные игры: Тигр, мышь и слон, Мяч с пожеланиями. Добрый бегемотик, Восковая скульптура, Живая картина.

Цветотерапия: голубой цвет.

Тема 4: Я успокаиваюсь сам.

Теория: Понятия: расслабление, медитация.

Практика: дыхательная гимнастика, расслабляющая психогимнастика.

Коррекционные игры: Сочиним историю, История одного шарика,

Подвижные игры: Автомобиль, Альпинисты, Земля и воздух, Сила честности, Запрещенные движения, Скамейка запасных.

Пальчиковые игры: Котята, Близняшки, Непоседа.

Цветотерапия: желтый цвет.

Тема 5: Я понимаю, что я чувствую.

Теория: Понятия: эмоции, чувства, потребности, мимика.

Практика: дыхательная гимнастика, расслабляющая психогимнастика.

Коррекционные игры: Без маски, Утка, утка, гусь; Эстафета добра, Фантазеры, Пирамида любви, опиши друга, Мое настроение, Лица, Маски, Художник слова, Настроение, Школа улыбок

Подвижные игры: Эмоциональные танцы, Горячо-холодно, Угадай! Как я говорю? Заколдованный, Слушаем себя.

Пальчиковые игры:

Рисование доброго животного

Цветотерапия: зеленый цвет

Тема 6: Я понимаю, что чувствуешь ты.

Теория: Понятия: Позиция в общении, эмпатия.

Практика: дыхательная гимнастика, расслабляющая психогимнастика.

Игры-ситуации:

1. Два мальчика поссорились – помири их.
2. Тебе очень хочется поиграть в ту же игрушку, что и у одного из ребят твоей группы – попроси его.
3. Ты нашёл на улице слабого, замученного котёнка – пожалей его.
4. Ты очень обидел своего друга – попробуй попросить у него прощения, помириться с ним.
5. Ребята играют в интересную игру – попроси, чтобы ребята тебя приняли. Что ты будешь делать, если они тебя не захотят принять?
6. Дети играют, у одного ребёнка нет игрушки – поделись с ним.
7. Ребёнок плачет – успокой его.
8. У тебя не получается завязать шнурок на ботинке – попроси товарища помочь тебе.
9. К тебе пришли гости – познакомь их с родителями, покажи свою комнату и свои игрушки.
10. Ты пришёл с прогулки проголодавшийся – что ты скажешь маме или бабушке.
11. Дети завтракают. Витя взял кусочек хлеба, скатал из него шарик. Оглядевшись, чтобы никто не заметил, он кинул и попал Феде в глаз. Федя схватился за глаз и вскрикнул. – Что вы скажите о поведении Вити? Как нужно обращаться с хлебом? Можно ли сказать, что Витя пошутил.

Коррекционно-развивающие игры: Пресс-конференция, Пойми меня, Лебедь, рак и щука, Рукавички, Убеди меня, Командиры наоборот, Ласковые имена, Что изменилось? Как ты себя чувствуешь? Подарок на всех (цветик-семицветик), портрет самого лучшего друга, Этюды на различные позиции в общении, Волшебные средства понимания, Игрушка, Общее настроение

Подвижные игры: Радуга, Дерево, Перышко, Центр тяжести, Потянулись – сломались, Прочистка мозгов.

Пальчиковые игры: Шары, Назови зверей, На прогулку, Когда дождик плачет, Котенок и щенок.

Тема 1: <u>Я не стесняюсь.</u>

Задачи:

- При помощи игр и упражнений актуализировать у ребенка коммуникативные навыки и развивать их;
- Снять напряженность, тревогу, страх перед окружающими;
- Создать близкие отношения между участниками группы;
- Развивать положительную самооценку у детей;
- Учить говорить о своих чувствах;
- Вырабатывать у детей «положительные» черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения;
- Учить детей доверять друг другу;
- Корректировать нежелательные черты характера и особенности поведения.

Тема 2: <u>Мои страхи больше не пугают.</u>

Задачи:

- Снизить уровень тревожности у детей;
- Содействовать развитию творческих задатков;
- Совершенствовать умения у детей передачи своего эмоционального состояния;
- Нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания;
- Искать пути преодоления страха;
- Формировать навыки общения, контроля своего поведения;
- Способствовать нахождению конструктивных форм поведения и нового опыта общения;
- Повысить уровень самооценки.

Тема 3: <u>Я злюсь, но не дерусь.</u>

Задачи:

- Обучить приемлемым способам выражения гнева;
- Обучить приемам снятия напряжения;
- Выработать произвольность действий, научить регулировать поведение в коллективе;
- Обучить позитивному общению со сверстниками;
- Формировать моральные представления;
- Помочь в открытии своего «Я»;
- Развивать эмпатию.

Тема 4: <u>Я успокаиваюсь сам.</u>

Задачи:

- Снять психо-эмоциональное напряжение;
- Научить помогать самому себе: познакомить с методами саморегуляции;
- Повышать уверенность в себе, уравновешенность;
- Формировать познавательную активность и учебную мотивацию детей;
- Развивать и корректировать нарушения деятельности и комплекса показателей функционального развития, которые необходимы для успешного обучения в школе;

- Актуализировать внимание, аналитическое мышление и речь, память, восприятие, развитие тонких движений рук и зрительно-моторной интеграции, произвольной саморегуляции (уметь контролировать свои движения и эмоциональные проявления, доводить начатое до конца, воспитывать навыки самоконтроля и самодисциплины).

Тема 5: Я понимаю, что я чувствую.

Задачи:

- Формировать представления о базовых эмоциях и чувствах;
- Формировать интерес дошкольников к эмоциональным переживаниям;
- Развивать способность распознавать свои собственные чувства и чувства других людей, чтобы управлять своими эмоциями;
- Развивать умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние;
- Изучить выражение эмоциональных состояний в мимике;
- Обучать детей умению владеть своими чувствами;
- Повысить уверенность в себе.

Тема 6: Я понимаю, что чувствуешь ты.

Задачи:

- Развивать эмпатию, умение сопереживать другим;
- Тренировать умения различать эмоции;
- Обучать распознаванию и произвольному проявлению чувств;
- Обучать пониманию относительности в оценке чувства;
- Обучать конструктивному разрешению конфликтов;
- Обучать умению принимать во внимание чувства другого человека в конфликтной ситуации;
- Обучать детей принятию ответственности за свои чувства на самих себя.

2.3 Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	**01.10**	**28.05**	**34**	**66**	**2раза в неделю по 1 уч.ч.**

Перспективное планирование:

№	Раздел	Месяц	Тема занятий	Кол-во часов
1	Я не стесняюсь	**Октябрь**	Знакомство	1
			Работа с тревожностью	1
			Принятие себя	1
			Повышение самооценки	1

			Развитие коммуникативных навыков	1
2	Мои страхи больше не пугают		Чего я боюсь?	1
			Моя кровать – моя крепость	1
			Страх мой – враг мой	1
			Почему грустил трусишка	1
		Ноябрь	Не страшно, а смешно	1
			Смелость города берет	1
			Как побороть страх	1
3	Я злюсь, но не дерусь		Сказка про злюку	1
			Изображаем злость и гнев	1
			Почему я злюсь?	1
			Я плохой, когда я злюсь?	1
			Злимся правильно	1
		Декабрь	Вместо того, чтобы злится…	1
			Прогоняем злость	1
			Учимся владеть собой	1
			Я злюсь, но не дерусь	1
			Я не согласен, но не злюсь	1
4	Я успокаиваюсь сам		Саморегуляция	1
			Уверенное и неуверенное поведение	1
			Вырабатываем уверенность в своих силах	1
			Разные настроения	1
			Учимся менять свое настроение	1
		Январь	Меняем отношение к тому, что нас огорчает	1
			Не хочу быть плохим	1
			Учимся говорить «нет!», когда это нужно.	1
			Живи в согласии с другими	1
			Как просить прощения	1
5	Я понимаю,		Радость	1
	что чувствую я	**Февраль**	Радость - 2	1
			Радость - 3	1
			Робость	1
			Страх	1
			Страх -2	1
			Удивление	1
			Злость	1
		Март	Вина, стыд	1
			Отвращение, брезгливость	1
			Самодовольство	1
			Радость и горе	1

			Радость и злость	1
			Гнев, удивление	1
			Радость, горе, страх	1
			Радость, горе	1
			Радость, страх, удивление	1
6	Я понимаю, что чувствуешь ты	**Апрель**	Мои сильные стороны	1
			Мои слабые стороны	1
			Я тебя понимаю	1
			Я тебя понимаю - 2	1
			Я тебя понимаю – 3	1
			Я чувствую по-другому	1
			Я чувствую по-другому - 2	1
			Я могу ответить	1
			Я могу ответить - 2	1
		Май	Я могу ответить с добротой	1
			Ошибаться нормально	1
			Я тебя понимаю, но не согласен	1
			Я тебя понимаю, но не согласен - 2	1
			Давай поспорим	1
			Давай поспорим - 2	1
			Давай поспорим - 3	1
			Азбука настроений	1

2.4 Система мониторинга планируемых результатов освоения Программы.

Мониторинг детского развития и образовательного процесса проводится два раза в год. Мониторинг образовательного процесса осуществляется через отслеживание результатов освоения образовательной программы, а мониторинг детского развития проводится на основе оценки развития интегративных качеств ребенка. С помощью средств мониторинга образовательного процесса можно оценить степень продвижения дошкольника в образовательной программе.

Цели диагностики:

На начало года: определение зоны образовательных потребностей детей для коррекции планирования содержания программы с учетом его индивидуализации.

На конец года: Определение степени освоения детьми программы и влияние образовательного процесса на развитие ребенка. Оформление результатов промежуточной и итоговой диагностики

Мониторинг освоения содержания программы воспитанниками старшей группы (5-6 лет)

№	ФИ ребенка	«Гений общения»																	
		Ребенок осознает различные эмоции		Может адекватно проявлять различные эмоции		Начинает контролировать проявления своих эмоций		Может направить деструктивные проявления эмоций в безопасное русло		Понимает эмоциональное состояние свое и других людей		Может отделить свои переживания от переживаний другого человека		У ребенка преобладает адекватная самооценка		Понимает присутствие сильных и слабых черт в характере		Регулярно проявляет инициативу в игре, опираясь на свои сильные черты характера	
		СГ	КГ	СГ	КГ	СГ	КГ	СГ	КГ	СГ	КГ	СГ	КГ	СГ	КГ	СГ	КГ	СГ	КГ
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			

Оценка уровня освоения
1балл – большинство перечисленных компонентов недостаточно развиты
2 балла –отдельные компоненты не развиты
3 балла- соответственно возрасту развиты все компоненты
4 балла- высокий уровень развития всех компонентов

СГ- середина года
КГ-конец года

Методы мониторинга:

Метод диагностики:

- метод педагогического наблюдения;
- тестирование;
- стандартизированные диагностические методики.

Метод педагогического наблюдения.

Наблюдая в ходе занятий за детьми, воспитатель обращает внимание на их поведение, проявление интереса, степень внимания, внешние признаки реакции на физическую нагрузку. В результате применения данного метода выявляется, насколько детям интересны упражнения и игры, а также эффективность тех или иных упражнений и игр. Отмечаются основные знания, умения, навыки и личностные качества, приобретенные детьми в период обучения по данной программе.

Диагностика освоения содержания программы воспитанниками старшей группы (5-6 лет) производится на основании знаний и умений:

-ребенок осознает различные эмоции,

-может адекватно проявлять различные эмоции,

-начинает контролировать проявления своих эмоций,

-может направить деструктивные проявления в безопасное русло,

-может воспроизводить эмоции и черты характера через жесты и мимику,

-понимает эмоциональное состояние свое и других людей,

-может отделить свои переживания от переживаний другого человека,

-понимает присутствие сильных и слабых черт в характере,

-у ребенка преобладает адекватная самооценка,

-регулярно проявляет инициативу в игре, опираясь на свои сильные черты характера.

Для определения эффективности программы используются диагностики «Социометрия», «Лесенка», «Тест тревожности».

2.5 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников:

-изучение отношения педагогов и родителей (законных представителей) к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье,

-привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятий, организуемых в районе (городе, области),

-информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач,

-поощрение родителей (законных представителей) за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Формы информационного взаимодействия с родителями (законными представителями) по основным линиям развития ребенка:

1. Использование стендов, коллажей для демонстрации продуктов совместной творческой активности.

2. Демонстрация фотоматериалов с изображением процесса деятельности детей.

3. Интернет-публикации достижений из дневников наблюдения.

План работы с родителями:

№ п/п	Тема	Формы взаимодействия	Сроки
1	«Общаемся дома без угроз и манипуляций»	Семинар	Ноябрь
2	«Спорим без ссор»	Тренинг	Май

3.Организационный раздел

3.1. Кадровое обеспечение:
Воспитатель дополнительного образования -1

3.2. Материально-техническое обеспечение программы:

Материальное обеспечение программы: карандаши, альбомные листы, набор гуашевых, акварельных красок, детские игрушки, изображения эмодзи, мяч.

3.3.Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

1. Бардиер Г., Ромазан И., Чередникова Т. “Я хочу”. Психологическое сопровождение естественного развития маленьких детей. Изд. “ВИРТ” Кишинев. “Дорваль” СПб.,1993.
2. Ганичева И.В. Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми (5–7лет). – М.: Книголюб, 2004.
3. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. М.: Айрис-пресс, 2004.
4. Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Практическое пособие. – М.: Генезис, 2000.
5. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Екатеринбург: У – Фактория, 2004.
6. Пусть меня похвалят! / под ред. Е.Горбаченок, С.Слепица, Т.Казаченок. Белфакс, 2007.
7. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Практическое пособие: 4 том. М.: Генезис, 2000.
8. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3–9 лет. М.: Генезис, 2003.
9. Хухлаева О.В., Хухлаева О. Е., Первушина И.М. Тропинка к своему я. М.: Генезис, 2004.
10. Чистякова М.И. Психогимнастика. /под ред.М.М. Буянова. – М.: Просвещение, 1990.
11. Яковлева Н. Психологическая помощь дошкольнику. СПб.: “Валерии СПД”, 2001.

Приложение№1

Описание игр используемых на Дополнительных занятиях.
Игры и упражнения для детей с затруднениями в общении

«Клубочек»

Цель: наглядно определить детей, испытывающих трудности в общении.

Дети садятся в круг, ведущий, держа в руках клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, задает любой, интересующий его вопрос участнику игры. Тот ловит клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, отвечает на вопрос, а затем задает свой вопрос следующему игроку. Таким образом, в конце клубочек возвращается ведущему. Все видят нити, связывающие участников игры в одно целое, определяют, на что фигура похожа, многое узнают друг о друге, сплачиваются.

«Найди друга»

Цель: коррекция стеснительности.

Упражнение выполняется среди детей или же между родителями и детьми. Одной половине завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают найти и узнать друга (или своего родителя). Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден, игроки меняются ролями.

«Рукавички»

Цель: развитие умения работать в паре.

Ведущий раскидывает рукавички с одинаковым орнаментом, но не раскрашенным, по помещению. Дети разбредаются по залу. Отыскивают свою «пару», отходят в уголок и с помощью трех карандашей разного цвета стараются, как можно быстрее, раскрасить совершенно одинаково рукавички.

«Утка, утка, гусь»

Цель: коррекция гиперреактивности, формирования самоконтроля, повышение самооценки.

Участники игры встают в круг. Ведущий – внутри круга. Он ходит по кругу, указывает рукой и приговаривает: «Утка, утка, утка… гусь». Гусь срывается с места, убегая в противоположную сторону от ведущего. Их задача – занять освободившееся место. Вся сложность игры в том, что в месте встречи соревнующиеся должны взять друг друга за руки, сделать реверанс, улыбнуться и поприветствовать: «Доброе утро, добрый день, добрый вечер!», а затем снова броситься к свободному месту.

«Сочиним историю»

Цель: развитие творческого воображения, умения слушать друг друга.

Ведущий начинает историю: «Жили-были…», следующий участник продолжает, и так далее по кругу. Когда очередь опять доходит до ведущего, он направляет сюжет истории, оттачивает его, делает более осмысленным, и упражнение продолжается.

«Дракон»

Цель: продолжение знакомства, создание психологически непринужденной атмосферы.

Играющие становятся в линию, держась за плечи. Первый участник – «голова», последний – «хвост» дракона. «Голова» должна дотянуться до хвоста и дотронуться до

него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

Игра «Убеди меня»

Цель игры

Научить отстаивать свои интересы; защищать то, что дорого; спокойно принимать критику своих убеждений.

Как играть

1. Спросите ребёнка, какое из недавно прочитанных произведений понравилось ему больше всего.
2. Сделайте сенсационное заявление, объявив, что считаете эту книгу совершенно неинтересной.
3. Позвольте ребёнку переубедить вас.

На что обратить внимание

Будьте тактичны. Возражайте мягко, не оскорбляя детских чувств, но побуждая своего оппонента приводить всё новые и новые аргументы в защиту своей позиции.

В итоге вы должны признать победу малыша. В идеале после игры вместе перечитать книгу, которую обсуждали.

Вместо литературы можно подвергнуть анализу просмотренные фильмы и мультики, новые игры, игрушки и наряды.

Игра «Командиры наоборот»

Цель игры

Помочь детям осознать золотое правило нравственности: «Относись к людям так, как хочешь, чтобы относились к тебе».

Как играть

Игра рассчитана на компанию из нескольких человек.

1. Выберите ведущего. Как правило, это взрослый, которому известен секрет игры.
2. Каждый из игроков должен придумать для ведущего задание: прокукарекать; зайти в тёмный чулан; почесать кота за ушком.

   Задания могут быть любыми, при условии, что их выполнение не причинит никому вреда.
3. Когда все игроки высказались, ведущий объявляет главную «фишку»: выполнять задания предстоит не ему, а тем, кто их придумал.

На что обратить внимание

При повторном выполнении упражнения его воспитательная ценность существенно падает. Зная «фишку», ребята будут придумывать задания очень осторожно.

Вы можете изменить правила, превратив описанную игру в «ФАНТЫ»:

- все игроки пишут задания на бумажках;
- бумажки надо свернуть и кинуть в шляпу;
- все игроки по очереди достают свёртки и выполняют то, что вытянули.

Игра «История одного шарика»

Цель игры

Научить ребёнка расслабляться, подстегнуть работу его воображения, помочь анализировать собственные переживания.

Как играть

1. Попросите малыша надуть яркий воздушный шарик.

2. Придумайте историю, суть которой в том, что шарик переполнен эмоциями:- - ему очень обидно, что он зелёный, а его друзья красные;
   - он боится предстоящего праздника, потому что дети могут его раздавить;
   - он солгал маме-шарику о том, где гулял вчера вечером, и теперь ему мучительно стыдно.
3. Чтобы шарик не лопнул от нахлынувших эмоций, ему надо помочь. Пусть ребёнок медленно выпустит воздух из шарика, приговаривая в этот момент что-то подбадривающее, какие-то слова поддержки.

На что обратить внимание

Желательно, чтобы надувал шарик, а затем выпускал из него воздух ребёнок, но если потребуется, помогите с этой частью задания.

Спрашивайте малыша, бывали ли у него ситуации, в которых он чувствовал себя как этот шарик (эмоции могут быть и радостными, не обязательно упоминать страх, досаду или стыд).

Игра «Эстафета добра»

Цель игры

Научить детей радовать окружающих и получать удовольствие от вызванных эмоций.

Как играть

1. Все участники игры садятся в кружочек. Для создания особой «кулуарной» атмосферы рекомендуется сесть на ковёр как можно ближе друг к другу.
2. Ведущий поворачивается к своему соседу справа и говорит ему какой-то комплимент, что-то приятное:
   - «Мне очень нравится твоя улыбка».
   - «Ты слепил очень красивую гусеницу».
   - «Я рад, что мы с тобой друзья».
3. Тот, кому адресованы «приятности», не забыв поблагодарить за них, поворачивается к своему соседу слева и передаёт «эстафету добра».

На что обратить внимание

Приятности не должны повторяться.

Если один из игроков растерялся и не может придумать добрых слов, он выражает сожаление и просит помощи у остальных ребят:

- «*Ты очень хороший. Мне жаль, что я не могу сейчас поделиться с тобой добром. Друзья, помогите мне, пожалуйста*».

Игра должна проходить в спокойной, дружеской атмосфере. Исключите соревновательный, азартный компонент.

Перед детьми не стоит задача продемонстрировать свою находчивость и придумать больше всех «приятностей». Их цель — подарить радость товарищам по этому упражнению, полезному для развития эмоционального интеллекта.

Игра «Фантазёры»

Цель игры

Научить ребёнка анализировать эмоциональное состояние рисованных персонажей, развивать чуткость и воображение.

Как играть

Подготовьте несколько картинок, на которых изображены эмоции людей.

1. Пусть ребёнок опишет, что видит.
2. А теперь попросите его придумать, что предшествовало изображенному моменту.

3. Пофантазируйте вместе, что может случиться дальше.

На что обратить внимание

Чем больше деталей заметит малыш на картинке, тем лучше. Если в процессе работы над эмоциональным интеллектом вы будете периодически повторять показ картинок, то непременно обнаружите, как возрастает внимательность малыша.

«Эмоциональные танцы»

Танцы – это энергия, которая отлично передает эмоции и настроение. Предложите детям придумать свой "танец радости" или "танец разочарования", "танец интереса" или "танец грусти". В этой игре важно работать с разным настроением, и под каждую эмоцию ребенок двигается по своему усмотрению.

Если играет группа детей, то все по очереди предлагают свое движение, которое повторяют остальные. Так получается самый искренний, импровизированный танец.

«Горячо – холодно»

Итак, прячем сюрприз и предлагаем ребенку его найти. Если малыш удаляется от цели – наше выражение лица становится грустнее, если приближается к ней – мы проявляем все больше радости. И вот в момент, когда сюрприз найден, все счастливы, поздравляют и обнимают друг друга! При этом эмоция поддерживается всеми участниками игры.

Важно, чтобы в течение недели сыграли все дети, и каждый нашел сюрприз.

Если детей не много, то лучше каждому сыграть в течение одного дня. Эта игра учит понимать свои и чужие эмоции, она также формирует навык сопереживания и поддержки друг друга, позволяет почувствовать искреннюю радость за другого человека.

«Копилка добрых дел»

Вырежьте из цветной бумаги кружочки или сердечки. В конце каждого дня предложите ребенку положить в «копилку» столько кружочков, сколько добрых дел он сегодня совершил. Если малыш затрудняется, помогите ему найти это доброе дело даже в малейших положительных поступках. Такая игра будет стимулом у крохи совершать что-то хорошее.

«Выбрасываем злость»

Дайте ребенку черные тучки или темные кляксы, предложите сложить их в мешок. При этом побуждайте ребенка рассказать, какие плохие поступки были у него сегодня. Договоритесь с малышом, что вы складываете вашу злость, обиду или другую отрицательную эмоцию в этот мешок и идете выбрасывать ее.

«Ласковые имена»

Игра коллективная, воспитывающая доброжелательное отношение одного ребенка к другому. Игроки должны встать в круг. Один из участников бросает мяч другому, называя его ласково по имени. Например: Сереженька, Богданчик, Олечка и т.д. Второй игрок бросает следующему. Выигрывает тот, кто назвал больше ласковых имён.

«Пирамида любви»

Вспомните вместе с детьми о том, что все мы что-то любим. У кого-то это семья, у кого-то кукла, а некоторым просто нравится мороженое. Предложите детям построить пирамиду любви. Взрослый начинает ее строить, называя то, что он любит и кладет руку в

центр. Затем каждый из детей называет то, что ему нравится или вызывает симпатию и кладет свою руку сверху. Таким образом, получилась целая пирамида.

Цветотерапия

Красный цвет

Упражнение №1

Цель: коррекция страхов, инертности, апатии.

Ход: в пластиковые тарелки налить пальчиковую краску красного цвета. Под музыку мизинцами левой руки и правой руки ставить точки на листе бумаги. Спросите у ребенка: «На что похожа картина, которую вы нарисовали».

Игра №2 «Красный предмет в моей ладошке»

Цель: коррекция страхов, инертности, апатии.

Ход: закрой глаза и приготовь ладонь. Когда на твоей ладони окажется какой – то предмет, сожми кулачок. *(Взрослый кладет ребенку на ладонь небольшой предмет красного цвета.)* Открой глаза, но не раскрывай ладонь. Попробуй догадаться, что у тебя в ладони. *(Ребенок высказывает свои догадки)*. Молодец!

Теперь рассмотри свой предмет. Опиши, какой он. *(Крупный или мелкий, круглый, овальный, гладкий, шершавый, с рисунком, с дырочкой в середине и т. д.)*

Упражнение №3

Цель: коррекция страхов, инертности, апатии.

Ход: подготовить кусочки бархатной бумаги и нитки мулине красного цвета, шерстяные нитки того же цвета. На листе бумаги нарисовать контур цветка. Под музыку наклеить подготовленные кусочки разных материалов на контур нарисованного цветка.

Оранжевый цвет.

Упражнение №1

Цель: коррекция застенчивости, замкнутости, скованности.

Ход: на плотный картон нанести клей, насыпать пшенную крупу, распределяя по всему листу, подождать, пока высохнет. Под музыку пальчиковой краской оранжево цвета раскрасить пшено.

Упражнение №2 Релаксация

Цель: коррекция застенчивости, замкнутости, скованности.

Ход: педагог дает задание детям вырезать бабочек двух цветов: красного и желтого. После того как все вырезали своих бабочек, приступаем к раскрашиванию пальцами оранжево узора на бабочке. Молодцы! Закройте глаза и представьте себя большой бабочкой оранжево цвета. (Включается музыка). Рассмотрите ее получше. По окончании музыки откройте глаза и пройдите за стол.

Мы с вами только что представляли себя оранжевыми бабочками. Сейчас мы будем вырезать бабочку из листа белой бумаги. Посмотрите, как это делается. (Взрослый объясняет и показывает технологии вырезания, смешивания двух цветов: красного и желтого .) После того как все вырезали своих бабочек, приступаем к раскрашиванию пальцами оранжево узора на бабочке. Молодцы!

Желтый цвет

Упражнение№1

Цель: коррекция гиперреактивности, формирование самоконтроля, повышение самооценки.

Ход: на листе акварельной бумаги нарисовать ветку мимозы. Из бархатной бумаги желтого цвета сделать конфетти. Под музыку наклеить конфетти на изображение ветки, ветку и листья раскрасить акварельной краской зеленого цвета.

Упражнение№2

Цель: коррекция гиперреактивности, формирование самоконтроля, повышение самооценки.

Ход: ребенок наклеивает свой листок на бумагу. Листок может быть головой, туловищем, платьем или чем-либо другим. Цветными карандашами дорисовывают все необходимое, чтобы получился автопортрет. Если ребенок отказывается изображать себя, то он может изобразить то, что ему хочется.

Зеленый цвет

Упражнение№1

Цель: коррекция возбудимости, тревожности, гиперактивности.

Ход: на листе акварельной бумаги или картона нарисовать грозди винограда. От куска пластилина зеленого цвета отрезать небольшой кусочек, скатать в шарик. Под музыку отделять от шарика кусочки и размазывать по изображению ягод, листья раскрасить акварельной краской светло-зеленого цвета.

Игра№2 «Зеленые обитатели леса»

Цель: коррекция возбудимости, тревожности, гиперактивности.

Ход: назовите лесных жителей – зверей, птиц, насекомых – зеленого цвета (зеленая ящерица, зеленая змея, лягушка, гусеница, бабочка, жучок, кузнечик и т. д.). Сейчас каждый из вас превратится в любое зеленое существо, и когда зазвучит музыка, вы будете двигаться как ваши герои. То есть бабочка будет летать, кузнечики – прыгать, змеи-ползать, лягушка-скакать. Покажите, как вы будете двигаться. Хорошо! Когда музыка остановится, ваш герой должен замереть на месте. *(Игра повторяется несколько раз).*

Упражнение№3

Цель: коррекция возбудимости, тревожности, гиперактивности.

Ход: Бархатную бумагу зеленого цвета нарезать на полоски длиной 15 см. Под музыку наклеить полоски на лист акварельной бумаги или картона, промежутки раскрасить пальчиковыми красками, смешав зеленую краску с желтой. Покажите детям, как смешивать краски, добиваясь нужных оттенков, как пользоваться палитрой.

Голубой цвет

Упражнение№1

Цель: коррекция тревожности, агрессии, повышенной возбудимости.

Ход: на акварельной бумаге приклеить несколько кусочков ваты (облака).

Под музыку «Звуки природы. Пение птиц» пальчиковой краской голубого цвета раскрасить небо. Покажите детям, как смешивать синий и белый цвета, чтобы получился необходимый оттенок голубого.

Упражнение №2

Цель: коррекция тревожности, агрессии, повышенной возбудимости.

Ход: подготовить 10 отрезков мулине голубого цвета. На листе акварельной бумаги или картона нарисовать несколько волнистых линий одну над другой. Под музыку наклеить нитки на линии, стараясь соблюдать форму.

«Угадай!»

Закройте лицо руками, а когда откроете, на нем должна быть изображена какая-то эмоция. Предложите ребенку угадать, что вы изобразили. Потом поменяйтесь с ребенком ролями.

«Как я говорю?»

Попробуйте произнести одну и ту же обычную фразу, например: «Доброе утро!», с разными интонациями *(радостно, грустно, зло, удивленно, испуганно и т.д.)* Пусть ребенок попробует угадать эмоцию. Придумайте другую фразу и поменяйтесь ролями.

«Давайте поздороваемся!»

Цель: упражнение продолжает знакомство, создает психологически непринужденную атмосферу.

В начале упражнения говорится о разных способах приветствия, реально существующих и шуточных. Детям предлагается поздороваться плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать свой собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться им. (Для каждого последующего занятия придумывается новый, ранее не использованный способ приветствия!

«Встаньте те, кто…»

Цель: упражнение направлено на развитие внимания, наблюдательности, а также продолжение группового знакомства.

Ведущий дает задание: "Встаньте все те, кто ...

- любит бегать,
- радуется хорошей погоде,
- имеет младшую сестру,
- любит дарить цветы и т.д.

При желании роль ведущего могут выполнять дети.

После завершения упражнения детям задаются вопросы, подводящие итоги игры:

- Сейчас мы посмотрим, кто у нас в группе оказался самым внимательным. Кто из ребят запомнил, кто у нас в группе любит сладкое? У кого есть младшая сестра? и т.д.

Затем вопросы усложняются (включают в себя две переменные):

- Кто у нас в группе любит сладкое и имеет младшую сестру? Каждый вопрос адресуется конкретному ребенку, если он не может ответить сам - ему помогает группа»

«Опиши друга»

Цель: развитие внимательности и умения описывать то, что видел, продолжение знакомства.

Упражнение выполняется в парах (одновременно всеми участниками).Дети, стоят спиной друг к другу и по очереди описывают прическу, одежду и лицо своего партнера. Потом описание сравнивается с оригиналом и делается вывод о том, насколько ребенок был точен.

«Что изменилось?»

Цель: развитие внимания и наблюдательности, необходимых для эффективного общения.

Каждый ребенок по очереди становиться водящим. Водящий выходит из комнаты, За это время в группе производится несколько изменений в одежде, прическе детей, можно пересесть на другое место (но не больше двух-трех изменений; все производимое изменения должны быть видимы). Задача водящего правильно подметить происшедшие изменения.

«Как ты себя чувствуешь?»

Цель: развитие внимательности, эмпатии, умения чувствовать настроение другого.

Упражнение выполняется по кругу.

Каждый ребенок внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, рассказывает об этом.

Ребенок, состояние которого описывается, слушает и затем соглашается со сказанным или не соглашается, дополняет.

«Мое настроение»

Цель: развитие умения описывать свое настроение, распознавать настроения других, развитие эмпатии.

Детям предлагается рассказать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, состоянием, можно показать его в движении - все зависит от фантазии и желания ребенка.

«Подарок на всех (цветик - семицветик)»

Цель: развитие чувства коллектива, умения дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками.

Детям дается задание: "Если бы ты был волшебником и мог творить чудеса, то что бы ты подарил сейчас всем нам вместе?" Или: "Если бы у нас был Цветик-семицветик, какое бы желание ты загадал?" Каждый ребенок загадывает одно желание, оторвав от общего цветка один лепесток.

Лети, лети, лепесток, через запад на восток,
Через север, через юг, возвращайся, сделав круг,
Лишь коснешься ты земли, быть по-моему вели.
Вели, чтобы...

В конце можно провести конкурс на самое лучшее желание для всех.

«Портрет самого лучшего друга»

Цель: развитие анализа и самоанализа.

Детям дается задание нарисовать портрет своего самого лучшего друга. Затем проводится беседа:

- Кого ты считаешь своим самым хорошим, самым лучшим другом? Какими качествами обладает этот человек? Хотите ли вы, чтобы вас считали хорошим другом? Что для этого надо делать, как себя вести?

В ходе общего обсуждений формулируются правила радостного общения, которые рисуют в доступной для детей схематичной форме или же записывают их на листе ватмана печатными буквами (если дети уже умеют читать).

Например:

- Помогай друзьям.
- Делись с ними, учись играть и заниматься вместе.
- Останови друга, если он делает что-то плохое. Скажи ему, если он в чем-то не прав.
- Не ссорься, не спорь по пустякам; играй со всеми дружно.
- Не завидуй.
- Если поступил плохо, не бойся признаться в этом, извинись.
- Спокойно принимай советы и помощь других ребят.
- Не радуйся, когда кто-то проигрывает. Если можешь, помоги ему.
- Если проиграл сам, не срывай злость на других, может быть, ты выиграешь в следующий раз.

«Этюд на различные позиции в общении»

Цель: прочувствование различных позиций в общении.

Детям дается задание разбиться на пары. Общение в парах проходит в диалоговом режиме. Для общения предлагаются интересные и актуальные для детей темы: "Мое любимое животное", "Мой самый радостный день в прошлом месяце" и пр.

Сначала ситуация общения организуется, когда оба ребенка сидят лицом друг к другу, затем один ребенок сидит на стуле, а другой стоит около своего стула (дети меняются местами), затем дети, сидя на стуле спиной друг к другу, продолжают разговор.

После у детей спрашивают о впечатлении, настроении, возникшем в процессе общения. Как больше понравилось общаться? Почему?

«Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»

Цель: соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.

Упражнение выполняется в парах с закрытыми глазами, дети сидят напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки. Взрослый дает задания (каждое задание выполняется 2-3 минуты): - Закройте глаза, протяните навстречу друг другу руки, познакомьтесь одними руками. Постарайтесь получше узнать своего соседа. Опустите руки»

- Снова вытяните руки вперед, найдите руки соседа. Ваши руки ссорятся. Опустите руки.
- Ваши руки снова ищут друг друга. Они хотят помириться. Ваши руки мирятся, они просят прощения, вы расстаетесь друзьями.

Обсудите, как проходило упражнение, какие чувства возникали в ходе упражнения, что понравилось больше?

«Волшебные средства понимания»

Вводная беседа.

Цель*:* осознание того, что можно помочь человеку, которому грустно, плохо, что в силах каждого оказать помощь всем нуждающимся в ней, понимание того, что конкретно для этого можно сделать.

- Что вам помогает, когда вам трудно, плохо, когда вы провинились, когда вас обидели?
- Что особенного умеют делать люди, с которыми нам приятно общаться, что их отличает? (улыбка, умение слушать, контакт глаз, добрый ласковый голос, мягкие нерезкие жесты, приятные прикосновения, вежливые слова, умение понять человека).
- Почему эти средства понимания мы можем назвать "волшебными"?
- Можем ли мы с вами применять эти "волшебные" средства, когда?

«Лица»

Цель: способствует развитию понимания мимических выражений и выражения лица.

Руководитель вывешивает на доске различные картинки, маски:

- радость,- удивление,- интерес,
- гнев, - злость, - страх,- стыд,
- презрение, - отвращение,

Задача детей определить, какое чувство выражает маска.

«Маски»

Цель: умение различать мимику, самостоятельно сознательно пользоваться мимикой для выражения своих эмоций.

Каждому из участников дается задание - выразить с помощью мимики горе, радость, боль, страх, удивление... Остальные участники должны определить, что пытался изобразить участник.

«Ролевое проигрывание ситуаций»

Цель: упражнение выполняется в парах, оно направлено на конкретную проработку, применение "волшебных " средств понимания, развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания.

Воспользовавшись "волшебными" средствами понимания, дети должны помочь:

1) плачущему ребенку, он потерял мячик;
2) мама пришла с работы, она очень устала;
3) товарищ в классе сидит грустный, у него заболела мама;
4) ваш друг плачет, он получил плохую оценку;
5) девочка-соседка попросила тебя ей сделать аппликацию...

Необходимо подобрать столько ситуаций, чтобы каждый ребенок смог выполнить задание.

«Рисование»

Цель: развитие эмпатии, творческого воображения**.**

Детям дается задание: "Нарисуйте доброе животное и назовите его ласковым именем, наградите его каким-нибудь волшебным средством понимания."

Рисование проводится под тихую спокойную музыку, красками или яркими мелками, фломастерами на нелинованных белых листах. Затем устраивается конкурс на самое доброе животное. Победителю вручается грамота.

«Художник слова»

Цель: развитие способности описывать наблюдаемое, умения выделять существенные для описания детали, использование приемлемых, необидных слов, расширение активного и пассивного словаря детей.

Каждый ребенок по очереди задумывает кого-то из группы и начинает рисовать его словесный портрет - его внешние особенности (а по возможности и внутренние, психологические), не называя конкретно имени этого человека.

Учитывая уровень развития детей можно предложить им упражнения на ассоциативное восприятие. (На какое животное похож? На какой цветок? На какой предмет мебели? и т.д.)

«Сделаем по кругу друг другу подарок»

Цель: развитие у детей чувствования друг друга, понимания настроения другого, развитие эмпатии.

Ведущий дает задание каждому сделать своему соседу справа подарок, но не какой-то конкретный подарок, а выдуманный: "Что вы хотели бы подарить именно этому человеку? Подарите тот подарок, который, по вашему мнению, сейчас ему особенно нужен".

Подарок можно описать словами или показать жестами.

«Игрушка»

Цель: ролевое проигрывание ситуаций, отработка навыков эффективного взаимодействия, эмпатии, умения сотрудничать**.**

Упражнение выполняется в парах. Один ребенок из пары – обладатель красивой и очень любимой им игрушки, с которой он очень любит играть. Другой ребенок очень хочет поиграть с этой игрушкой. Его задача уговорить хозяина игрушки дать поиграть с ней.

Важно: при выполнении этого упражнения ребенку - хозяину игрушки в руки дается любая игрушка, которую он должен представить как свою самую любимую.

Как только хозяин игрушки отдает ее просящему ребенку, упражнение прерывается и у ребенка спрашивают, почему он отдал игрушку.

«Ролевое проигрывание ситуаций»

Цель: задание направлено на конкретную проработку и применение "волшебных" средств общения, развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания**.**

Детям задаются игровые ситуации, которые они инсценируют. Упражнение выполняется коллективно (из группы выбираются участники, разыгрывающие ситуацию, и наблюдатели). Задача актеров - максимально естественно проиграть заданную ситуацию, наблюдатели же анализируют увиденное. После коллективного обсуждения можно проиграть ситуацию еще раз с теми же самыми актерами (если ранее они сделали это неудачно) или с новыми (для закрепления на практике волшебных средств понимания).

Примеры проигрываемых ситуаций:

- Ты вышел во двор и увидел, что там дерутся два незнакомых мальчика.
- Тебе очень хочется поиграть с такой же игрушкой, как у одного из ребят вашего класса. Попроси ее.
- Ты очень обидел своего друга. Извинись и попробуй помириться.

«Настроение»

Цель: умение описывать свое настроение, развитие понимания настроения других, развитие эмпатии, ассоциативного мышления.

Создается цветопись настроения группы. Например, на общем листе ватмана с помощью красок каждый ребенок рисует свое настроение в виде полоски, или облачка, или просто в виде пятна. Возможен другой вариант: из корзинки с разноцветными лепестками из цветной бумаги каждый ребенок выбирает для себя лепесток, цвет которого наиболее подходит к цвету его настроения. Затем все лепестки собираются в общую ромашку. Можно предложить детям сочинить спонтанный танец настроения.

«Школа улыбок»

Цель: развитие эмпатии, навыков культурного общения.

Вводная беседа:

- Когда люди улыбаются?
- Какие бывают улыбки?
- Попробуйте их показать.

Дети пробуют улыбнуться сдержанно, хитро, искренне...

- Нарисуйте улыбающегося человека.
- Улыбающийся человек, какой он?

«Общее настроение»

Цель: развитие понимания, чувствования настроения собеседника**.**

1 этап: Объявляется конкурс на лучшее изображение радости, страха, гнева, горя (в дальнейшем набор эмоций можно расширить). Настроение изображается с помощью мимики и жестов. Затем, когда выражение эмоции найдено, ведущий просит придумать и издать звук, ассоциирующийся у каждого ребенка с этим состоянием. Если задание выполняется с трудом, то можно связать его с ситуацией из конкретного жизненного опыта детей: "Вспомни себя, когда ты радовался, когда у тебя произошло какое-то неприятное событие и т.д."

Если дети начинают копировать движения друг у друга, то задание можно проделать с закрытыми глазами и открывать их только тогда, когда выражение нужного состояния будет найдено.

2 этап: Работа в парах. Отбираются несколько базовых эмоций, например, испуг, удивление, радость, горе. Дети стоят спиной друг к другу, на счет раз-два-три показывают одно и то же состояние, не сговариваясь. Важно как можно лучше научиться чувствовать друг друга. Удачно, когда выбор состояния в паре совпадают 2-3 раза подряд.

3 этап: Разрабатывается единый; всеобщий знак для изображения основных эмоций, например, страха, горя, радости...

На этом этапе важна работа по обсуждению видимых признаков, выражающих определенное состояние.

«Я хороший – я плохой»

Цель: развитие рефлексии и самоанализа**.**

Детям предлагается нарисовать рисунок, автопортрет, на котором должны быть нарисованы как их хорошие, так и плохие качества. Если дети затрудняются, то можно поговорить с ними о том, какие качества они считают плохими, а какие хорошими и почему. Как можно нарисовать плохое качество, а как хорошее? Какого они могут быть цвета и какой формы?

«Ветер дует на...»

Со словами «Ветер дует на...» ведущий начинает игру. Чтобы участники игры побольше узнали друг о друге, вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» — все светловолосые собираются в одну кучку. «Ветер дует на того, у кого... есть сестра», «кто любит животных», «кто много плачет», «у кого нет друзей» и т. д. Ведущего необходимо менять, давая возможность поспрашивать участников каждому.

«Найди друга»

Упражнение выполняется среди детей или же между родителями и детьми. Одной половине завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают найти и узнать друга (или своего родителя). Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден, игроки меняются ролями.

«Рукавички»

Для игры нужны вырезанные из бумаги рукавички, количество пар равно количеству пар участников игры. Ведущий раскидывает рукавички с одинаковым орнаментом, но не раскрашенным, по помещению. Дети разбредаются по залу. Отыскивают свою «пару», отходят в уголок и с помощью трех карандашей разного цвета стараются, как можно быстрее, раскрасить совершенно одинаково рукавички замечание. Ведущий наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются. Победителей поздравляют.

«Сочиним историю»

Ведущий начинает историю: «Жили-были...», следующий участник продолжает, и так далее по кругу. Когда очередь опять доходит до ведущего, он направляет сюжет истории, оттачивает его, делает более осмысленным, и упражнение продолжается.

«Дракон»

Играющие становятся в линию, держась за плечи. Первый участник – «голова», последний - «хвост» дракона. «Голова» должна дотянуться до хвоста и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

«Рычи лев, рычи; стучи, поезд, стучи»

Ведущий говорит: «Все мы — львы; большая львиная семья. Давайте устроим соревнование, кто громче рычит. Как только я скажу: «Рычи, лев, рычи!», пусть раздается самое громкое рычание». «А кто может рычать еще громче? Хорошо рычите, львы». Нужно попросить детей рычать, как можно громче, изображая при этом львиную стойку.

Затем все встают друг за другом,, положив руки на плечи впереди стоящего. Это - паровоз. Он пыхтит, свистит, колеса работают четко, в такт, каждый слушает и

подстраивается под соседей. Паровоз едет по помещению в разных направлениях, то быстро, то медленно, то поворачивая, то изгибаясь, издавая громкие звуки и свист. Машинист на станциях меняется. В конце игры может произойти «крушение», и все валятся на пол.

«Есть или нет?»

Играющие встают в круг и берутся за руки, ведущий - в центре. Он объясняет задание: если они согласны с утверждением, то поднимают вверх и кричат «Да», если не согласны, опускают руки и кричат «Нет!». Есть ли поле светлячки? Есть ли в море рыбки? Есть ли крылья у теленка? Есть ли клюв у поросенка? Есть ли гребень у горы? Есть ли хвост у петуха? Есть ли ключ у скрипки? Есть ли рифма у стиха? Есть ли в нем ошибки?

«Тень»

Один играющий ходит по помещению и делает разные движения, неожиданные повороты, приседания, нагибается в стороны, кивает головой, машет руками и т. д. Все остальные встают в линию за ним на небольшом расстоянии. Они — его тень и должны быстро и четко повторять его движения. Затем ведущий меняется.

«На что похоже настроение?»

Участники игры по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение. Начать сравнения лучше взрослому: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе, а твое?» Упражнение проводится по кругу. Взрослый обобщает - какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое и т. д. Интерпретируя ответы детей, учтите, что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

«Психологическая лепка»

В этом деле многое зависит от фантазии взрослого. Он просит детей слепить из своих тел одну общую фигуру: « морскую звезду» (можно лежа на ковре) — и показать, как она движется. Ракушку, кота, птицу, цветок, машину и т.д. Дети не только «лепят» фигуру, но и «оживляют» ее, двигаясь плавно и синхронно, не нарушая ее целостности.

«Прогулка по ручью»

На полу мелом рисуется ручеек, извилистый, то широкий, то узкий, то мелкий, то глубокий. Туристы страиваются друг за другом в одну «цепь», кладут руки на плечи впереди стоящему, расставляют ноги на ширину ручья в том месте, где их путь начинается, медленно передвигаются все вместе, меняя ширину расставленных ног, ступая по берегам ручья. Оступившийся попадает ногой в ручей и встает в конец цепи.

«Зеркало»

Детям предлагается представить, что они вошли в магазин зеркал. Одна половина группы — зеркала, другая — разные зверушки.

Зверушки ходят мимо зеркал, прыгают, строят рожицы - зеркала должны точно отражать движения и выражение лиц зверушек.

Прошито, пронумеровано и скреплено

Печатью 34 листа(ов)

(тридцать четыре)

Заведующий ГБДОУ № 26 Приморского

района СПб

(Прозорова О.А.)

«29» 09 2020 г.