

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 32 комбинированного вида»

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
МАДОУ «Детский сад № 32  
комбинированного вида»  
Протокол от «30» 08 2024 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 32  
комбинированного вида»  
\_\_\_\_\_  
Н.В. Окушева  
Приказ от «30» 08 2024 г. № 86/1 ОД



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО- ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ МИР ДОШКОЛЬНИКА»

Возраст обучающихся 5-6 лет

Срок реализации : 1 год

Разработчик:  
Маркова Г.Р.  
педагог- психолог

ГО Краснотурьинск, 2024

## Содержание

1. Целевой раздел	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цели и задачи общеразвивающей программы	9
1.3 Планируемые результаты	10
1.4 Содержание общеразвивающей программы	11
2. Организационно-педагогические условия	12
2.1. Календарный учебный график	12
2.2. Условия реализации программы	12
2.3. Формы контроля и оценочные материалы	19
3. Список литературы	20
Приложения	22

## **1 Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Направленность: обучение дошкольников по данной программе несет социально-гуманитарную направленность и способствует развитию эмоционального интеллекта.

Актуальность : Дошкольный возраст – это период эмоционального развития детей, становление их самосознания, период высокой творческой активности. Ребенок 5-6 лет познаёт не только себя, но и окружающий его мир. Основную роль в этом процессе играют именно эмоции. Распознавание и передача эмоций – достаточно сложный процесс, требующий от ребёнка определённых знаний и определённого уровня развития. Эмоциональное воспитание становится необходимой основой благополучия развития ребёнка и способствует раскрытию его возможностей.

Одной из важных задач, заявленных в федеральном государственном стандарте дошкольного образования – является «... развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирования готовности к совместной деятельности со сверстниками».

Эмоциональный интеллект – это способность тщательного постижения, оценки и выражения эмоций; способность понимания своих эмоций и эмоциональных знаний; принятие эмоций окружающих, а также способность управления эмоциями, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту личности .

Исследователи М.Н. Андерсон, А.В. Добрина, С.В. Ильина, А.К. Мазина, О.А. Орехова, О.Ю. Пискун, И.Н. Розова – пришли к выводу, что дети с высокоразвитым эмоциональным интеллектом могут легче адаптироваться в социуме; быть более успешными в профессиональной деятельности; ставить

разумные и достижимые цели; активно и доброжелательно взаимодействовать с окружающими, понимая их эмоции; понимать себя и свои потребности; грамотно управлять своим поведением в различных ситуациях (особенно в стрессовых и конфликтных); понимать и анализировать свои эмоции.

По мнению известного американского психолога Д. Гоулмана, эмоциональный интеллект повышается с возрастом и по мере накопления жизненного опыта. У детей он намного ниже, чем у взрослого и для того, чтоб к моменту взрослости был на достаточном уровне необходимо его целенаправленное развитие .

На сегодняшний день интерес к вопросу комплексного развития эмоционального интеллекта дошкольника неуклонно растёт.

Актуальность программы определяется современными условиями: последнее время появилось большое количество детей с различного рода трудностями, как в личностной, так и в эмоциональной сфере. Кроме того, на фоне таких явлений как эмоциональная неустойчивость, агрессивность, тревожность, импульсивность возникают вторичные личностные отклонения, обуславливающие негативный характер способов поведения и общения, деформацию личностного роста детей в целом. Специально организованная работа в этом направлении может обогатить положительный эмоциональный опыт ребёнка и снизить риски формирования личностных деформаций.

Программа составлена на основе: «Программы групповой психологической работы с дошкольниками. Удивляюсь, злюсь, боюсь». Крюкова С.В. Донская Н.И. – М.: Генезис, 2014-272с.;

результатов исследования профессора Савенкова Александра Ильича, который считает, что наиболее ценным является работа ребенка в коллективе, группе.

В основе деятельности программы «Эмоциональный мир дошкольника» лежат следующие принципы:

- Принцип деятельностного подхода – организация активной деятельности воспитанника.
- Принцип гуманизма – опора на положительное в ребенке, вера в его возможности.
- Принцип системности – рассмотрение каждого воспитанника как условной, своеобразной, динамично развивающейся личности.
- Принцип единства психолога – педагогической диагностики и коррекционно-развивающей работы – целостности оказания психологической помощи ребенку.
- Принцип социально-личностного развития - способствует формированию коммуникативных умений, необходимых для успешного протекания процесса общения; развитию личностно-волевой сферы.
- Принцип доступности – предъявление стимульного материала.
- Принцип учета возрастнo – психологических и индивидуальных особенностей воспитанника - создание условий для индивидуализации пути развития ребенка и утверждение его «самости», а также изменение содержания, форм и способов коррекционно-развивающей работы в зависимости от исходных особенностей ребенка.

Деятельность в рамках программы «Эмоциональный мир дошкольника» направлена на обеспечение эмоционального благополучия ребенка, интеллектуальное развитие личности, повышение самооценки детей, снижению конфликтности, развитию у детей эмпатии, творческих способностей, воспитание основ нравственности, профилактике и психокоррекции агрессивности.

В организации образовательного процесса программы используются следующие методы:

- игровая терапия;
- арт-терапия (рисуночная терапия, пескотерапия);
- музыкотерапия;
- метод беседы;
- групповое обсуждение различных чувств: радости, обиды, стыда, злости, удовольствия, удивления;
- тренинговые занятия

Структура программы: программа включает 32 занятия с 1 октября по 30 мая, с детьми на основе совместно-взаимодействующей формы. Занятия проводятся в групповой форме 6-8 человек 1 раз в неделю, продолжительность занятия 25-30 минут.

Занятия имеют классическую структуру:

- Вводная часть, в которую входит ритуал приветствия педагога-психолога с детьми с помощью различных игровых техник, что способствует установлению эмоционального контакта между всеми участниками, снятию напряженности и настрою детей на совместную работу.
- Основная часть содержит беседы, индивидуальное и коллективное тематическое творчество (сочинение сказок, мини этюды, пескотерапия, рисование), прослушивание музыкальных композиций; игры на взаимодействие и улучшение качества когнитивных процессов.
- Заключительная часть – рефлексия, ритуал прощания, направленные на формирование чувства единства, на ощущения целостности и законченности занятия.

Форма проведения занятий предусматривает: групповые, индивидуальные занятия.

## Возрастные особенности детей 5-6 лет.

### Психические функции.

Возраст от 5 до 6 лет. К пятилетнему возрасту все психические процессы активно развиваются и начинают приобретать произвольный характер. В этот период детям доступно опосредованное запоминание. Эффективность запоминания с помощью внешних средств (картинок, пиктограмм) может возрасти в 2 раза. 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. Эгоцентризм детского мышления сохраняется. Основой развития мыслительных способностей в данном возрасте является наглядно-схематическое мышление, начинают развиваться основы логического мышления. Формируются обобщения, что является основой словесно-логического мышления. Интенсивно формируется творческое воображение. Наряду с образной креативностью, интенсивно развивается и вербальная креативность по параметрам беглости, гибкости, оригинальности и разработанности. Увеличивается устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Развитие речи идет в направлении развития словаря, грамматической стороны речи, связной речи, ребенку доступен фонематический анализ слова, что является основой для освоения навыков чтения. Проявляется любознательность ребенка, расширяется круг познавательных интересов. Складывается первичная картина мира. Детские виды деятельности. У детей шестого года жизни отмечается существенное расширение регулятивных способностей поведения, за счет усложнения системы взаимоотношений со взрослыми и со сверстниками. Творческая сюжетно-ролевая игра имеет сложную структуру. В игре могут принимать участие несколько детей (до 5-6 человек). Дети шестого года жизни могут планировать и распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого

поведения, а также нарушением правил. Интенсивно развиваются продуктивные виды деятельности, которые способствуют развитию творческого воображения и самовыражения ребенка. Необходимо отметить, что сюжетно-ролевая игра и продуктивные виды деятельности в пять-шесть лет приобретают целостные формы поведения, где требуется целеполагание, планирование деятельности, осуществление действий, контроль и оценка. Продуктивные виды деятельности могут осуществляться в ходе совместной деятельности.

**Коммуникация и социализация.**

В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативно-познавательная и внеситуативно-личностная форма общения. У детей формируется потребность в самоутверждении через возможность соответствовать нормам, правилам, ожиданиям, транслируемым со стороны взрослых. Со сверстниками начинает формироваться внеситуативно-деловая форма общения, что определяется возрастающим интересом к личности сверстника, появляются избирательные отношения, чувство привязанности к определенным детям, дружба. Характер межличностных отношений отличает выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастанием просоциальных форм поведения. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

**Саморегуляция.**

В период от пяти до шести лет начинают формироваться устойчивые представления о том, «что такое хорошо» и «что такое плохо», которые становятся внутренними регуляторами поведения ребенка. Формируется произвольность поведения, социально значимые мотивы начинают управлять личными мотивами.

**Личность и самооценка.**

Складывается первая иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки.



## **1.2. Цели и задачи общеразвивающей программы.**

Цель программы: развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- обогащать эмоциональный опыт воспитанников;
- способствовать открытому проявлению детских эмоций различными социально приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими);
- развивать умение договариваться, учитывая интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя;
- воспитывать волевые качества, умение следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;
- развивать понимание собственного эмоционального состояния, умение выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации;
- формировать чувство собственного достоинства, умение активно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, стараться разрешать конфликты приемлемыми способами.

### 1.3. Планируемые результаты

Ожидаемые результаты работы с детьми:

- управляет своими чувствами эмоциями, понимает и описывает свои желания и чувства, устанавливает связь между эмоциональным состоянием и событием;
- понимает эмоциональное состояние других людей, активно выражает готовность помочь;
- откликается на эмоции близких людей и друзей, проявляет сочувствие;
- выражает определённые эмоциональные состояния различными способами, выражает свои чувства и распознает чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации;
- проявляет готовность к совместной деятельности со сверстниками и взрослыми;
- умеет устанавливать контакт и поддерживать его; умеет договариваться.
- осознает собственную ценность, умеет принимать себя таким как есть;
- развиваются волевые качества, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности.

## 1.4. Содержание общеразвивающей программы.

### Учебный план

Данная программа направлена на эмоционально-личностное развитие детей в возрасте 5-6 лет. Занятия проводятся в кабинете логопеда и психолога один раз в неделю, продолжительностью 30 минут с группой детей (4-8 человек). Во время занятия дети сидят в круге за столами, либо на ковре. Форма круга позволяет участникам лучше видеть друг друга, легче устанавливать социальные контакты и взаимодействия.

### Учебный план

№п [п	Название раздела(модуля)	Количество часов (практика)	Формы аттестации/контроля
1	Давайте, знакомиться и дружить	7	Игровое занятие
2	Мир эмоций	17	Выставка работ
3	Мир ощущений	5	Тренинг
4	Здравствуйте – я сам!	3	диагностика
	Итого	32	
Всего по программе: 32 часа			

## 2. Организационно-педагогические условия

### 2.1. Календарный учебный график

п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	32
2	Количество часов в неделю	1
3	Количество часов	32
4	Недель в полугодии	13
5	Недель во II полугодии	19
6	Начало занятий	1 октября
7	Выходные дни	31 декабря — 9 января
8	Окончание учебного года	31 мая

### 2.2. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение: занятия проводит педагог- психолог, 1 КК, образование высшее.

Материально- техническое обеспечение:

Кабинет для занятий располагается на 2 этаже образовательного учреждения. Организованная пространственная среда позволяет обеспечить максимальный психологический комфорт для каждого ребенка, создать возможность для коррекционно- развивающей работы, развития познавательных процессов, речи и эмоционально-волевой сферы.

Организационно - планирующее пространство кабинета оснащено письменным столом, стеллажом и шкафом для книг и картотек.

В наличии имеются картотеки: психологической литературы; игр и упражнений для развития и коррекции познавательной сферы; стимульного материала к диагностическим методикам в работе с детьми, родителями и педагогами; бланки и анкеты тестов.

	<b>Центр</b>	<b>Оснащение</b>
1	Центр диагностической и коррекционно-развивающей работы	Оснащен столами, стульчиками, магнитно- маркерной доской.
2	Центр для развития эмоциональной сферы	Включает в себя разнообразные игры и дидактические пособия на развитие эмоциональной сферы.
3	Центр развития сенсомоторных навыков	Представлен в виде игр, упражнений: мозаики, шнуровки, контейнеры с различными наполнителями, мешочки с мелкими предметами.
4	Центр игровой терапии	Предполагает свободное размещение детей на полу, где ковровое покрытие, а также разнообразный игровой материал. (мягкие игрушки, конструктор, развивающие пособия, пальчиковый театр, разнообразные дидактический материал). Игрушки располагаются в доступном для ребёнка месте, на открытых полках.

5	Консультативная зона	Оснащена двумя стульями и столиком с расположенной на нем картотеккой памяток различной проблематики.
---	----------------------	---

### Перечень необходимого оборудования для проведения занятий

№ п/п	Наименование
1.	Столы
2.	Стулья
3.	Колокольчики
4.	Магнитно- маркерная доска
5.	Ноутбук
6.	Компьютерные диски с дидактическим материалом
7.	Настольные игры социально- коммуникативного содержания: семья, домик настроений, как поступить
8.	Игрушки диких и домашних животных; людей, сказочных персонажей
9.	Мячики су-джок
10	Пластелин, природный материал( камни, песок, листья )
11	Бумага, белая и цветная
12	Цветные карандаши, маркеры для доски
13	Клей, ножницы
14	Пиктограммы «Настроение»
15	Камушки марблс
16	Мячи разных размеров
17	Балансир бильгоу

18	Мишень
19	Стойка с цифрами
20	Различные виды транспорта.

Методические средства, используемые в программе.

В процессе работы по программе используются приемы, содержание которых отвечает развивающим, профилактическим и коррекционным задачам 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, 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.

Игровые разминки наиболее просты по форме и ограничены по времени. Они используются на этапе знакомства, для создания в начале дня или этапа доброжелательного настроения, поддерживают атмосферу эмоциональной безопасности, свободного самовыражения, группового сплочения. Для «энергетизации» или, наоборот, для расслабления группы могут использоваться простые физические процедуры – ходьба, прыжки, касание соседей или контакт глазами.

Игры-проблематизации – настраивают участников эмоционально и интеллектуально на работу по предоставленной теме; актуализируют то, что они знают по данному вопросу и что хотели бы узнать в течение занятия; либо



актуализируют чувства, воспоминания участников, их личный опыт, если предполагается работа с отношением участников к данной проблеме.

Игры на отработку навыков, на опробование новых моделей поведения или отношения к ситуации применяются после того, как проблема выявлена, исследована и определен путь ее решения. Наиболее оптимальная форма такой игры – ролевая игра.

Наблюдение – общенаучный метод исследования, который в педагогике и психологии предполагает целенаправленную, систематическую фиксацию проявлений поведения личности, коллектива, группы людей или же их отдельных психических функций, реакций.

Элементы тренинга - Комфортная и открытая обстановка во время проведения тренинга отличается от обычной обстановки. У участников есть возможность эмоционально выразить свое мнение, расслабиться и фантазировать - что так необходимо каждому человеку.

Элементы арт-терапии - арт-терапия предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для его психики способом. Рисование позволяет ребенку ощутить и понять самого себя, свободно выразить свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, помогает быть самим собой, мечтать и надеяться.

С помощью этой техники выявляются многие значимые психологические особенности человека, среди которых можно назвать уровень активности, уровень общего умственного развития и творческого мышления как ребенка, так и взрослого.

Элементы сказкотерапии - Любая сказка, даже самая простая, несет в себе определенный опыт поколений, мудрость предков, глубокий смысл и

развивающий потенциал. Сказка не только помогает ребенку взглянуть на сложные взаимоотношения, поведение, поступки сказочных героев со стороны, но и сделать на основании этого правильные оценки и выводы и, что самое главное, реализовать их в повседневной жизни.

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

Часть 1. Вводная. Цель вводной части занятия — настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедуры работы — приветствия, игры с именами.

Часть 2. Рабочая. На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка. Основные процедуры:

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

Часть 3. Завершающая. Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Поскольку дети любят смотреть одни и те же мультфильмы, читать одни и те же сказки по много раз, занятия с повторами становятся близкими и понятными для них. Полученная таким образом информация лучше запоминается. Приветствие и прощание детей носят ритуальный характер, как правило, они индивидуальны в каждой группе.

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

### 2.3. Формы контроля и оценочные материалы.

Используемый диагностический комплекс

Изучаемый параметр	Методика	Источник
1.Воображение, моторика	Дьяченко О.М «Дорисовывание фигур»	Психолог в ДОУ: методические рекомендации к практической деятельности / под ред. Т. В. Лаврентьевой. М, 1996
2. Самооценка	Хухлаева Л. «Лесенка»	Клюева Н.В. Касаткина Ю.В Учим детей общению. Ярославль, 1997
3. Статус в группе	«Два дома»	Агаева Е.И. Задачи и функции психолога в ДОУ. М, 1998
4.Коммуникативные навыки	Степанова Г.Б. Индивидуальный профиль социального развития	Юдина Е.В. Степанова Г.Б. Педагогическая диагностика в д/с. М.2002

### 3.Список литературы

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. Спб.: БВХ-Петербург, 2012.-288с.
- 2.2. Андреева И.Н. О становлении понятия "эмоциональный интеллект"  
Источник: Вопросы психологии. - 2008. - №5. - С. 83-95.
3. Балакирева Т.С. Эмоции и дети - комплексные занятия педагога - психолога  
// Дошкольное воспитание. - 2005. - №1.
4. Брушлинский А. В. Психология индивидуального и группового субъекта. М,  
- 2002. - 267 с.
5. Вачков И. В. Групповые методы в работе школьного психолога. – М.: Ось89,  
2002. - 223 с.
6. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т.4. - М.: Педагогика, 2004. –  
432 с.
7. Гоулмон. Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше,  
чем IQ; пер. с англ. А. Исаевой.–Москва: Манн, Иванов и Фербер,2020- 544 с.
8. Готтман.Д Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство  
для родителей. Издание на русском языке, ООО «Манн, Иванов и Фербер»,  
2015. - 45 с
9. Громова Т. В. Страна эмоций. — М.: Перспектива, 2002. — 25 с.
10. Данилина Т. А. В мире детских эмоций: пособие для практ. работников  
ДОУ. — М.: Айрис-пресс, 2007. — 160 с.
11. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: В 2-х т. Т. 1.  
Психическое развитие ребенка. - М.: Педагогика, 2006. - 320с.

12. Кравцова Е.Е. Психологические новообразования дошкольного возраста // Вопросы психологии. - 2009. - №6.
13. Крюкова С.В. Донская Н.И. Удивляюсь, злюсь, боюсь. Программы групповой психологической работы с дошкольниками. – М.: Генезис, 2014-272с.
13. Морозова О., Даведьянова Н., Сикорский А. О постановке воспитания сообразно естественному ходу развития ребенка // Дошкольное воспитание. - 2010. - №12.
14. Минаева В. М. Развитие эмоций дошкольников: занятия, игры: пособие для практ. работников дошк. учреждений. — М.: Аркти, 1999. — 48 с.
15. Савенков А. И. Развитие эмоционального интеллекта и социальной компетентности у детей. – М.: Национальный книжный центр, 2015. – 128 с.
16. Орехова О.А.. Цветовая диагностика эмоций ребёнка. - С-Пб: Речь,2009 – 185с.
17. Погосова Н.М. Цветовой игротренинг. С-Пб: Речь,2002 -157с.

## Приложение 1

### Нормативно-правовые основания программы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р).
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 24.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее СанПиН).
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и

требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок).

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

12. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020

№ 882/391 «Об утверждении Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»

13. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

14. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О

методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

15. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

16. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

17. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

18. Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)».



Приложение 2

Перспективно - тематическое планирование

Месяц	№	Занятия	Задачи	
<b>октябрь</b>	1	Занятие 1	Повышать у детей уверенность в себе; развивать координацию движений; развивать слуховое восприятие.	
	2	Занятие 2	Повышать у детей уверенность в себе; развивать произвольность; формировать позитивное отношение в сверстникам	
	3	Занятие 3	Укреплять чувство единства; развивать тактильное восприятие, воображение	
	4	Занятие 4	Создание благоприятного психологического микроклимата в группе; преодоление двигательных автоматизмов.	
<b>ноябрь</b>	5	Занятие 5	Развитие у детей уверенности в себе; преодоление чувства робости от общения с детьми; развитие умения сочувствовать помогать другим.	
	6	Занятие 6	Сплочение детской группы; преодоление упрямства.	

			Снижение у детей уровня тревоги; уменьшение агрессивности по отношению к сверстникам; развитие произвольности в поведении, умение следовать правилам.	
	7	Занятие 7	Формирование толерантного отношения к сверстникам; развитие умения сочувствовать, сопереживать, помогать другим в преодолении трудностей.	
	8	Занятие 8	Развитие чувства уверенности в себе, внимательности к другим людям, умения действовать сообща. Развитие зрительного восприятия, слухового внимания; развитие произвольности.	
Декабрь	9	Занятие 9	Развитие слухового внимания; произвольности; быстроты реакции; снижение импульсивности, повышение двигательной активности.	
	10	Занятие 10	Преодоление нежелательных черт характера (негативизм, упрямство); развитие произвольности, зрительного внимания.	
	11	Знакомство с миром эмоций. Радость	Первичное знакомство с чувством радости; развитие умения адекватно выражать свое	

			эмоциональное состояние; способность понимать эмоциональное состояние другого человека.	
	12	Страх	Знакомство с чувством страха; изучение выражения эмоциональных состояний в мимике. Учить детей узнавать чувство страха по его проявлениям. Развивать умение справляться с чувством страха. Учить детей выражать чувство в рисунке	
<b>январь</b>	13	Удивление	Знакомство с чувством удивления. Закрепление мимических навыков.	
	14	Злость	Знакомство с чувством злости. Тренировка различать эмоции.	
	15	Стыд, вина	Знакомство с чувством вины, стыда.	
<b>февраль</b>	16	Отвращение, брезгливость	Знакомство с чувством отвращения, брезгливости	
	17	«Дружба это хорошо!»	Развитие координации, слуховое восприятие и зрительное восприятие, формировать дружеские взаимоотношения в группе; умение договариваться.	
	18	Мои чувства	Учиться регулировать свои чувства в отношении с взрослыми и сверстниками.	
	19	«Моя первая ступень в телесный	Снять эмоциональное напряжение у детей; настроить их на	

		мир»	совместную работу.	
март	20	Занятие 1	Совершенствовать восприятия; тренировка слуховых ощущений.	
	21	Занятие 2	Развитие ловкости, координации движений; ориентации в пространстве; опосредованное развитие зрительного восприятия.	
	22	Занятие 3	Снятие мышечных зажимов; стимуляция моторного и эмоционального самовыражения; развитие координации движений	
	23	Занятие 4	Снятие мышечных зажимов; стимуляция моторного и эмоционального самовыражения; развитие координации движений.	
	24	Занятие 5	Развитие ориентации в пространстве и умения правильно располагать изображения на листе бумаги.	
апрель	25	«Здравствуйте, Я- сам!» Занятие 1	Расширение представления о четырех эмоциях: радости, злости, страхе и спокойствие; выражение эмоций под музыку, с помощью движений, мини-этюды, пантомимика.	
	26	Занятие 2	Развитие творческого мышления, памяти, координации движений; снятие мышечных	

			зажимов.	
	27	Занятие 3	Продолжение наблюдения за ощущениями в теле. Расширение представлений детей о страхе.	
	28	Занятие 4	Расширение представлений детей о злости; развитие произвольности; создание благоприятных условий для проявления чувств.	
<b>май</b>	29	Занятие 5	Расширение представлений детей о чувствах радости, спокойствию; развитие творческого мышления, памяти, координации движений.	
	30	Занятие 6	Расширение представление детей о спокойствию; обучение детей произвольно напрягать и расслаблять отдельные группы мышц.	
	31	Занятие 7	Развитие творческого мышления, памяти, координации движений; снятие мышечных зажимов.	
	32	Занятие 8	Диагностическое занятие	



Приложение 3

№	Тема	Кол-во занятий		Направленность занятий
		Практическое занятие	Всего	
1	Давайте, знакомиться и дружить	Занятие 1	7	Занятия, направленные на знакомство, сплочение группы, создание у детей чувства принадлежности к группе, формирование толерантности и дружеских взаимоотношений, положительного эмоционального фона, развитие коммуникативных навыков
		Занятие 2		
		Занятие 3		
		Занятие 4		
		Занятие 5		
		Занятие 6		
		Занятие 7		
2	Мир эмоций	Робость	17	Научить детей понимать собственное эмоциональное
		Радость1		
		Радость2		

		Радость3		состояние, выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации. Познакомить с навыками релаксации и саморегуляции, для формирования способности управлять своим эмоциональным состоянием.
		Страх 1		
		Страх 2		
		Страх 3		
		Страх 4		
		Удивление		
		Самодовольство		
		Чувства		
		Злость		
		Стыд		
		Вина		
		Отвращение		
		Брезгливость		
		Взлохмаченные человечки		
3	Мир ощущений	Занятие 1	5	Занятия, направленные на развитие телесных ощущений
		Занятие 2		
		Занятие 3		
		Занятие 4		
		Занятие 5		
4	Здравствуйте, я –сам!»	Занятие 1	3	Занятия, направленные на



		Занятие 2		развитие и формирования Я- концепции ребенка, его творческого потенциала
		Занятие 3		

Итого 32 занятия



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430239

Владелец Окунева Наталья Викторовна

Действителен с 14.04.2024 по 14.04.2025