

РАССМОТРЕНА:  
Педагогическим советом  
МАДОУ «Детский сад №40-ЦРР»  
г.Тобольска  
Протокол от 03.09.2018 № 2

УТВЕРЖДЕНА:  
Приказом  
МАДОУ "Детский сад №40-ЦРР"  
г. Тобольска  
от 03.09.2018 № 96

**Дополнительная  
общеразвивающая программа  
социально- педагогической направленности  
«Азбука эмоций»  
для детей 5-6 лет  
Срок реализации – 1 год**

**Автор программы:**  
Шейна М.В., педагог  
дополнительного образования

г. Тобольск  
2018

## Содержание:

### **I. Целевой раздел**

- Пояснительная записка
- Актуальность программы
- Цель Программы. Задачи
- Возрастные особенности детей 5-6 лет

### **II. Содержательный раздел**

- Учебно-тематическое планирование.
- Календарный план
- Методическая структура Программы
- Результаты освоения Программы

### **3. Организационный раздел**

- Материально-техническое оснащение
- Формы организации Программы
- Сведения о педагоге
- Список используемой литературы

## I. Целевой раздел

### Пояснительная записка

Эмоциональный интеллект (EQ) — это способность распознавать, понимать и управлять эмоциями для того, чтобы справляться со стрессом, эффективно коммуницировать с людьми, проявлять эмпатию, преодолевать трудности и сглаживать конфликты. Человек с хорошим эмоциональным интеллектом обладает следующими навыками:

- Самоосознанность: способность распознавать свои эмоции; понимать, как они влияют на мысли и поведение; понимание своих сильных и слабых сторон; уверенность в себе.
- Управление собой: способность контролировать свои эмоции, импульсивные реакции и поведение; способность проявлять инициативу, придерживаться принятых обязательств и приспосабливаться к изменяющимся обстоятельствам.
- Социальная осознанность: способность понимать эмоции, потребности и опасения других людей; способность реагировать на эмоциональные послылы, хорошо чувствовать себя в социуме и понимать расстановку сил в группе или организации.
- Отношения с людьми: способность создавать и поддерживать хорошие отношения, вдохновлять и влиять на других людей; способность работать в команде и справляться с конфликтами.

Важно отметить, что навык распознавания своих переживаний и переживаний других людей — многоплановый, сложный, формирующийся постепенно. Начиная с младенчества, дети погружены в социальную и чувственную реальность, через мимику и жесты происходит взаимодействие ребенка и его близких. Как ребенок обучается улыбкам, смеху, плачу? Есть множество исследований по этому поводу. Исторически считалось, что эмоции — врожденные древние инстинкты, которые одинаковы у всех людей. Но дальнейшие исследования опровергли универсальность

переживаний в разных культурных контекстах. Психологи обнаружили, что эмоции — культурный феномен, проявление и развитие которого зависит от обучения. С детства, нам в общих чертах, объясняют, когда люди сердиты, когда — рады. В зависимости от социальной среды ребенок обучается быть более или менее экспрессивным, в том числе, сила выражений

Изначально, считалось, что для достижения успеха детям очень важно научиться контролировать себя, уметь заставлять делать трудные операции, отодвигать получение удовольствия на потом, а так же быть умными, интеллектуальными. Проводилось много исследований, подчеркивающих важность IQ. Родители волновались, и старались как можно лучше подготовить своих детей к дальнейшей жизни, развивая их мышление, и обогащая знаниями. Внимание к социальным навыкам человека обогатило эту картину. Выяснилось, что для успеха детей так же важны социальные навыки: умение договариваться, сочувствовать, вступать в отношения, понимать чувства свои и других.

**Актуальность Программы** заключается в том, что любая образовательная программа дошкольного образования должна обеспечить полноценное развитие личности детей во всех образовательных областях на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к себе и окружающим. Тема эмоционального интеллекта привлекает в последнее время все большее внимание психологов. Это обусловлено ускорением темпов жизни, что требует от человека большей адаптации к социуму. Для успешной реализации человека в жизни и деятельности важной становится способность качественно взаимодействовать с окружающими людьми. Актуальность проблемы обусловлена потребностью общества в воспитании человека, демонстрирующего социальное поведение в духе общепринятых ценностей и норм. Очень важно, чтобы ребенок в процессе своего становления научился быть в крепких отношениях с разными людьми, доверять, заботиться, вовремя понимать, что происходит в этих отношениях.

Эмоциональный интеллект связан также и со способностью человека чувствовать себя счастливым. Детки с развитым эмоциональным интеллектом имеют более высокую самооценку, они уверены в себе, быстро адаптируются к новым обстоятельствам, следуют принятым правилам поведения в обществе. Кроме этого они эффективнее решают конфликтные ситуации и проявляют меньше тревожности.

Развивать эмоциональный интеллект так же как и умственный можно с самого рождения крохи. Но, конечно, стоит учитывать возраст ребенка и средства развития эмоций. Дошкольный и младший школьный возраст будут самыми благоприятными периодами усиленных занятий с детьми. Именно в это время у ребенка совершенствуется самосознание, способности понимать других людей, умение принимать позицию собеседника и учитывать чувства и потребности окружающих людей.

#### **Цели программы:**

1. Способствовать социальной успешности и гармоничному развитию ребенка через развитие эмоционального интеллекта.
2. Способствовать формированию эмоционально – интеллектуальной культуры подрастающего поколения и благоприятной семейной культуры для эмоционально-интеллектуального развития детей.
3. Сделать процесс обучения и развития эмоционального интеллекта и социальных навыков ребенка интересным и увлекательным.

#### **Задачи программы:**

Развить у детей способности и навыки:

1. Адекватно оценивать свои возможности.
2. Понимать и описывать свои эмоции.
3. Активно и доброжелательно взаимодействовать с окружающими людьми.
4. Понимать свои эмоции.

Программа построена таким образом, чтобы последовательно и системно повышать уровень развития эмоционального интеллекта ребенка.

На занятиях прорабатываются базовые, часто проблемные ситуации, с которыми сталкивается ребенок в общении с взрослыми, сверстниками, в школе, в детском саду, дома, что позволяет отработать также эффективные пути решения данных ситуаций.

### **Возрастные особенности эмоциональной сферы детей 5-6 лет**

К возрасту 5 лет эмоциональный мир ребенка становится богаче и разнообразнее, чем в раннем возрасте. От базовых эмоций (страха, радости и др.) он переходит к более сложной гамме чувств: радуется и сердится, восторгается и удивляется, ревнует и грустит. Изменяется и внешнее проявление эмоциональных реакций. В этом возрасте усваивается язык чувств – принятые в обществе формы выражения тончайших оттенков переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса и т.д.

Формирование чувства личной и культурной идентичности, происходящие между 5 и 6 годами, сопровождается разнообразными сильными эмоциями и переживаниями, которые ребенок должен научиться интегрировать в структуру собственной личности.

В 5-6 лет дети чаще начинают употреблять более точный словарь для обозначения моральных понятий - вежливый, честный, заботливый и др. В этом возрасте в поведении формируется возможность саморегуляции, т. е. дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу. Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения.

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребёнка о себе; оценки и мнение товарищей становятся для них существенными.

## II. Содержательный раздел

### Учебно-тематическое планирование. Старшая группа 5-6 лет.

Сентябрь		
1	ЗНАКОМСТВО И ВЫРАБОТКА ПРАВИЛ ПОВЕДЕНИЯ ВГРУППЕ	<b>Цель:</b> знакомство и выработка своих правил поведения в группе.
	ЗНАКОМСТВО С ЭМОЦИЯМИ – ИНТЕРЕСКАМИ	<b>Цель:</b> знакомство ребенка с базовыми эмоциями и примерами их проявления в жизни.
2	ВМЕСТЕ МЫ – СИЛА	<b>Цель:</b> развитие коммуникативных навыков, формирование социальной компетентности.
	ПРОДОЛЖАЕМ ЗНАКОМСТВО С ЭМОЦИЯМИ	<b>Цель:</b> закрепление знаний о 8-ми базовых эмоциях, развитие способностей идентификации и понимания причин эмоций.
3	ВЕЖЛИВОСТЬ	<b>Цель:</b> развитие социальной компетентности.
	РАДОСТЬ	<b>Цель:</b> раскрыть особенности возникновения эмоции «Радость». Изучение причин возникновения этой эмоции.
4	ДРУЖБА	<b>Цель:</b> развитие социальной компетентности и формирование понятия «дружба» у детей, развитие способности идентификации эмоций и экспрессии.
	ЗНАКОМСТВО С ОСОЗНАННОСТЬЮ 1	<b>Цель:</b> сформировать у детей представление об осознанности, развитие внимательности.
Октябрь		
1	ЗНАКОМСТВО СОСОЗНАННОСТЬЮ 2	<b>Цель:</b> развитие осознанности и внимательности у детей, развитие интереса и познавательной активности.
	РАДОСТЬ И ИНТЕРЕС.	<b>Цель:</b> изучение особенностей возникновения эмоции «Интерес» и причин ее возникновения. Тренировка навыков идентификации эмоций и использования эмоций в решении задач.

2	ДЕНЬ ЭКСПЕРИМЕНТОВ <sup>1</sup>	<b>Цель:</b> развитие у детей познавательного интереса.
	ОСОЗНАННОСТЬ (ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ) И ИНТЕРЕС <sup>1</sup>	<b>Цель:</b> развитие основы для управления эмоциями, тренировка навыков осознанного восприятия звуков, развитие интереса,
3	ЗАБОТА	<b>Цель:</b> развитие социальной компетентности, освоение детьми понятия заботы и способов ее проявления. Развитие способностей идентификации эмоций.
	ЗЛОСТЬ	<b>Цель:</b> изучение особенностей возникновения эмоции «Злость» и причинам ее возникновения. Формирование навыков использования эмоций в решении задач.
4	УПРАВЛЕНИЕ ЗЛОСТЬЮ	<b>Цель:</b> развитие способностей регуляции эмоций и идентификации эмоций.
	УЗНАЕМ О МОЗГЕ <sup>1</sup>	<b>Цели:</b> развитие познавательного интереса, знакомство детей со структурными единицами мозга – нейронами, развитие способностей управления эмоциями.
Ноябрь		
1	ЭМОЦИИ И ТЕЛО <sup>1</sup>	<b>Цель:</b> развитие понимания у детей связи тела и эмоций, развитие способностей управления эмоциями.
	ВНИМАТЕЛЬНОЕ СЛУШАНИЕ <sup>1</sup>	<b>Цель:</b> развитие способностей управления эмоциями, формирование навыков концентрации внимания на звуках.
2	ДОВЕРИЕ	<b>Цели:</b> формирование навыка выстраивать доверительные отношения с другими детьми в группе, развитие способности идентификации эмоции доверия.
	ДЕНЬ ДОВЕРИЯ	<b>Цель:</b> развитие способностей идентификации и управления эмоциями, формирование социальной компетентности, способностей рефлексии,
3	ВНИМАНИЕ К ТОМУ, ЧТО	<b>Цели:</b> знакомство детей с системой мозга,



	ИНТЕРЕСНО	распределяющей внимание, развитие способностей удерживать внимание.
	СЛУШАЕМ ЗВУКИ ВНИМАТЕЛЬНО. ТРЕНИРУЕМОРГАНЫ ЧУВСТВ	<b>Цель:</b> развитие осознанности и способностей управлять своими эмоциями, развитие навыков концентрации внимания на звуках.
4	СЛУШАЕМ ЗВУКИ ВНИМАТЕЛЬНО. ТРЕНИРУЕМОРГАНЫ ЧУВСТВ	<b>Цель:</b> концентрация внимания на звуках, развитие осознанности и способностей управлять своими эмоциями, развитие познавательного интереса.
	СТРАХ	<b>Цели:</b> изучение особенностей возникновения эмоции «Страх» и причинами ее возникновения, тренировка навыков идентификации и использования эмоций в решении задач.
Декабрь		
1	СТРАХ И КАК С НИМ БОРОТЬСЯ	<b>Цель:</b> знакомство детей со способами справляться со страхом, развитие способности использования эмоций в решении задач на примере эмоции «Страх».
	КАК ВАЖНО ОТДЫХАТЬ	<b>Цель:</b> познакомить детей с удивительными фактами о том, как важен сон и отдых для их организма, развитие способностей регуляции эмоций.
2	ПОВТОРЕНИЕ ПРОЙДЕННОГО	<b>Цель:</b> закрепление изученного материала по базовым эмоциям человека.
	РЕЛАКСАЦИЯ	<b>Цель:</b> научить детей входить в состояние спокойствия и расслабления, развитие способностей управления своими эмоциями.
3	ВНИМАТЕЛЬНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ	<b>Цель:</b> развитие навыков внимательного наблюдения, развитие способностей идентификации и анализа и понимания эмоций.
	ЭМОЦИИ И ВНИМАНИЕ	<b>Цель:</b> работа над навыками использовать эмоции для регуляции своего внимания, развитие познавательного интереса.
Январь		

2	В ГОСТИ К ИНТЕРЕСКАМ	<b>Цель:</b> знакомство детей с техникой анализа и понимания эмоций «Домик Интересок». Раскрыть особенности эмоций – приятные/неприятные, сильные/слабые.
	БОЛЬШАЯ ИГРА НА ВНИМАНИЕ И ИНТЕРЕС. ЧАСТЬ 1	<b>Цель:</b> закрепление всех изученных эмоций с помощью игры-квеста.
3	ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ КОКТЕЙЛЬ. ЧУВСТВА	<b>Цель:</b> раскрыть понятие чувства, познакомить детей с комплексом эмоций и чувств.
	УДИВЛЕНИЕ	<b>Цель:</b> изучение особенностей возникновения эмоции «Удивление» и причинами ее возникновения.
4	УДИВЛЕНИЕ ИЛИ СТРАХ?	<b>Цель:</b> научить детей различать эмоции страха и удивления и особенностей их проявления.
	КАК СПРАВЛЯТЬСЯ С ЭМОЦИЯМИ	<b>Цель:</b> закрепление знаний по управлению эмоциями.
Февраль		
1	ОСОЗНАННОСТЬ И ИНТЕРЕС.2	<b>Цель:</b> познакомить детей с органами чувств, работа над осознанным восприятием информации.
	НАЗЫВАЕМ ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА В «ДОМИКЕ ИНТЕРЕСОК».	<b>Цель:</b> развитие лексики детей с помощью техники «Домик Интересок».
2	ВНИМАТЕЛЬНАЯ ДЕГУСТАЦИЯ	<b>Цель:</b> развитие вкусовых навыков детей, внимательности и эмоциональной гибкости.
	ОСОЗНАННОЕ ДВИЖЕНИЕ 1	<b>Цель:</b> развитие внимательности и осознанности, знакомство детей с осознанным восприятием движений,
3	МУЗЫКОТЕРАПИЯ	<b>Цель:</b> повышение способности распознавания эмоций и чувств у детей.
	УЧИМСЯ ГУЛЯТЬ ВНУТРИ «ДОМИКА ИНТЕРЕСОК» ИЗ ОДНОЙ КОМНАТЫ В ДРУГУЮ	<b>Цель:</b> научить стратегиям эффективного управления своими эмоциями с помощью техники «Домик Интересок».
4	ВНИМАТЕЛЬНАЯ ДЕГУСТАЦИЯ 2	<b>Цель:</b> развитие вкусовых навыков детей, осознанности и внимательности к деталям.
	ОТВРАЩЕНИЕ	<b>Цель:</b> изучение особенностей возникновения эмоции «Отвращение» и причинами ее возникновения.

Март		
1	ЭМОЦИИ И ТЕЛО	<b>Цель:</b> освоение детьми проявлений эмоций в теле человека – температура, дыхание, сердцебиение.
	ИГРАЕМ С «ДОМИКОМ ИНТЕРЕСОК» КАЖДЫЙ ДЕНЬ!	<b>Цель:</b> рассказать детям о способах ежедневного использования техники «Домик Интересок».
2	БОЛЬШАЯ ИГРА НА ВНИМАНИЕ И ИНТЕРЕС 2	<b>Цель:</b> закрепление всех изученных эмоций с помощью игры-квеста.
	ОСОЗНАННОЕ ДВИЖЕНИЕ 2	<b>Цель:</b> научить детей осознанно двигаться и применять полученные знания по управлению эмоциями.
3	ТВОРЧЕСКОЕ И ЛОГИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ	<b>Цель:</b> развитие у детей межполушарного взаимодействия – логического и творческого мышления.
	ПОВТОРЕНИЕ ВСЕХ ЭМОЦИЙ	<b>Цель:</b> закрепление всех изученных эмоций.
4	ЗНАКОМСТВО С МУДРОЙ ПАНДОЙ	<b>Цель:</b> знакомство детей с техникой «Сделай, как Панда».
	ПОВТОРЕНИЕ ПРОЙДЕННОГО МАТЕРИАЛА - ТЕХНИКА МУДРОЙ ПАНДЫ	<b>Цель:</b> закрепление изученного материала «Сделай, как Панда»
Апрель		
1	УЧИМСЯ РАССЛАБЛЯТЬСЯ	<b>Цель:</b> научить детей расслабляться посредством – релаксации и медитации.
	ЗАГАДКА ЗАПАХОВ	<b>Цель:</b> развитие осознанного восприятия запахов, развитие познавательного интереса детей.
2	СОВЕТ МУДРОЙ ПАНДЫ (КАК УПРАВЛЯТЬ СВОИМИ ЭМОЦИЯМИ)	<b>Цель:</b> знакомство детей с техникой «Сделай паузу, как Панда».
	ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ МОЗАИКА	<b>Цель:</b> тренировка распознавания выражения эмоций в мимике лица.
3	ДРУЖИМ С МУДРОЙ ПАНДОЙ	<b>Цель:</b> разбор эмоционально сложных ситуаций общения, применение техники «Сделай, как Панда».
	ТОЛЕРАНТНОСТЬ	<b>Цель:</b> развитие толерантности, уважения к себе и терпимости к окружающим.
4	ПЕЧАЛЬ	<b>Цель:</b> изучение особенностей возникновения эмоции «Печаль» и причинами ее

		возникновения.
	КАК СПРАВИТЬСЯ С ПЕЧАЛЬЮ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ	<b>Цель:</b> самостоятельная работа детей и усвоение методик преодоления печали и страха.
Май		
2	ЭМОЦИИ И ТЕЛО	<b>Цель:</b> закрепление информации об особенностях проявления эмоций в теле человека.
	ИГРАЕМ С «ДОМИКОМ ИНТЕРЕСОК»	<b>Цель:</b> повторить способы ежедневного использования техники «Домик Интересок».
3	ОСОЗНАННОСТЬ ДАРИТ СУПЕР-СПОСОБНОСТЬ	<b>Цель:</b> научить детей увеличивать объём своего внимания. Работа по управлению своим эмоциональным состоянием.
	ПОВТОРЕНИЕ СПОСОБОВ УПРАВЛЕНИЯ ЭМОЦИЯМИ	<b>Цель:</b> повторить и обобщить способы управления эмоциями.
4	ЭМОЦИИ И ВНИМАНИЕ	<b>Цель:</b> применение способов использования эмоции для регуляции своего внимания.
	ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ МОЗАИКА	<b>Цель:</b> тренировка распознавания выражения эмоций в мимике лица.

### Календарный план

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Итог
8	8	8	6	6	8	8	8	6	66

### Методическая структура программы

В программе желательно использовать полифункциональные упражнения, с одной стороны, дающие возможность решать несколько задач, а с другой – позволяющие оказывать на разных детей различное воздействие.

Ролевые методы – предполагают принятие ребенком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей противоположных обычным, проигрывание своей роли. Ролевые методы включают в себя: ролевую гимнастику и психодраму. Ролевая гимнастика – ролевые образы животных, сказочных персонажей, социальных и семейных ролей, неодушевленных предметов.

Психодрама – предполагает поочередную смену ролей, драматическое разыгрывание мысленных картин, составленных детьми или терапевтические сказки.

Психогимнастические игры основываются на теоретических положениях социально-психологического тренинга о необходимости особым образом формировать среду, в которой становятся возможными преднамеренные изменения. В психогимнастических играх у детей формируются: принятие своего имени, своих качеств характера, своих прав и обязанностей.

Коммуникативные игры – это игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому человеку вербальную и невербальную поддержку; игры, способствующие углублению осознания сферы общения, игры, обучающие умению сотрудничать. Игры и задания, направленные на развитие произвольности. Игры, направленные на развитие воображения – вербальные игры – придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации, либо коллективное сочинение сказок или подбор ассоциаций к какому-либо слову. Невербальные игры предполагают изображение детьми того или иного живого существа или неживого предмета. «Мысленные картинки» - закрывают глаза и под музыку придумывают картинку, а затем рассказывают ее группе.

Эмоционально-символические методы – групповое обсуждение различных чувств. Как необходимый этап обсуждения используются детские рисунки, выполненные на тему чувств. Направленное рисование, то есть рисование на определенные темы.

Релаксационные методы – в программу включены упражнения, основанные на методе активной нервно-мышечной релаксации, дыхательные и визуально-кинестические техники.

Занятия строятся в доступной и интересной для учащихся форме с использованием:

развивающие игры (игры-драматизации, сюжетно-ролевые, игры на развитие навыков общения); упражнения (подражательно-исполнительского и творческого характера, на мышечную релаксацию); этюды; рассматривание рисунков и фотографий; чтение художественных произведений; рассказ психолога и рассказы детей; сочинение историй; беседы; моделирование и анализ заданных ситуаций; слушание музыки; рисование; мини-конкурсы, игры-соревнования.

### **Логика обучения**

*1 этап.* Дети знакомятся с эмоциями (учатся их идентифицировать, проявлять и называть).

*2 этап.* Эти знания углубляются за счёт обмена опытом проживания, повторений, проигрывания ситуаций и т.п., благодаря чему дети учатся определять причины появления и последствия эмоций, выражать их социально приемлемыми способами.

*3 этап.* Знания и навыки, полученные на предыдущих этапах, закрепляются. Дети учатся управлению эмоциями для достижения успеха в учёбе и персонального роста, учатся создавать и поддерживать взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.

### **Результаты освоения Программы**

Полученные знания позволят детям понять необходимость проявления заботы и внимания по отношению друг к другу. Выработанные навыки будут способствовать формированию у детей доброты, чуткости, доброжелательности, соучастия и сотрудничества в процессе общения друг с другом.

Вырабатываемые навыки позволят дать детям представления о базовых эмоциях человека, сформировать конструктивное поведение в различных ситуациях, а также дети научатся управлять своим настроением при общении с окружающим миром.

Программа способствует **формированию:**

- представление об эмоциях, их функциях и классификации;

- способность к рефлексивному восприятию своих эмоций, их классификации;
- представление о функционировании мозга в целом и его структур в частности и физиологических процессах протекания эмоций;
- способность к рефлексивному восприятию своих эмоций, их классификации;
- умение выражать свое эмоциональное состояние;
- понимание психофизиологической составляющей протекания эмоций.

Способы проверки ожидаемых результатов:

- беседа;
- оценка продуктов творческой деятельности детей;
- наблюдение;
- составление индивидуальной карты освоения программы.

ФИ ребенка	Процент посещаемости	*Эмоциональная компетентность	*Социальная компетентность

**\*Категория оценки - эмоциональная компетентность:**

Ребенок знает все 8 базовые эмоции и может их перечислить.
Ребенок хорошо владеет материалом об эмоции «Радость»: хорошо ее определяет в игре и по картинкам, знает причины возникновения эмоции, хорошо изображает эмоцию.
Ребенок хорошо владеет материалом об эмоции «Интерес»: хорошо ее определяет в игре и по картинкам, знает причины возникновения эмоции, хорошо изображает эмоцию.
Ребенок хорошо владеет материалом об эмоции «Злость»: хорошо ее определяет в игре и по картинкам, знает причины возникновения эмоции, хорошо изображает эмоцию, знает, как справиться с этой эмоцией
Ребенок хорошо владеет материалом об эмоции «Доверие»: хорошо ее определяет в игре и по картинкам, знает причины возникновения эмоции, хорошо изображает эмоцию.
Ребенок хорошо владеет материалом об эмоции «Страх»: хорошо ее определяет в игре и по картинкам, знает причины возникновения эмоции, хорошо изображает эмоцию, знает, как справиться с этой эмоцией
Ребенок хорошо усвоил методики осознанности: дыхание, медитация, внимание к окружающему.
У ребенка не бывает частых резких перемен настроения, истерических состояний на занятиях и в повседневной жизни, по словам родителя.
Ребенок хорошо определяет свое эмоциональное состояние и выражает его в речевой форме.

**\*Категория оценки - социальная компетентность:**

Ребенок легко приобретает новые социальные контакты (легко знакомится).
Ребенок стремится учитывать интересы и чувства других, сопереживает неудачам и радуется успехам других.
Ребенок хорошо взаимодействует с другими детьми во время командной работы.
Ребенок хорошо знает правила поведения в группе и следует им во время занятия.
Ребенок хорошо знает правила вежливого поведения и использует вежливые слова на занятии.
Внимание ребенка достаточно устойчиво во время занятия.
Ребенок стремится к самоконтролю в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
Ребенок проявляет познавательную активность во время занятий.

**Шкала оценивания:**

- 1-2 балла – низкий уровень;
- 3 балла – средний уровень;
- 4 балла – выше среднего уровень;
- 5 баллов – высокий уровень.

**Процент посещаемости (занятий в месяц):**

- Высокий – от 6 до 8 занятий.
- Средний – от 4 до 5 занятий.
- Низкий – от 1 до 3 занятий.

### **III. Организационный раздел**

#### **Материально-техническое оснащение**

№	Наименование	Количество
1	Ватман	15
2	Карточки Интересок	8
3	Набор фотографий лиц с эмоциями	46
4	Карандаши цветные	20 наборов по 12 шт.
5	Краски для рисования.	7 шт. по 12 цветов
6	Различные детские журналы,	20
7	Клей карандаш	10
8	Ножницы	10



9	Игрушка для инсценировки	3
10	Шаблон лица и его частей	1
11	Шаблон для игры «Танграмм»	1
12	Воздушные шары	30
13	Музыкальные инструменты (колокольчик, ксилофон)	2
14	Бумага цветная	30
15	Картон белый	30

### **Формы реализации Программы**

**Возраст детей**, участвующих в реализации данной образовательной программы: от 4 до 6 лет.

**Срок реализации** образовательной программы – 1 год.

**Форма занятий** – очная, групповая. Занятия проводятся два раза в неделю, продолжительность занятия 20-25 минут.

Программа рассчитана на 1 учебный год в количестве 66 занятий и предполагает этапы для проведения диагностики достижения результатов:

- вводный (сентябрь-октябрь) – консультации с родителями, воспитателями об особенностях организации предметно-пространственной развивающей среды, способствующей нормализации ребенка;
- промежуточный (ноябрь, февраль, март) – наблюдение за индивидуальными достижениями ребенка, консультации с родителями;
- заключительный (апрель, май) – анализ индивидуальных показателей развития ребенка, проведение консультаций с родителями.

#### **Структура занятий**

1. Подготовительная часть (4 минуты)
2. Основная часть (10-15 минут)
3. Заключительная часть (4-6 минут)

**Форма отчетности** – открытые просмотры (сентябрь, май). Оценка эффективности работы по программе производится в 2 этапа:

1. На основе критериев результативности, разработанных с учетом задач программы.
2. На основе диагностического обследования эмоционально – волевой сферы ребенка.

#### **Сведения о педагоге**

Занятия ведет педагог дополнительного образования Шеина Марина Владимировна, педагогический стаж: 1 год; образование: высшее; квалификационная категория: без категории.

### Список использованной литературы

1. Анохин, П. Эмоции / П.К. Анохин. - БМЭ т. 35 М., 1962.
2. Асмолов, А. Психология личности / А.Г. Асмолов. - М., 1990.
3. Бадамен, ЛО. Эмоции и характер детей / Л. Бадамен, А. Миронов // Дошкольное воспитание. - 1976 - №1 - с. 27.
4. Бондаренко, А. Воспитание детей в игре / А.К. Бондаренко, А.И. Матусик. - М.: Просвещение, 1983.
5. Бражас, В. Развитие эмоций в раннем детстве и их проявление в выразительных движениях / В.Н. Бражас // Вестник психологии. 1913 - вып. 1.
6. Волосова, Е. Развитие эмоций у детей / Е. Волосова // Дошкольное воспитание. - 1979 - №11 - с. 57.
7. Выготский, Л. Проблема эмоций / Л.С. Выготский // Вопросы психологии - 1958 - №3 - с. 125.
8. Гарскова, Г. Введение понятия "эмоциональный интеллект" в психологическую теорию / Г.Г. Гарскова. // Ананьевские чтения - 99: Тезисы научно-практической конференции. - СПб. - 1999 - с. 25.
9. Денисова, З. Механизмы эмоционального поведения ребенка / З.П. Денисова. - Л., 1978.
10. Ермолаева, М. Методы работы психолога с детьми дошкольного возраста /М.В. Ермолаева, Л.Г. Миланович. - М., 1996. - с.23.
- 11.Кряжева, Н. Мир детских эмоций детей 5-7 лет / Н.Л. Кряжева. - Ярославль: Академия развития, 1997.
- 12.Кряжева, Н. Развитие эмоционального мира у детей / Н.Л. Кряжева. Ярославль 1996.