

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад «Успех» с. Кабанск

«Утверждаю» Заведующий  
МАДОУ детский сад «Успех»  
\_\_\_\_\_ /Фролова Т.В.

**Рабочая программа педагога - психолога  
«В мире эмоций»  
Тип: развивающая**

Педагог-  
психолог  
Караваяева И.И.

с. Кабанск 2022г.

## Пояснительная записка

Дети отличаются высокой эмоциональностью, ярко и непосредственно выражают свои чувства. Но для того, чтобы научиться различать эмоции и быть эмоционально отзывчивыми им требуется помощь взрослого. В этом случае необходимо побуждать детей эмоционально раскрываться, учить понимать свои эмоции и «читать» эмоции других людей.

Л. С. Выготский писал о феномене «засушенное сердце», наблюдавшемся у его современников и связанном с воспитанием, направленным на интеллектуальное развитие, сейчас это как никогда актуально. Направленность воспитания и обучения в большей мере на интеллектуальную сферу, появление новейших технологий (дети стали все больше предпочитать живое общение современным гаджетам), способствует потере чувственности у детей. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной сферы, очень важна и актуальна.

Главная функция эмоций состоит в том, что благодаря им мы лучше понимаем друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состояниях других людей и лучше настраиваться на совместную деятельность и общение.

Эмоции играют важную роль в жизни дошкольника, для выполнения любого вида деятельности, для познания окружающего мира нужны положительные эмоции. Этой проблемой занимались такие педагоги, психологи как Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.А. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин, и др. Эмоции помогают ребенку приспосабливаться к той или иной ситуации. Благодаря правильному эмоциональному развитию, ребенок сможет избежать поступков, которые мог бы совершить при воздействии мимолетных желаний, тем самым учится регулировать свое поведение. Поэтому существует необходимость не только изучать, но и развивать эмоциональную сферу ребенка, так как по эмоциям взрослые

могут судить о состоянии и внутреннем мире растущего человека.

**Цель** – создание условий для развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи программы:**

- формировать позитивное отношение к своему «Я»;
- научить ребенка определять эмоции;
- развивать способность управлять эмоциями;
- способствовать повышению уверенности в себе;
- развивать навыки социального поведения;
- развивать способность ребенка к сопереживанию;
- снятие мышечного напряжения.

Программа включает в себя два блока.

Цель первого блока – ознакомление детей с миром эмоций и обозна

Цель второго блока: закрепление знаний об эмоциях и способах их приемлемого выражения.

**В основе программы лежат следующие принципы:**

- ✓ Принцип гуманности. Предполагает отбор и использование гуманных, лично-ориентированных, основанных на общечеловеческих ценностях методов реализации программы.
- ✓ Принцип постепенности. Любое воздействие оказывает определенное влияние на психику, поэтому все нагрузки должны возникать постепенно.
- ✓ Принцип последовательности. Исходя из закона последовательного развития, начинать интенсивный процесс нужно с более простого и доступного.
- ✓ Принцип индивидуального подхода. Необходимо учитывать индивидуальные особенности детей.

**В программе используются следующие методы:** беседы, направленные

на знакомство и анализ различных эмоций и чувств, игры-упражнения, направленные на проигрывание эмоций, рисуночная терапия, релаксация.

**Сроки реализации программы:** занятия проводятся с сентября по май месяц учебного года.

**Организация занятий:** занятия проводятся со всей группой детей, каждая подгруппа состоит из 10-12 человек, 1 раз в неделю. Длительность одного занятия 20 - 25 минут (1 академический час).

### **Структура занятий:**

1 Ритуал приветствия (с целью сплочения коллектива, создания положительного эмоционального фона, настроения в группе).

2. Основная часть:

-создание проблемной ситуации по теме занятия посредством использования игрового или сюрпризного моментов, инсценировки, чтение художественных текстов, рассказов, сказок.

-беседа по проблеме с индивидуальными высказываниями детей, с целью подведения детей к необходимости обобщения сказанного, к решению проблемы, обыгрывания ситуаций.

3. Заключительная часть - расслабляющие упражнения, релаксация.

### **Тематический план:**

#### **Первый блок:**

<b>№ занятия</b>	<b>Название занятия</b>	<b>Время</b>
1	Радость	1 час
2	Радость – 2	1 час
3	Радость – 3	1 час
4	Робость	1 час
5	Страх	1 час
6	Страх-2	1 час

7	Удивление	1 час
8	Злость	1 час
9	Вина, стыд	1 час
10	Отвращение, брезгливость	1 час
11	Самодовольство	1 час
<b><i>Второй блок:</i></b>		
<b>№ занятия</b>	<b>Название занятия</b>	<b>Время</b>
1	Радость и горе	1 час
2	Радость и злость	1 час
3	Гнев, удивление.	1 час
4	Радость, горе, страх.	1 час
	удивление.	
6	Радость, страх, удивление.	1 час
7	Азбука настроений	1 час

***Предполагаемый результат реализации программы:***

- повышение уровня самооценки детей;
- сглаживание в поведении детей агрессивных реакций;
- улучшение межличностных отношений в группе;
- преобладание положительных эмоций;
- способность сдерживать нежелательные эмоции и применение приемлемых способов реагирования.

***Методы оценки:***

Для определения эффективности программы используются диагностики

«Социометрия», «Лесенка», «Тест тревожности». В конце учебного года проводится повторная диагностика эмоционально-личностной сферы детей. Результаты сравниваются.