

РАССМОТРЕНО
На заседании МО
Протокол
от 12.08.17 № 1

УТВЕРЖДЕНО
Протокол
Педагогического совета
от 12.08.17 № 1
директор ГКУ ЦССВ «Юнона»

Т.Ф. Баранова



**Дополнительная программа
(адаптированная, общеразвивающая)
по формированию
эмоционально-волевой сферы у
воспитанников младшего возраста
в условиях ЦССВ**

Сроки реализации: от 4 лет
Возраст: от 8 до 18 лет
Составители: Тимощенко В.Ф.

Москва, 2017 г.

Пояснительная записка

Эмоциональная сфера человека в процессе развития переживает несколько стадий. Начиная от младенчества, до взрослого состояния эмоциональная сфера постоянно развивается. Для всего психического здоровья человека главной целью является его правильное эмоциональное воспитание с самого раннего детства и на протяжении всей жизни. Эмоциональное развитие дошкольника является одним из существенных условий, обеспечивающих эффективность процесса обучения и воспитания. Необходимо использовать специально организуемые разные виды детской деятельности. Создание в этой деятельности условий для взаимоотношений с окружающими (взрослыми, сверстником, персонажем), а также включение ребенка в разнообразные жизненные ситуации, значимые и неподдельные для него, в которых бы выявился уже приобретенный и формировался новый эмоциональный опыт ребенка, - все это может обеспечить существенный воспитательный эффект, развить нравственные побуждения ребенка. Наиболее сильный и важный источник переживаний ребенка — его взаимоотношения с другими людьми — взрослыми и детьми. Когда окружающие ласково относятся к ребенку, признают его права, он испытывает эмоциональное благополучие — чувство уверенности, защищенности. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям.

Эмоциональное развитие детей имеет возрастные особенности. В младшем дошкольном возрасте происходит развитие и осознание таких базовых эмоций как радость, страдание, гнев, удивление, а в старшем дошкольном возрасте происходит закрепление этих эмоций, развитие и осмысление новых не знакомых ранее ребёнку эмоций. В этом возрасте

эмоции – это уже не просто мгновенная реакция на ситуацию, а её осмысление. Формируется эмоциональное предвосхищение, когда ребёнок может предвидеть возможные результаты деятельности, предвидеть реакцию на его поведение со стороны других людей. Старший дошкольник начинает включать в процесс управления своими эмоциями слова. Знание воспитателем особенностей эмоциональной сферы является важнейшим средством развития ребёнка.

Необходимо проводить целенаправленную и последовательную работу по развитию эмоциональной сферы дошкольников. Активировать эмоции детей через разные виды деятельности, отдавая предпочтение игре. Подбирать подходящие методы и приёмы, учитывающие возрастные и индивидуальные особенности эмоционального развития детей.

Программа «Я-ТЫ-МЫ»

Цель программы: социально-эмоциональное развитие ребенка дошкольного возраста, формирование его эмоциональной сферы и социальной компетентности. Рассчитана на детей 3-6 лет.

Количество занятий - 24.

Октябрь - март 2017г.

В программе «я-ты-мы» выделяют три основных раздела:

Раздел 1. Уверенность в себе

Раздел 2. Чувства, желания, взгляды

Раздел 3. Социальные навыки

Первый раздел программы «Уверенность в себе» предполагает решение следующих задач. Помочь ребёнку осознать свои характерные особенности и предпочтения, понять, что он, как и каждый человек, уникален и неповторим.

Второй раздел программы «Чувства, желания, взгляды» призван научить детей осознанно воспринимать свои собственные эмоции – чувства и переживания, а также понимать эмоциональные состояния других людей.

Третий раздел «Социальные навыки» предполагает обучение детей эстетически ценным формам и способам поведения в отношениях с другими людьми.

Обучающие способы, приемы и содержание заданий по развитию эмоций

1. Рассматривание собственной мимики перед зеркалом. Сознательное изменение выражения лица и ответ ребенка на вопрос взрослого: «Что теперь чувствуешь?» — отрабатывается связь между мимическим проявлением и эмоциональным самочувствием (прямая и обратная).

2. Игра «Артисты немого кино» — проводится перед зеркалом; возможны разные формы игры: задается текст или эмоциональный звуковой образ, который сопровождается мимическими и пантомимическими эмоциями «артиста»; воспроизводится определенная мимическая эмоция, и под нее ребенок подбирает ситуацию, соответствующего персонажа и т. д. Активное использование видеотехники.

3. «Мимический диктант» — специальный текст сопровождается мимикой, вокализациями-звукоподражаниями и пантомимикой ребенка; проводится перед зеркалом.

4. Тот же «мимический диктант», но записанный на видеопленку; ребенок может сравнить свою экспрессию с эмоциональной выразительностью других детей (только при желании ребенка). Неудачи не отмечаются, удачи вызывают положительную оценку взрослого; здесь же отрабатываются разные виды походки, особое выделение благородства движений и походки, обучение способам связи собственного внутреннего самочувствия и выражения его в походке (красота, легкость, собранность и т. д.).

5. Эмоциональный аутотренинг через эмоциональную идентификацию (отождествление) с любым персонажем — поскольку в

подобной ситуации ребенок всецело сосредоточен на взаимодействии и общении с персонажем, взрослый голосом и поступками персонажа может открывать ребенку его эмоциональный образ, который для него чаще всего отсутствует, корректировать его, поддерживать позитивные стороны, снимать неуверенность в проявлении своих эмоций, подчеркивать их эстетические стороны и т. п.

6. Рассказывание сказок, историй (извлеченных из литературных источников, придуманных взрослым или самим ребенком) **от первого лица**, где вместо главного персонажа — «Я»; воспитатель при этом старается задержать ребенка на передаче своих внутренних переживаний. Такой рассказ в группе может подхватываться детьми по цепочке, но каждый, продолжая сюжет, говорит только от себя (здесь ребенку открывается возможность сравнить свои собственные переживания с переживаниями других детей и взрослого) и т. д.

Список литературы:

1. В мире детских эмоций: пособие для практ. работников ДОУ/ Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина. – 4-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2008.
2. Вайнер М.Э. Профилактика, диагностика и коррекция недостатков эмоционального развития дошкольников. Учебно-методическое пособие. - М.: Педагогическое общество России, 2006
3. Дружинин В. Е. Психология эмоций, чувств, воли. — М.: ТЦ Сфера, 2003.
4. Затаенная боль /дневник психоаналитика/Каролин Эльячефф- М., 1999
5. Методические рекомендации для специалистов службы по подбору, подготовке и сопровождению замещающих семей. Тренинг подготовки замещающих семей.- М.:АНО Центр «Про-мама»
6. Коррекционно-педагогическая помощь детям раннего и дошкольного возраста с неярко выраженными отклонениями в развитии /научно-методическое пособие/ СП-б,2008
7. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие — М.: Генезис. 2002.
8. Особенности и средства развития эмоциональной сферы дошкольников: Учеб. пособие / М. В. Ермолаева, И. Г. Ерофеева. — М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2008.
11. Практикум по креативной терапии. Зинкевич - Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. СПб-изд-во «Речь»
12. Психологическая помощь семье, воспитывающей ребенка с отклонениями в развитии /методическое пособие/ М., Просвещение, 2008
13. Психология детей-сирот /учебное пособие/ Л.М.Шипицына- С-Пб, 2005
14. Социально-психологическая помощь семьям и детям групп риска. /Практическое пособие/, Джудит С.Райкус, Рональд С.Хьюз- Национальный фонд защиты от жестокого обращения
15. Эмоциональное развитие дошкольников: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.Д. Кошелева, В. И. Перегуда, О.А. Шаграева; Под ред. О.А. Шаграевой, С.А. Козловой. – М.: Издательский центр «Академия», 2003.
16. Юрчук Е.Н. Эмоциональное развитие дошкольников: Методические рекомендации. — М.: ТЦ Сфера, 2008.
17. Я-Ты-Мы: Программа социально-эмоционального развития дошкольников. сост. Князева О.Л., "Мозаика-Синтез" – 2005

План занятий
по развитию и гармонизации эмоциональной сферы
воспитанников ЦССВ

№	Тема занятия	Программное содержание
Раздел 1.		
Уверенность в себе		
1.	Ребенок и кукла	Учить выделять общее у ребенка и куклы
2.	Отражение в зеркале	Знакомить детей с отражением в зеркале
3.	Какого цвета твои глаза?	Знакомить детей с отличительными чертами ребенка
4.	Какого цвета твои волосы?	Знакомить детей с отличительными чертами ребенка
5.	Ребята и зверята	Определять вместе с детьми
6.	Какой подарок ты хочешь?	Определять вместе с детьми их предпочтения
7.	Вкусы бывают разные	Определять вместе с детьми их предпочтения в еде, помочь им понять, что все люди разные.
Раздел 2		
Чувства, желания, взгляды		
1.	Как мы выражаем свои чувства	Учить детей понимать эмоциональные состояния других по выражению лица
2.	Грусть, радость, спокойствие	Помочь детям понять причины основных эмоциональных состояний
3.	Изменение настроения	Помочь детям понять причины и внешние признаки изменения настроения

4.	Страх	Помочь детям понять причины возникновения страха, способствовать профилактике страха у детей
Раздел 3 Социальные навыки		
1	Взаимопомощь	Формировать у детей элементарные представления о значении взаимопомощи на примерах сказочных сюжетов и персонажей
2	Плохо быть одному	Формировать у детей первые представления об одиночестве и о том, как важно иметь друга
3	Ссора и примирение	Помочь детям понять некоторые причины ссоры и как важно уметь мириться

Средний дошкольный возраст

	Тема	Программное содержание
Раздел 1. Уверенность в себе		
1	Твоя любимая еда	Продолжать определять вместе с детьми вкусы и предпочтения в еде, сравнивать со вкусами и предпочтениями других людей
2	Твоё любимое занятие	Определять вместе с детьми их предпочтения в играх и занятиях, сравнивать с предпочтениями других
3	Животное, которое тебе нравится	Продолжать определять вместе с детьми их вкусы и предпочтения по отношению к животным, сравнивать с предпочтениями других людей
4	Растение, которое тебе	Определять вместе с детьми их вкусы и

	нравится	предпочтения по отношению к растениям, сравнивать с предпочтениями других людей
5	Любимый цвет	Определять вместе с детьми их вкусы и предпочтения по отношению к цвету, сравнивать со вкусами других людей
6	Твоя любимая сказка	Определять вместе с детьми их предпочтения по отношению к сказкам, сравнивать с предпочтениями других
7	Цвет глаз и цвет волос, которые тебе нравятся	Определять вместе с детьми их предпочтения по отношению к цвету глаз и волос
8	С кем ты хочешь подружиться	Определять вместе с детьми их предпочтения при выборе друга
9	Дом, в котором ты хочешь жить	Определять вместе с детьми их предпочтения по отношению к предметам обстановки и быта

Раздел 2. Чувства, желания, взгляды

1	Погода и настроение	Помочь детям осознать, какие чувства и настроения вызывает у них та или иная погода
2	На природе	Учить детей осознавать, как влияет природа на их чувства и настроения
3	Мимика	Продолжать знакомить детей с внешними выражениями разных эмоциональных состояний
4	Добрый, злой	Помочь детям понять, что такое «злость», «доброта»

5	Грустно	Помочь детям понимать и распознавать, что такое «грустно» и что значит «плохое настроение»
6	Гнев	Учить детей распознавать по внешним признакам состояние гнева
7	Страх	Помочь детям справляться со своими страхами
8	Удивление	Учить детей узнавать по внешним признакам эмоциональное состояние «удивление»
9	Спокойствие	Учить детей распознавать эмоциональное состояние «спокойствие»
10	Радость	Учить детей распознавать эмоциональное состояние «радость»
11	Маски эмоций	Помочь детям устанавливать связь между разными эмоциями и причинами, которые их вызывают
Раздел 3. Социальные навыки		
1	Сочиняем истории про себя и своих друзей	Побуждать детей сочинять несложные стишки и истории, в которых героями становятся они сами, способствовать повышению самооценки детей
2	Порядок в твоём доме	Приучать детей содержать в порядке свое жилье и проявлять особую заботу о его красоте и чистоте, если в дом приходят гости
3	Как принять гостей	Учить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками; помочь детям понять, в чем состоит роль хозяина

		дома
4	Что надеть в гости	Помочь детям понять, что воспитанный человек всегда выглядит опрятно, и это приятно окружающим; приучать детей следить за своим внешним видом
5	Обмен приветствиями при встрече	Способствовать освоению детьми основных правил этикета при обмене приветствиями при встрече; помочь им понять, что одни и те же высказывания могут быть восприняты окружающими по-разному (и как невежливые, и как насмешливые, и как шутливые)
6	Как выбирать подарок	Учить детей позитивным поддерживающим приемам общения; помочь им понять, как можно порадовать друга подарком
7	Как вести себя за столом	Способствовать освоению детьми основных правил этикета в поведении за столом
8	Ссора	Учить детей самостоятельно разрешать межличностные конфликты, учитывая при этом состояние и настроение другого человека, а также пользоваться нормами-регуляторами (уступить, договориться, соблюдать очередность, извиниться и др.)
9	Обмен приветствиями при прощании	Способствовать освоению детьми основных правил этикета в процессе обмена приветствиями при прощании; помочь им.

Методические рекомендации по развитию и гармонизации эмоциональной сферы воспитанников

Цели:

1. Введение ребенка в мир человеческих эмоций, проживание эмоциональных состояний и дифференциация различных эмоций, снижение эмоционального напряжения, коррекция поведения, формирование у детей моральных представлений.
2. Формирование произвольной регуляции деятельности ребенка, как одной из базовых составляющих психологического развития ребенка.
3. Расширение словарного запаса детей
4. Развитие коммуникативной функции речи в условиях взаимодействия детей друг с другом, воспитателями и специалистами
5. Расширение репертуара игровой деятельности

Задачи программы	Организация работы	Содержание групповой работы	Критерии оценки эффективности и работы
<p>Учить детей понимать собственные эмоциональные состояния; распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации; выражать свои и адекватно реагировать на чувства других людей; развивать произвольную регуляцию двигательной активности; произвольную регуляцию ВПФ и произвольную эмоциональную регуляцию.</p>	<p>Занятия проводятся один раз в неделю в течение 45 минут индивидуально или в минигруппе. Оптимальное количество детей в группе – 2-3 человека в проведении занятия важен индивидуальный подход к каждому ребенку, учет его возможностей. Каждое занятие соответствует постоянной структуре, внутри которой происходят изменения: в помещении, где проводятся занятия, имеются постоянные зоны, что облегчает</p>	<p>Формирование навыков взаимодействия с взрослым и с другими детьми; развитие средств коммуникации; сенсорное развитие; ознакомление педагогов с игровыми технологиями; расширение игрового репертуара; развитие чувства ритма; расширение словарного запаса; развитие навыков самообслуживания.</p>	<p>Разделы «Общение» и «Личностно-социальное развитие» Программы оценки развития ребенка «Лекотека», Программа ранней помощи «Каролина».</p>

	детям ориентировку пространстве	в	
--	---------------------------------------	---	--

Структура игрового группового занятия

Части занятия	цель	содержание
вводная	настроить детей на совместную работу, установить эмоциональный контакт между участниками.	приветствия, игры с именами, разминка
Рабочая	развитие и коррекция эмоционально–личностной сферы ребенка	просмотр видео-материалов Беседа по теме занятия Обыгрывание интересных, запомнившихся детям моментов. Игры в Кругу. Элементы психотерапии
Завершающая	создание у каждого ребенка чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций. Развитие навыков самообслуживания	Релаксация - создание общего рисунка -другая коллективная деятельность - чаепитие.

Завершающей частью программы является постоянный переход к коллективным играм с удержанием правил и возможностью контроля не только за собственной частью игр, но и за выполнением правил игры партнерами.

Групповые занятия направлены на работу с «предметными чувствами»: по уже описанной схеме в занятии прорабатываются основные чувства, используются этюды и игры, предложенные М.И.Чистяковой (1995 г.) (Психогимнастика) Под редакцией М.И.Буянова. 2–е изд. – М. Просвещение – ВЛАДОС), и отдельные упражнения из Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста Крюковой Светланы Владимировны. («Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь» Крюкова (В, Слободник Н.П. Москва, «Генезис», 1999 г.).

Темы:

- 1) Удивление – 1 занятие
- 2) Радость – 3 занятия
- 3) Грусть – 1 занятие
- 4) Радость и грусть – 1 занятие
- 5) Робость и смелость – 1 занятие
- 6) Закрепление: удивление, радость, грусть, робость, смелость
-1 занятие
- 7) Страх – 4 занятия
- 8)Отвращение (брезгливость) – 1 занятие
- 9)Закрепление: страх, смелость, самодовольство, отвращение -1занятие
- 10) Сострадание (жалость) – 1 занятие
- 11) Обида (разочарование) – 1 занятие
- 12) Обида – прощение – 1 занятие
- 13) Стыд (вина) – 2 занятия
- 14) Жадность – 1 занятие
- 15) Закрепление: обида, прощение, стыд, жадность, сострадание-
1занятие
- 16) Закрепление: радость, грусть, робость, смелость, удивление, страх,
самодовольство, сострадание – 1 занятие
- 17) Закрепление: отвращение, обида, стыд, прощение, жадность,
робость, страх, радость- 1 занятие
- 18). Дифференциация различных эмоциональных состояний – 1
занятие.

Педагог-психолог:

В.Ф. Тимощенко