

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 34»**

Юридический адрес: 624443, Свердловская область, г. Краснотурьинск, ул. Олега Кошевого, 7
Фактический адрес: 624443, Свердловская область, г. Краснотурьинск, ул. Олега Кошевого, 7
e-mail: dselka34@gmail.com <https://34kt.tvoyasadik.ru/>

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
МА ДОУ № 34
Протокол № 1
от «30» августа 2023г

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом заведующего
МА ДОУ № 34
от «30» августа 2023г № 45-П



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Страна эмоций»
для детей 5-7 лет
Срок реализации 2 года**

г. Краснотурьинск
2023г

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	4
1.1. Нормативно-правовая база разработки программы	4
1.2. Цель и задачи программы	4
1.3. Концептуальные подходы	5
1.4. Принципы построения программы	6
1.5. Значимые характеристики	6
1.5.1. Возрастные характеристики социально-эмоционального развития детей 5–6 лет	6
1.5.2. Возрастные характеристики социально-эмоционального развития детей 6–7 лет	7
1. 6. Оценка результатов освоения программы	8
1.6.1. Планируемые результаты освоения программы	8
1.6.2. Оценивание результатов освоения программы	11
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	13
2.1. Примерное содержание занятий с детьми 5–6 лет	13
2.2. Примерное содержание занятий с детьми 6–7 лет	13
2.3. Структура занятий	14
2.4. Формы, методы и приемы организации образовательной деятельности	15
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	17
3.1. Особенности организации занятий с дошкольниками	17
3.2. Учебно-тематический план	17
3.3. Календарный учебный график	19
3.4. Материально-техническое обеспечение	19
3.4.1. Перечень оборудования	19
3.4.2. Методическое обеспечение	20
3.4.3. Программное обеспечение	20
Список литературы	21
Приложения	23

Пояснительная записка

«Почему в нашем обществе сложился односторонний взгляд на человеческую личность и почему все понимают одаренность и талантливость применительно лишь к интеллекту? Но можно не только талантливо мыслить, но и талантливо чувствовать. Любовь может сделаться таким же талантом и даже гениальностью, как открытие дифференциального исчисления. И здесь и там человеческое поведение принимает исключительные и грандиозные формы...» Мысль эта принадлежит выдающемуся психологу Льву Семеновичу Выготскому. Жизнь ученого оборвалась в 1934 году. Изменился ли с тех пор «односторонний» взгляд на человеческую личность? Практика свидетельствует: психическому развитию ребенка стали уделять внимание и в детском саду, и в семье. **Но основной акцент, как правило, делается на интеллектуальные и волевые качества. Эмоциональной сфере ребенка зачастую уделяется недостаточно внимания.**

Надо ли развивать эмоциональную сферу ребенка? Безусловно, надо. Только при правильном развитии эмоций и навыков общения можно говорить об адекватной самооценке ребенка и состоянии общего душевного комфорта, т. е. состоянии эмоционального благополучия. Ребенок, понимающий чувства другого, активно откликающийся на переживания окружающих людей, стремящийся оказать помощь другому человеку, попавшему в трудную ситуацию, не испытывает трудностей в общении с детьми и взрослыми. Сочувствие, отзывчивость, гуманность... Все вышеперечисленные качества дают ребенку неоспоримые преимущества во взаимодействии со сверстниками и взрослыми, в усвоении социальных норм и правил, в активной самореализации в обществе. И в этом случае речь идет о психическом здоровье и полноценном развитии личности ребенка.

Образовательная программа по дополнительному образованию «Страна эмоций» (далее – Программа) отвечает запросам времени. Она позволяет целенаправленно обучать детей внимательному и уважительному отношению к миру эмоций, саморегуляции, взаимопониманию, использованию эмоций при выстраивании взаимодействия.

Программа модифицированная, разработана на основе методических пособий И. А. Дворецкой, Е. В. Гориновой, Н. Е. Рычка «Социально-эмоциональное развитие дошкольников. 5–6 лет» и «Социально-эмоциональное развитие дошкольников. 6–7 лет»

Программа рассчитана на два года обучения и имеет концентрический характер – тематические разделы сохраняются, постепенно расширяясь и углубляясь.

Отличительной особенностью программы является междисциплинарный подход, который позволяет рассматривать развитие личности ребёнка в единстве его эмоционально-личностных, познавательных и поведенческих качеств.

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Нормативно-правовая база разработки программы

ДОП разработана в соответствии с действующими нормативно правовыми документами:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ с изменениями (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ);
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
3. Комментарии к ФГОС дошкольного образования Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) Департамента общего образования 28 февраля 2014 год № 08-249;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 34», утверждённый приказом муниципального органа «Управление образования городского округа Краснотурьинск» 08 ноября 2018 года № 200 - Д;
7. Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Приложение к письму Департамента молодёжной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 №06 – 1844;
8. Требования к содержанию и оформлению программы дополнительного образования детей Письмо Минобрнауки РФ от 18.06.2003 г. № 28-02-484/16.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы: содействовать социально-эмоциональному развитию дошкольника.

Задачи программы:

- развивать умение распознавать эмоции по невербальным, вербальным и паравербальным признакам у себя и у других людей;
- создавать условия для расширения эмоционального словаря ребёнка и развития его эмоциональной выразительности;

- формировать у ребёнка умение выражать свою индивидуальность и развивать понимание необходимости договорных отношений в группе; развивать способность ребёнка анализировать свой эмоциональный опыт; расширять представление ребёнка о способах изменения эмоций и некоторых способах саморегуляции;
- развивать заинтересованность в сотрудничестве;
- доверие и взаимопомощь в группе;
- создать условия для знакомства с эффективными способами поведения в сложных коммуникативных ситуациях;
- способствовать развитию социально-коммуникативных компетенций ребёнка для успешной адаптации к школе.

1.3. Концептуальные подходы

Программа строится на базе теории эмоционального интеллекта (Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо), теории модели психического (The Theory of Mind), а также теории деятельности, культурноисторического, субъектного подходов. Важным принципом является междисциплинарный подход, который позволяет рассматривать развитие личности ребёнка в единстве его эмоционально-личностных, познавательных и поведенческих качеств.

Теория эмоционального интеллекта (Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо) исходит из единства эмоций и интеллекта. Под эмоциональным интеллектом обычно понимают способность воспринимать и выражать эмоции, понимать и объяснять намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, видеть причинно-следственные связи, регулировать эмоции (свои собственные и других людей), учитывать знания об эмоциональных состояниях в поведении, использовать знания об эмоциональном мире в решении задач. В ней выделяются следующие составляющие эмоционального интеллекта:

- восприятие и идентификация эмоций – способность распознавать свои эмоции и эмоции других людей по их внешним проявлениям (мимике, жестам, голосу и т. п.);
- понимание эмоций – умение определять причины возникновения эмоций, видеть связь между мыслями, поведением и эмоциями, предугадывать, как изменятся эмоциональные состояния в ближайшем будущем, понимать сложные эмоции и чувства – как свои, так и других людей;
- управление эмоциями – умение регулировать своё эмоциональное состояние, его интенсивность и проявление эмоций, оказывать влияние на эмоциональное состояние других людей;
- использование эмоций – способность задействовать эмоции для решения актуальных задач, выстраивания взаимодействия.

Теория модели психического, или модель психического состояния, разрабатывает возможность «чтения» социального мира, возможность понимать свой психический мир – намерения, желания, чувства и т. п., а также

психический мир других людей. Без развития этой способности невозможны ни социализация, ни усвоение социальных правил и норм, ни адаптация к меняющимся условиям социальных отношений.

Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского даёт основания для понимания особенностей 7 социального пространства, целей и задач на каждом конкретном этапе развития. Согласно теории деятельности, развитие осуществляется в активном взаимодействии ребёнка с окружающими людьми, предметами, социальной и естественной средой, ребёнок обучается и воспитывается в процессе деятельности.

Субъектный подход делает акцент на индивидуальности и полномправном участии ребёнка в процессе обучения и воспитания. Ребёнок – не объект обучения и воспитания, а его субъект.

1.4. Принципы построения программы

Полнота. Программа представляет собой полный курс, рассчитанный на интеграцию в образовательный и воспитательный процесс и проведение еженедельных занятий в течение двух лет.

Межпредметность. В программе используются материалы различных предметных областей, что обеспечивает применение, закрепление и обобщение знаний и умений, полученных детьми при изучении других предметных областей.

Интерактивность. В программе используются психолого-педагогические технологии, обеспечивающие активную позицию ребёнка.

Практико-ориентированная направленность. Программа нацелена на овладение ребёнком знаниями и навыками, полезными в решении актуальных социовозрастных задач.

Индивидуальный подход. В рамках реализации программы педагог адаптирует программу под индивидуальные особенности ребёнка, создавая для него индивидуальную траекторию освоения программы.

Систематическое последовательное усложнение материала. Программа каждого года построена с поступательным расширением и углублением материала в соответствии с возрастными особенностями детей и их опытом работы в рамках программы.

Позитивности. Создание поддерживающей, доброжелательной атмосферы помощи, сотрудничества на протяжении всего времени реализации программы.

1.5. Значимые характеристики

1.5.1. Возрастные характеристики социально-эмоционального развития детей 5–6 лет

Ребёнок 5–6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей. В 5–6 лет дошкольники совершают положительный нравственный выбор (преимущественно в воображаемом плане). Чаще начинают употреблять и более точный словарь для обозначения моральных понятий – вежливый, честный, заботливый и др. В этом возрасте в поведении дошкольников 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 (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т. п.). Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения. Ребенок эмоционально переживает не только оценку его поведения другими, но и соблюдение им самим норм и правил, соответствие его поведения своим морально-нравственным представлениям. Однако соблюдение норм (дружно играть, делиться игрушками, контролировать агрессию и т. д.), как правило, в этом возрасте возможно лишь во взаимодействии с теми, кто наиболее симпатичен, с друзьями.

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребёнка о себе; оценки и мнение товарищей становятся для них существенными. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. Свои предпочтения дети объясняют успешностью того или иного ребёнка в игре («С ним интересно играть» и т. п.) или его положительными качествами («Она хорошая», «Он не дерётся» и т. п.). Общение детей становится менее ситуативным. Они охотно рассказывают о том, что с ними произошло: где были, что видели и т. д. Дети внимательно слушают друг друга, эмоционально сопереживают рассказам друзей.

1.5.2. Возрастные характеристики социально-эмоционального развития детей 6–7 лет

В целом ребенок 6–7 лет осознает себя как личность, как самостоятельный субъект деятельности и поведения. Дети способны давать определения некоторым моральным понятиям («добрый человек – это такой, который, всем помогает и хорошо относится, защищает слабых») и достаточно тонко их различать, например, очень хорошо различают положительную окрашенность слова «экономный» и отрицательную – слова «жадный». Они могут совершать позитивный нравственный выбор не только в воображаемом плане, но и в реальных ситуациях (например, могут самостоятельно, без внешнего принуждения, отказаться от чего-то приятного в пользу близкого человека). Социально-нравственные чувства и эмоции достаточно устойчивы.

В основе произвольной регуляции поведения лежат не только усвоенные (или заданные извне) правила и нормы. Расширяется мотивационная сфера дошкольников 6–7 лет за счет развития таких социальных по происхождению

мотивов, как познавательные, просоциальные (побуждающие делать добро), а также мотивов самореализации. Поведение ребенка начинает регулироваться также его представлениями о том, «что такое хорошо и что такое плохо». С развитием морально-нравственных представлений напрямую связана и возможность эмоционально оценивать свои поступки. Ребенок испытывает чувство удовлетворения, радости, когда поступает правильно, «хорошо», и смущение, неловкость, когда нарушает правила, поступает «плохо». Общая самооценка детей представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, которое формируется под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых.

К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. С одной стороны, у детей этого возраста более богатая эмоциональная жизнь, их эмоции глубоки и разнообразны по содержанию. С другой стороны, они более сдержаны и избирательны в эмоциональных проявлениях. Продолжает развиваться способность детей понимать эмоциональное состояние другого человека – сочувствие – даже тогда, когда они непосредственно не наблюдают его эмоциональных переживаний.

К концу дошкольного возраста у них формируются обобщенные эмоциональные представления, что позволяет им предвосхищать последствия своих действий. Это существенно влияет на эффективность произвольной регуляции поведения – ребенок не только может отказаться от нежелательных действий или вести себя «хорошо», но и выполнять неинтересное задание, если будет понимать, что полученные результаты принесут кому-то пользу, радость и т.п. Благодаря таким изменениям в эмоциональной сфере поведение дошкольника становится менее ситуативным и чаще выстраивается с учетом интересов и потребностей других людей.

1.6. Оценка результатов освоения программы

1.6.1. Планируемые результаты освоения программы

В соответствии с ФГОС ДО результаты освоения программы определяются в виде целевых ориентиров.

- Ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам;
- способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности;

- понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей;
- проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается;
- проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими;
- достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний;
- может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения;
- эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).

Планируемые результаты освоения программы рассматриваются также в рамках компетентного подхода. Под компетенцией в ФГОС понимается способность применять знания, умения, личностные качества и практический опыт для успешной деятельности в определённой области. Планируемые результаты освоения программы разделяются на три блока компетенций: восприятие и понимание причин эмоций; эмоциональная регуляция; социальное взаимодействие, которые, в свою очередь, подразделяются на отдельные компетенции.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Компетенция	Компоненты	Критерии
1. ВОСПРИЯТИЕ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ЭМОЦИЙ		
Идентификация эмоций	Идентификация эмоций по мимическим признакам	Ребёнок различает мимические признаки злости, страха, грусти, радости. Определяет эти эмоции на схемах, рисунках, фотографиях и в живом общении по мимическим признакам. Может обозначить их словами
	Идентификация эмоций по пантомимическим признакам, действиям	Ребёнок различает эмоции: радость, грусть, злость, страх — по позе, жестам, движениям. Может сопоставить действия и эмоции
	Идентификация эмоций по вербальным и паравербальным признакам	Ребёнок различает эмоции: радость, грусть, злость, страх в речи по лексике, интонации, громкости, темпу
	Идентификация эмоций в произведениях искусства	Ребёнок может назвать, какие эмоции у него вызывают определённые произведения искусства (картина, скульптура, музыка, литературное произведение). Ребёнок интерпретирует характер, настроение произведения, давая ему эмоционально-

		образную характеристику (смешное стихотворение, печальная музыка)
	Понимание и использование эмоционального словаря, ментального словаря	Ребёнок верно интерпретирует эмоциональное содержание высказываний, понимает и использует в речи слова, связанные с эмоциями и эмоциональными состояниями
Понимание причин эмоций	Понимание ситуационно обусловленных эмоций	При обсуждении ситуаций (изображение, литературный отрывок, личный опыт, живое общение) ребёнок распознаёт эмоции участников, делает верные предположения о причинах возникновения этих эмоций, событиях, предшествующих ситуации
Выражение эмоций	Выражение эмоций посредством мимики и пантомимики	Эмоциональная экспрессия ребёнка понятна для внешнего наблюдателя. Ребёнок выражает эмоции при помощи мимики, жестов, поз, движений
	Вербальное и паравербальное выражение эмоций	Речь ребёнка эмоционально выразительна: он может описать эмоциональное состояние (своё и чужое), адекватно используя эмоциональный словарь и паравербальные способы (громкость, интонация, темп)
	Выражение эмоций в творчестве	Ребёнок может выразить эмоции в рисунке, аппликации, музицировании, движении
2. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ		
Владение простыми навыками саморегуляции		Ребёнок может определить своё эмоциональное состояние и его интенсивность; описать ситуацию, ставшую его причиной. Ребёнок знаком с несколькими способами саморегуляции
3. СОЦИАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ		
Коммуникативная компетентность	Установление и поддержание взаимодействия	Ребёнок способен установить взаимодействие с детьми разного пола и возраста; со взрослыми – родителями, педагогом. Способен инициировать и поддерживать общение: задавать вопросы с учётом ситуации и особенностей партнёра по общению, реагировать на ответы; отвечать на вопросы
	Эмпатия. Эмоциональная поддержка и взаимопомощь	Ребёнок проявляет эмпатию; пытается влиять на эмоциональное состояние другого человека, оказывая эмоциональную поддержку. Ребёнок распознаёт некоторые ситуации, в которых человеку нужна помощь, может сделать предположения о том, какая именно помощь требуется, стремится оказать помощь близким. Сам может обратиться за помощью, выбрать для этого знакомого взрослого или сверстника, сформулировать свою просьбу
	Сотрудничество	Ребёнок понимает, что у разных людей могут быть различные интересы, предпочтения, мнения. Знает о необходимости соблюдения правил в совместной игре, работе. Может предлагать варианты взаимодействия, договариваться
	Поведение в конфликтной ситуации	Ребёнок может идентифицировать свои эмоции и эмоции другого, на этом основании

		прогнозировать вероятность возникновения конфликта. Может делать предположения о причинах возникновения конфликта, возможных способах его разрешения. Знаком с простыми способами саморегуляции
Социальная компетентность	Следование формальным правилам поведения	Ребёнок знает формальные правила поведения и следует им: приветствие, прощание, извинение, благодарность и т. д. Принимает, может следовать правилам, принятым в семье, детском саду

1.6.2. Оценивание результатов освоения программы

Оценка результата усвоения программы проводится с целью выявления индивидуальных особенностей детей для создания индивидуального образовательного маршрута в ходе обучения и содействия раскрытию потенциала каждого ребёнка.

Оценка с фиксацией результатов проводится дважды – в начале и в конце учебного года (входной и выходной замер).

В начале учебного года по результатам оценки определяется зона образовательных потребностей каждого ребёнка и конструируется индивидуальная траектория развития ребёнка в рамках программы.

В конце года делаются выводы о степени удовлетворения образовательных потребностей детей и динамике в развитии их умений.

Основным инструментом оценки является структурированное наблюдение за детьми как в ходе занятий по программе, так и за её пределами.

Объектом наблюдения являются компетенции и группы компетенций.

1. Идентификация и понимание причин эмоций.

- Идентификация эмоций.
- Понимание причин эмоций.
- Выражение эмоций.

2. Эмоциональная регуляция.

- Понимание эмоциональной обусловленности поведения.
- Владение простыми навыками саморегуляции.

3. Социальное взаимодействие.

- Коммуникативная компетентность.
- Социальная компетентность.

Для каждой компетенции выделено от 1 до 5 критериев для наблюдения, которое проводится с опорой на индикаторы, приведённые в Приложении 1.

Результаты наблюдения фиксируются в сводной таблице отдельно по каждой компетенции (Приложения 1). Оценка проводится по 10-балльной шкале, которая соответствует трём уровням:

1-й уровень (1–3 балла) – не пытается проявлять оцениваемый навык / пытается, но ничего не получается;

2-й уровень (4–7 баллов) – нерегулярно применяет оцениваемый навык/показывает средний (нерегулярный) результат;

3-й уровень (8–10 баллов) – регулярно и успешно применяет оцениваемый навык.

Суммарные усреднённые оценки предназначены для оценки эффективности программы, а не личности ребёнка. Для ребёнка важна возможность дифференциального подхода в рамках каждой отдельной компетенции. Один и тот же ребёнок может обладать выдающимися способностями в области идентификации эмоций и, в то же время, демонстрировать средние или низкие умения в сфере социального взаимодействия.

Перед началом каждого раздела программы дифференциальная оценка позволит определить образовательные приоритеты для отдельных детей при изучении раздела.

Дети с высоким уровнем развития данной компетенции, с одной стороны, имеют высокие образовательные потребности, с другой – могут являться ресурсными ролевыми моделями для остальных детей в группе.

Дети со средним уровнем развития компетенции составляют наиболее многочисленную группу. Важно помнить о том, что именно такие дети чаще всего попадают в «слепую зону» для педагога, что влечёт за собой риск упущения их образовательных потребностей. Поэтому педагог должен уделить особое внимание детям со средним уровнем развития компетенции, подходить к ним настолько дифференцированно, насколько это возможно.

Дети, показавшие низкий уровень развития данной компетенции, имеют соответственно низкие образовательные потребности. Для них важно создать комфортные и безопасные условия, соответствующие их зоне ближайшего развития, чтобы помочь таким детям достичь максимального прогресса вместе с другими детьми.

Дополнительный инструмент – экспертная оценка родителей посредством заполнения специального опросника (Приложение 2).

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

В рамках каждого года обучения Программа включает введение и три тематических раздела.

2.1. Содержание занятий с детьми 5–6 лет

Введение. Создание доброжелательной, дружеской атмосферы в группе, благоприятных условий для совместной работы, установление эмоционального контакта между всеми участниками, настраивание детей на взаимопомощь, взаимное уважение, внимание к окружающим – вот главные задачи вводной части программы. Они решаются посредством создания условий для осознания ребёнком собственной уникальности и уникальности других детей в группе; прояснения и принятия правил взаимодействия в группе с помощью создания на занятиях особой обстановки: свободной организации пространства, принятия правил, доброжелательного, понимающего, безоценочного отношения ведущего к детям.

Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций. В первый год изучаются 4 эмоции: радость, злость, грусть, страх. Занятия направлены на изучение мимических, пантомимических и вербальных проявлений эмоций у себя и других людей, что способствует лучшей категоризации эмоций и передаче их признаков. Дети усваивают не только представления о разных эмоциональных выражениях, но и развивают способность их произвольно изображать. Большое внимание в данном разделе уделяется роли эмоций в искусстве, влиянию произведений искусства на эмоциональное состояние человека.

Раздел 2. Эмоциональная регуляция. Занятия данного раздела направлены на развитие у детей способности к саморегуляции собственных состояний и регуляции своих эмоций и поведения в совместной деятельности. Дети осваивают элементарные навыки саморегуляции, среди которых особое внимание уделяется способам управления эмоциями посредством творчества и искусства.

Раздел 3. Социальное взаимодействие. Раздел посвящён развитию коммуникативной и социальной компетентности детей. На занятиях они осваивают элементарные умения оказания эмоциональной поддержки другим людям разными способами; учатся сотрудничеству, совместной работе, пониманию важности взаимопомощи. Отдельное внимание на занятиях уделяется поведению в конфликтах: дети учатся прогнозировать конфликтные ситуации и делать предположения о способах разрешения конфликтов.

Примерное содержание занятий представлено в Приложение 5.

2.2. Содержание занятий с детьми 6–7 лет

Большинство тем, изучение которых было начато в первый год работы по программе, продолжают изучаться на более сложном уровне.

Введение. Занятия этого раздела направлены на осознание ребёнком своих характерных особенностей и предпочтений, понимания того, что он, как и каждый человек, уникален и неповторим. Важное место в введении занимает выработка и принятие правил группы и сравнение их с правилами Всеобщей декларации прав человека.

Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций. В разделе рассматриваются эмоции: радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес и

причины их возникновения. Занятия направлены на совершенствование умения воспринимать внешние проявления эмоций у себя и других людей, определение причин возникновения эмоций, развитие способности реагировать на эмоциональное состояние другого человека. Виды искусства представлены как средства для эмоционального развития ребёнка, его творческого мышления.

Раздел 2. Эмоциональная регуляция. Индивидуальные и групповые игровые практики, представленные в данном разделе, помогут детям совершенствоваться в применении знакомых приёмов саморегуляции и в освоении новых. Дети получают возможность учиться управлять своими эмоциями, выражать свои эмоции и регулировать их разными способами в безопасной среде.

Раздел 3. Социальное взаимодействие. Занятия данного раздела посвящены развитию навыков эффективной коммуникации, умению устанавливать и поддерживать контакты, кооперироваться и сотрудничать, прогнозировать возникновение конфликтных ситуаций и использовать способы их эффективного разрешения. Каждый раздел программы и все темы занятий логически взаимосвязаны и преемственны. Для второго года обучения разработано 31 занятие по 30 минут, которые рекомендуется проводить с регулярностью раз в неделю. Занятия проводит педагог или психолог, прошедшие специальную подготовку по программе.

Примерное содержание занятий представлено в Приложение 6.

2.3. Структура занятий

Структура занятий включает в себя следующие компоненты:

1. Вводная часть. Приветствие;
2. Основная часть;
3. Заключительная часть. Ритуал прощания. Рефлексия занятия.

1. Вводная часть. Приветствие

Цель: знакомство, настрой на совместную деятельность, создание положительного эмоционального настроения в группе.

Приветствие и прощание являются важным моментом работы с группой, позволяющим сплочать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия, что в свою очередь чрезвычайно важно для плодотворной работы. Ритуал предлагается и выполняется в первый раз уже на первом занятии, и задача педагога – неукоснительно выполнять его каждую встречу, наблюдая за тем, чтобы в него были включены все дети.

2. Основная часть

Цель: формирование чувства принадлежности к группе, сплоченности, общности, обучение навыкам общения

Основная часть представляет собой совокупность игровых упражнений и приемов, направленных на решение задач программы. Приоритет отдается

многофункциональным техникам, направленным одновременно на развитие эмоций, формирование социальных навыков, и на динамическое развитие группы.

3. Заключительная часть. Ритуал прощания. Рефлексия

Цель: рефлексия занятия, подведение итогов, повышение уверенности в себе.

Предполагает ретроспективную оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали).

2.4. Формы, методы и приемы организации образовательной деятельности

Формы обучения детей

- *фронтальная:* работа со всеми воспитанниками: показ презентаций по темам программы, тематические беседы, информирование о правилах поведения в группе, раскрытие понятий: «эмоции», «чувства» и другое;
- *коллективная:* организация творческого взаимодействия, создание коллективных работ;
- *групповая:* организация работы в парах для решения социально ориентированных задач;
- *индивидуальная:* организуется для учащихся, нуждающихся в психологической поддержке.

Методы и приемы обучения детей

Методы	Приемы
Информационно-рецептивный	Рассматривание рисунков, фотографий, пиктограмм Просмотр презентаций Просмотр мультфильмов Образец воспитателя с последующим воспроизведением детьми образца
Словесный	Рассказ педагога и рассказы детей Чтение художественных произведений Беседа Дискуссии Сочинение историй, сказок
Практический	Использование детьми на практике полученных знаний: рисование различных эмоций, чувств, настроений; разыгрывание этюдов, импровизации и пр.
Игровой	Коммуникативные игры Игровые упражнения (подражательно-исполнительского и творческого характера) Сюжетно-ролевые игры Конструктивные игры

	Игры-драматизации
Проблемный	Постановка проблемы и поиск ее решения Моделирование и анализ заданных ситуаций
Эвристический	Выполнение части работы самостоятельно

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Особенности организации занятий с дошкольниками

Программа реализуется дифференцировано: для детей 5–6 лет и детей 6–7 лет. Дифференциация предполагает установление различных временных рамок проведения занятий согласно требованиям СанПиН.

№ п/п	Наименование параметра образовательного процесса	Характеристика параметра образовательного процесса	
		Дети 5–6 лет	Дети 6–7 лет
1	Продолжительность одного занятия	25 мин	30 мин
2	Количество занятий в неделю	1	1
3	Количество занятий в год	32	32

Занятия с детьми проводятся в виде увлекательных и ярких групповых встреч.

В зависимости от того, что планируется делать на занятии, дети могут сидеть за столами, находиться в кругу или свободно перемещаться в пространстве.

Особенности комплектования групп:

- набор дошкольников в группы производится по их желанию и желанию их родителей без конкурсного отбора;
- группы комплектуются по принципу возрастной дифференциации (дети одного возраста согласно дошкольной периодизации, из одного дошкольного образовательного учреждения): группы воспитанников 5–6 лет (старшая группа детского сада) и группы дошкольников 6–7 лет (подготовительная к школе группа детского сада);
- количество детей в группе: до 12 человек. Численный состав группы обусловлен необходимостью обеспечения безопасности во время занятий.

3.2. Учебно-тематический план

5–6 лет

Раздел	Тема занятия	Кол-во занятий	Объем, мин
ВВЕДЕНИЕ (2 занятия)	Тема 1. Индивидуальность и многообразие в группе	1	25 мин
	Тема 2. Проявление эмоций в группе. Правила группы	1	25 мин
РАЗДЕЛ 1. Восприятие и понимание причин эмоций (12 занятий)	Тема 3. Многообразие эмоций	1	25 мин
	Тема 4. Радость и грусть. Признаки и причины	1	25 мин
	Тема 5. Страх. Признаки и причины. Вред и польза страха	1	25 мин
	Тема 6. Злость. Признаки и причины злости	1	25 мин
	Тема 7. Отклик тела на эмоции. Выражение эмоций мимикой, позой, движениями	2	50 мин
	Тема 8. Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи	2	50 мин
	Тема 9. Разнообразие эмоций в поэзии и живописи. Интерес, удивление	2	50 мин

	Тема 10. Эмоции и музыка	2	50 мин
РАЗДЕЛ 2. Эмоциональная регуляция (6 занятий)	Тема 11. Основы саморегуляции	2	50 мин
	Тема 12. Регуляция эмоций и поведенческих проявлений при взаимодействии в группе	2	50 мин
	Тема 13. Творческое выражение эмоций как способ саморегуляции	2	50 мин
РАЗДЕЛ 3. Социальное взаимодействие (12 занятий)	Тема 14. Навыки коммуникации – установление отношений и сотрудничество	2	50 мин
	Тема 15. Эмпатия. Оказание эмоциональной поддержки. Взаимопомощь	3	1 ч 15 мин
	Тема 16. Конфликты и разногласия. Эффективное поведение в ситуации конфликта.	2	50 мин
	Тема 17. Эмоции и театр	4	1 ч 40 мин
	Заключительное занятие	1	25 мин
Итого		32	13 ч 30 мин

6-7 лет

Раздел	Тема занятия	Кол-во занятий	Объем, мин
ВВЕДЕНИЕ (2 занятия)	Тема 1. Индивидуальность и многообразие в группе.	1	30 мин
	Тема 2. Правила взаимодействия в группе	1	30 мин
РАЗДЕЛ 1. Восприятие и понимание причин эмоций (13 занятий)	Тема 3. Многообразие эмоций	3	1 ч 30 мин
	Тема 4. Органы чувств и эмоции	2	1 ч
	Тема 5. Выражение и распознавание эмоций по невербальным признакам	2	1 ч
	Тема 6. Выражение эмоций голосом	2	1 ч
	Тема 7. Искусство — источник эмоций	2	1 ч
	Тема 8. Восприятие и понимание эмоций через текст и иллюстрации	2	1 ч
РАЗДЕЛ 2. Эмоциональная регуляция (6 занятий)	Тема 9. Приёмы саморегуляции	2	1 ч
	Тема 10. Разнообразие эмоций в живописи	2	1 ч
	Тема 11. Регуляция эмоциональных состояний при взаимодействии в группе	2	1 ч
РАЗДЕЛ 3. Социальное взаимодействие (11 занятий)	Тема 12. Установление и поддержание дружеских отношений	2	1 ч
	Тема 13. Эмпатия	2	1 ч

	Тема 14. Конфликты и их профилактика. Решение конфликтных ситуаций	2	1 ч
	Тема 15. Этика поведения. Обращение за помощью — просьба и требование	1	30 мин
	Тема 16. Социальные компетенции	3	1 ч 30 мин
	Заключительное занятие	1	30 мин
Итого		32	16 ч

3.3. Календарный учебный график

Возраст детей	Количество занятий в месяц										Итого
	недели	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	
5-6 лет	I		1	1	1		1	1	1		
	II		1	1	1	1	1	1	1	1	
	III	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	IV	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Итого		2	4	4	4	3	4	4	4	2	32
6-7 лет	I		1	1	1		1	1	1		
	II		1	1	1	1	1	1	1	1	
	III	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	IV	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Итого		2	4	4	4	3	4	4	4	2	32

3.4. Материально-техническое обеспечение

3.4.1. Перечень оборудования:

1. Мультимедийный проектор
2. Экран
3. Ноутбук
4. Телевизор
5. Магнитофон
6. Музыкальный центр
7. Мяч
8. Небольшие зеркала (12 шт.)
9. Набор «Эмоции – смайлики» (12 шт.)
10. Материалы для рисования на каждого ребенка (карандаши, краски, восковые мелки, пастель, фломастеры, непроливайки, кисти, салфетки)
11. Строительный материал (кубики лего)
12. Столы (6 шт.)
13. Стулья (12шт.)

3.4.2. Методическое обеспечение

1. Videотека мультфильмов
2. Презентации
3. Лэпбук «Эмоции»
4. Набор дидактических игр

3.4.3. Программное обеспечение

1. Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. 5–6 лет: методическое пособие / И.А. Дворецкая, Е.В. Горинова, Н.Е. Рычка. – М.: Дрофа, ООО «Корпорация «Российский учебник», 2019. – 152 с.
2. Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. 6–7 лет: методическое пособие / И.А. Дворецкая, Е.В. Горинова, Н.Е. Рычка. – М.: Дрофа, ООО «Корпорация «Российский учебник», 2019. – 144 с.
3. «Обо мне и для меня» Пособие для детей (папка листовая) Авторы: И.А. Дворецкая, Н.Е. Рычка.
4. «Палитра эмоций» Игровой комплект Авторы: Е.И. Дворецкая, А.В. Макачук, Н.Е. Рычка, О.Е. Хухлаев.
5. Ежкова Н.С. Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. Часть 2. – М: Владос, 2012 г. – 49 с.

Список литературы

1. Арцишевская И.Л. Учусь дружить! Тренинг коммуникативных навыков у дошкольников. – М.: ООО «Национальный книжный центр», 2016. – 48 с.
2. Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция

эмоционального мира дошкольников 4–6 лет: пособие для практических работников детских садов / Автор-составитель И. А. Пазухина. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008. – 272 с.

3. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. – М.: Айрис-пресс, 2004. – 160 с.

4. Денисова Н. Д. Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников 3-7 лет. 2-е изд., испр. – Волгоград: Учитель, 2019. – 196 с.

5. Дубина Л.А. Коммуникативная компетентность дошкольников: Сборник игр и упражнений. – М: Книголюб, 2006. – 64 с.

6. Ежкова Н.С. Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. Часть 1. – М: Владос, 2012 г. – 127 с.

7. Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка. Теория и практика. – М.: Академия, 2004 г. – 288 с.

8. **Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения. 2-е изд., доп. и перераб. – СПб: Речь, 2005. – 160с.**

9. Карелина И. О. Развитие эмоциональной сферы детей в дошкольной образовательной организации: избранные научные статьи. – Прага: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2017. – 122 с.

10. Монакова Н.И. Путешествие с Гномом. Развитие эмоциональной сферы дошкольников. – М: Речь, 2008. – 128 с.

11. Никифорова Л.А. Вкус и запах радости. Цикл занятий по развитию эмоциональной сферы. – М.: Национальный книжный центр, 2015. – 72 с.

12. Окландер В. Скрытые сокровища: Путеводитель по внутреннему миру ребенка. Пер. с англ. – М.: Когито-Центр, 2012. – 271 с.

13. Смирнова Н.Н. Особенности рефлексии различных эмоций у детей старшего дошкольного возраста / Н.Н. Смирнова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – Т. 7. – № 6. – С. 6 – 15.

14. Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. 5–6 лет: методическое пособие / И.А. Дворецкая, Е.В. Горинова, Н.Е. Рычка. – М.: Дрофа, ООО «Корпорация «Российский учебник», 2019. – 152 с.

15. Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. 6–7 лет: методическое пособие / И.А. Дворецкая, Е.В. Горинова, Н.Е. Рычка. – М.: Дрофа, ООО «Корпорация «Российский учебник», 2019. – 144 с.

16. Феофанова И. Актерский тренинг для детей – М: АСТ, Астрель; Москва; 2012. – 144 с.

17. Широкова Г.А. Школа общения для дошкольников. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 287 с.

18. Широкова Г.А. Практикум для детского психолога / Г.А. Широкова, Е.Г. Жадько. – Изд. 4-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 314 с.

Приложение 1

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

РАЗДЕЛ 1. ИДЕНТИФИКАЦИЯ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ЭМОЦИЙ

Параметры для наблюдения

Компетенция 1. Идентификация эмоций

Критерий 1. Идентификация эмоций по мимическим признакам

Индикаторы:

- Ребёнок различает мимические признаки злости, страха, грусти, радости.
- Определяет эти эмоции на схемах, рисунках, фотографиях и в живом общении по мимическим признакам.
- Может обозначить эмоции словами.

Критерий 2. Идентификация эмоций по пантомимическим признакам и действиям

Индикаторы:

- Ребёнок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес) по позе, жестам, движениям.
- Может сопоставить действия и эмоции.

Критерий 3. Идентификация эмоций по вербальным и паравербальным признакам

Индикаторы:

- Ребёнок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес) в речи по лексике, интонации, громкости, темпу.

Критерий 4. Идентификация эмоций в произведениях искусства

Индикаторы:

- Ребёнок может назвать, какие эмоции у него вызывают определённые произведения искусства (картина, скульптура, музыка, литературное произведение).
- Ребёнок интерпретирует характер, настроение произведения, давая ему эмоционально-образную характеристику (смешное стихотворение, печальная музыка).

Критерий 5. Понимание и использование эмоционального словаря, ментального словаря

Индикаторы:

- Ребёнок верно интерпретирует эмоциональное содержание высказываний.
- Ребёнок понимает и использует в речи слова, связанные с эмоциями и эмоциональными состояниями.

Компетенция 2. Понимание причин эмоций

Критерий 1. Понимание ситуативно обусловленных эмоций

Индикаторы:

- При обсуждении ситуаций (изображение, литературный отрывок, личный опыт, живое общение) ребёнок распознаёт эмоции участников.
- Ребёнок делает верные предположения о причинах возникновения этих эмоций; событиях, предшествующих ситуации.

Компетенция 3. Выражение эмоций

Критерий 1. Выражение эмоций посредством мимики и пантомимики

Индикаторы:

- Эмоциональная экспрессия ребёнка понятна для внешнего наблюдателя.
- Ребёнок выражает эмоции при помощи мимики, жестов, поз, движений.

Критерий 2. Вербальное и паравербальное выражение эмоций

Индикаторы:

- Речь ребёнка эмоционально выразительна: он может описать эмоциональное состояние (своё и чужое), адекватно используя эмоциональный словарь и паравербальные способы (громкость, интонация, темп).

Критерий 3. Выражение эмоций в творчестве

Индикаторы:

- Ребёнок может выразить эмоции в рисунке, аппликации, музицировании, движении.

РАЗДЕЛ 2. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ

Параметры для наблюдения

Компетенция 1. Владение навыками саморегуляции

Индикаторы:

- Ребёнок может определить своё эмоциональное состояние и его интенсивность; описать ситуацию, ставшую его причиной.
- Ребёнок знаком с несколькими способами саморегуляции.

РАЗДЕЛ 3. СОЦИАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

Параметры для наблюдения

Компетенция 1. Коммуникативная компетентность

Критерий 1. Установление и поддержание взаимодействия

Индикаторы:

- Ребёнок способен установить взаимодействие с детьми разного пола и возраста; взрослыми – родителями, педагогом.
- Способен инициировать и поддержать общение: задавать вопросы с учётом ситуации и особенностей партнёра по общению, реагировать на ответы; отвечать на вопросы.

Критерий 2. Эмпатия. Эмоциональная поддержка и взаимопомощь

Индикаторы:

- Ребёнок проявляет эмпатию, пытается влиять на эмоциональное состояние другого человека, оказывая эмоциональную поддержку.
- Ребёнок распознаёт некоторые ситуации, в которых человеку нужна помощь.

- Может сделать предположения о том, какая именно помощь требуется, стремится оказать помощь близким.
- Ребёнок сам может обратиться за помощью, выбрать для этого знакомого взрослого или сверстника, сформулировать свою просьбу.

Критерий 3. Сотрудничество

Индикаторы:

- Ребёнок понимает, что у разных людей могут быть различные интересы, предпочтения, мнения.
- Знает о необходимости соблюдения правил в совместной игре, работе.
- Может предлагать варианты взаимодействия, договариваться.

Критерий 4. Поведение в конфликтной ситуации

Индикаторы:

- Ребёнок может идентифицировать свои эмоции и эмоции другого, на этом основании прогнозировать вероятность возникновения конфликта.
- Может делать предположения о причинах возникновения конфликта, возможных способах его разрешения.
- Знаком с простыми способами саморегуляции.

Компетенция 2. Социальная компетентность

Критерий 1. Следование формальным правилам поведения

Индикаторы:

- Ребёнок знает формальные правила поведения и следует им: приветствие, прощание, извинение, благодарность и т. д.
- Принимает, может следовать правилам, принятым в семье, детском саду.

По каждому критерию в бланк заносится цифра от 1 до 10 в соответствии с уровнем развития компетенции.

1-й уровень (1–3 балла) – ребёнок не пытается проявлять оцениваемый навык / пытается, но ничего не получается.

2-й уровень (4–7 баллов) – ребёнок иногда применяет оцениваемый навык / показывает средний / нерегулярный результат.

3-й уровень (8–10 баллов) – ребёнок регулярно и успешно применяет оцениваемый навык.

БЛАНК ОЦЕНКИ РАЗВИВАЕМЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

№ п/п	ФИ ребенка	Идентификация эмоций		Понимание причин эмоций		Выражение эмоций		Владение навыками саморегуляции		Коммуникативная компетентность		Социальная компетентность	
		НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													
20													
21													
22													
23													
24													
Среднее значение по группе													
Эффективность программы (разность между оценками до и после программы)													

НГ – заполняется в начале учебного года

КГ – заполняется в конце учебного года

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Уважаемые родители!

1. Насколько хорошо вашему ребенку удастся распознавать и понимать эмоции?
Оцените по 10-бальной шкале каждое из утверждений (1 – это совсем не характерно для него, 10 – он умеет это как никто другой).

Утверждение	Балл (от 1 до 10)
Ребенок разбирается в сложных эмоциях. <i>Например, рассуждая о чьем-либо поведении, он умело использует названия сложных эмоций: гордость, стыд, вина, разочарование и пр.</i>	
Ребенок может, основываясь на внешних проявлениях другого, аргументированно объяснить, почему он считает, что человек испытывает ту или иную эмоцию. <i>Например, он может сказать: «Я думаю, что он злится: у него нахмурены брови, злые глаза и сжатые кулаки, а голос такой сердитый...»</i>	
Ребенок может легко изображать эмоции других. <i>Например, рассказывая истории о ком-то, он делает это артистично и в ролях.</i>	
Ребенок понимает причины своих эмоциональных состояний. <i>Например, на ваш вопрос «Почему ты такой грустный?» он может дать вам объяснение типа «Я вспомнил про грустное кино».</i>	
У ребенка богатый словарный запас в области эмоций. <i>Например, он использует разные синонимы для описания одного и того же эмоционального состояния, учитывая нюансы (я радовался, я был счастлив, я веселился, мне было смешно).</i>	
ИТОГО (СУММА БАЛЛОВ) (Пожалуйста, перенесите полученную цифру в бланк анкеты.)	

2. Насколько хорошо ваш ребенок умеет управлять своими эмоциями?
Оцените по 10-бальной шкале каждое из утверждений (1 – это совсем не характерно для него, 10 – он умеет это как никто другой).

Утверждение	Балл (от 1 до 10)
Ребенок умеет регулировать свое эмоциональное состояние. <i>Например, он может быстро успокоиться в ответ на вашу просьбу: «Не шуми, пожалуйста».</i>	
Ребенок знает об элементарных способах саморегуляции. <i>Например, вы можете услышать от него совет типа: «Тебе страшно? Попробуй вспомнить что-то веселое».</i>	
Ребенок может объяснить поведение другого человека, оперируя категориями эмоций. <i>Например: «Дима не хочет играть, он расстроен из-за ссоры с Артемом».</i>	
Ребенок понимает, как его эмоции влияют на его поведение. <i>Например, он может объяснить неаккуратность своего рисунка тем, что ему было грустно (или он был зол / обижен).</i>	
Ребенок понимает эмоциональное состояние другого человека, способен изменить свое поведение в соответствии с этим.	

<i>Например, увидев, что Вы чем-то расстроены, ребенок начинает вести себя тише, проявляет ласку, стремится быть рядом.</i>	
ИТОГО (СУММА БАЛЛОВ) (Пожалуйста, перенесите полученную цифру в бланк анкеты.)	

3. Насколько хорошо вашему ребенку удаются задачи, связанные с общением?
Оцените по 10-бальной шкале каждое из утверждений (1 – это совсем не характерно для него, 10 – он умеет это как никто другой).

Утверждение	Балл (от 1 до 10)
Ребенок легко адаптируется в новой ситуации. <i>Например, оказавшись в новой компании, ребенок быстро включается в общие игры, дела, задачи.</i>	
Ребенок понимает правила взаимодействия и соблюдает их. <i>Например, играя с другими детьми, он сам не нарушает правила и следит за тем, чтобы другие тоже соблюдали их.</i>	
Ребенок может давать элементарную моральную оценку ситуации. <i>Например, он может рассуждать так: «Мальчик не прав, маленьких обижать нехорошо» или «Нет, нельзя брать чужое».</i>	
Ребенок не оставляет без внимания ситуации, когда кто-то нуждается в поддержке и оказывает такую поддержку. <i>Например, заметив, что кто-то выглядит грустным, он пытается быть рядом, утешить.</i>	
В ходе совместной работы ребенок может соотносить свои действия с действиями других людей. <i>Например, строя песочный город, он может предлагать: «Давай сначала мы подготовим песок, потом я буду прокладывать дороги, а ты – строить башни».</i>	
ИТОГО (СУММА БАЛЛОВ) (Пожалуйста, перенесите полученную цифру в бланк анкеты.)	

Заполните, пожалуйста, этот бланк и передайте его педагогу. Эти данные помогут педагогу более адресно подойти к реализации программы социально-эмоционального развития, учитывая индивидуальные особенности Вашего ребенка. Основываясь на них, педагог сможет расставить необходимые акценты в образовательной траектории Вашего ребенка.

Фамилия, Имя ребенка _____

Занесите, пожалуйста, в таблицу сумму баллов, полученных в анкетах по каждому из трех разделов программы.

Раздел	Балл
Восприятие и понимание причин эмоций	
Эмоциональная регуляция	
Социальное взаимодействие	

**БЛАНК ФИКСАЦИИ РЕЗУЛЬТАТОВ ЭКСПЕРТНОЙ ОЦЕНКИ РОДИТЕЛЕЙ
ДО И ПОСЛЕ УЧАСТИЯ В ПРОГРАММЕ**

№ п/п	ФИ ребенка	Идентификация и понимание причин эмоций		Управление эмоциями		Социальное взаимодействие	
		нг	кг	нг	кг	нг	кг
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
Среднее значение по группе							
Эффективность программы (разность между оценками до и после программы)							

нг – заполняется в начале учебного года

кг – заполняется в конце учебного года

Примерное содержание занятий с детьми 5–6 лет

Тема	Цель	Содержание	Оборудование и материалы	
ВВЕДЕНИЕ				
Тема 1. Индивидуальность и многообразие в группе	Занятие 1. Портрет моего Я	Создание условий для развития представлений у ребёнка о самом себе и понимания индивидуальности каждого человека.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Солнышко светит на того, кто...». Введение в тему занятия 3. Игра «Я люблю играть...» 4. «Картотека отпечатков» 5. Чтение и обсуждение стихотворения «Птица души» 6. Рефлексия. 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Игрушка солнца; цветные карандаши или пастель; небольшие зеркала по количеству детей в группе; лупы 5–6 шт.; пластиковые тарелки 3–4 шт.; чернила двух цветов; салфетки; изображения различных хвостов китов и зебр; изображение /игрушка Птицы души.
Тема 2. Проявление эмоций в группе. Правила группы	Занятие 2. Дом в окошках – словно сыр. Много-много в нём квартир	Создание условий для развития эффективной коммуникации детей в группе.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Один и много». Введение в тему занятия 3. «Конструкторское бюро». Индивидуальное задание 4. «Ищем правила». Игровая ситуация 5. «Стройка». Групповое задание 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Игрушка Птицы души; лист бумаги А1; лист бумаги А2; маркеры; геометрические фигуры; цветные карандаши / фломастеры по количеству детей; картинки с изображением правил; клеевой карандаш.

ВОСПРИЯТИЕ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ЭМОЦИЙ				
Тема 3. Многообразие эмоций	Занятие 3. Происшествие в цветнике	Создание условий для знакомства детей с базовыми эмоциями: страхом, грустью, злостью, радостью – и причинами их возникновения.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Происшествие в цветнике» Введение в тему занятия 3. «Встреча с цветами». Игровая ситуация 4. Игра «Найди отличия в цветниках» 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Карточки размером А5 с изображениями цветов (ромашка, колокольчик, одуванчик, подсолнух, львиный зев); оборудование для просмотра слайдов; слайд для игры «Найди отличия» наборы карточек с изображением эмоций–смайликов по количеству детей.
Тема 4. Радость и грусть. Признаки и причины	Занятие 4. Почему мы грустим и радуемся	Создание условий для расширения у ребёнка знаний об эмоциях радости и грусти, распознавания и понимания этих эмоций у себя и других.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Путешествие продолжается». Введение в тему занятия 3. «Встреча у пруда». Работа с сюжетными карточками из игрового комплекта «Палитра эмоций» 4. «Найди радостных и грустных» 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Скотч или мел для «кочек»; сюжетные карточки № 1, 2 из игрового комплекта «Палитра эмоций» на каждую мини-группу; оборудование для просмотра слайдов; слайд «Такие разные дети»; набор карточек с изображением эмоций–смайликов.
Тема 5. Страх. Признаки и причины. Вред и польза страха	Занятие 5. Где живут страшные монстрики?	Содействие развитию умения понимать и определять эмоцию страха у себя и других; создание представления о необходимости говорить о своих эмоциях.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Где притаился страх?» Чтение и обсуждение литературного отрывка. Введение в тему занятия	Текст книги Ульфы Нильсона и Эвы Эриксон «Один на сцене»; презентация с иллюстрациями из книги; Птица души; коробка с камешками; «банка для страха»;

			3. «Кто наши монстрики?» 4. Обсуждение «Не все страхи плохи!» 5. Игра «Найди свой волшебный камешек» 6. Игра «Банка для страха» 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	листы бумаги А5 по количеству детей; карандаши / фломастеры.
Тема 6. Злость. Признаки и причины злости	Занятие 6. Как договориться со злыми монстриками	Содействие развитию у ребёнка представлений о причинах, признаках злости и некоторых способах саморегуляции в состоянии злости.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Настольная игра «Домик для эмоций» 3. «История о победе и проигрыше». Чтение и обсуждение текста 4. «Полный шар эмоций». Эксперимент 5. Игра «Укроти свою злость» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Семь наборов карточек с фотографиями эмоций (радость, грусть, злость, страх) из игрового комплекта на группу из 15 детей; несколько прямоугольных кусочков картона размером 9 × 6 см; 2 воздушных шарика
Тема 7. Отклик тела на эмоции. Выражение эмоций мимикой, позой, движениями	Занятие 7. Мой калейдоскоп эмоций	Создание условий для развития у ребёнка умения различать эмоции по мимическим признакам, жестам и движениям.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Мои руки могут сказать» 3. Игра «Как разговаривает моё тело?» 4. Задание «Будь наблюдательным!» 5. «Ожившие истории». Этюды 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Настольная ширма из ткани с отверстиями для двух или трёх пар рук; сюжетные картинки; набор карточек с изображением эмоций–смайликов; текстовые фрагменты из произведения «Рассказы для детей» Михаила Зощенко

	Занятие 8. Мой калейдоскоп эмоций (продолжение)	Содействие развитию у ребёнка умений различать, называть и выражать эмоции посредством мимики и пантомимики.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра-разминка «Кричалки, заклички» 3. «А ну-ка отгадай!» Просмотр и обсуждение мультфильма 4. «Встреча с кошкой» 5. «Мастерская жестов» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Птица души; оборудование для просмотра; мультфильм «Бегемот и компот» (Союзмультфильм, 2015); набор карточек с изображением эмоций–смайликов
Тема 8. Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи	Занятие 9. Как слышать чужие эмоции	Содействие развитию у ребёнка умения выражать эмоции голосом.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Звуки, на помощь!» Игровое упражнение 3. Игра «Мешочек странных слов» 4. Игра «Голосовая разминка» 5. Игра «Мешочек смеха» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Птица души; тканевый мешочек; карточки, на которых написаны междометия; наборы карточек с изображением эмоций–смайликов; «мешочек смеха»
	Занятие 10. Давай придумаем сказку	Создание условий для развития у ребёнка умений составлять и рассказывать историю.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Подбери слова». Игровое упражнение 3. «Наблюдаем круги». Эксперимент 4. Создаём истории «Что случилось на пруду?» 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Текст из книги Джанни Родари «Грамматика фантазии»; Птица души; пластиковый или живой цветок; маленький кораблик; листик с дерева; веточка; таз или ведро с водой

Тема 9. Разнообразие эмоций в поэзии и живописи. Интерес, удивление	Занятие 11. Приключение линии на холсте	Создание условий для понимания ребёнком того, что произведения искусства могут передавать и вызывать разные эмоциональные состояния.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Приключение ленты» 3. «Радостные и грустные линии» 4. «Превращений линии» 5. «Мокрая картина» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Оборудование для просмотра слайдов; презентация с репродукциями картин: «Серое дерево» П. Мондриана, «Абстрактная композиция» В. Кандинского, «Большая голубая» Б. Райли; Птица души; ленты на палочке (по одной на пару детей); лист с изображением линий; набор карточек с изображением эмоций–смайликов (на каждого ребенка); материалы для рисования (бумага для рисования; краски; стаканчики-непроливайки; кисти для рисования); емкость для воды
	Занятие 12. Встреча с ожившей картиной	Создание условий для развития у ребёнка умения понимать и называть эмоции при просмотре художественных произведений.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Загадочный конверт». Игровая ситуация 3. «Ожившая картина». Введение в тему занятия 4. «Я чувствую...». Упражнение 5. «Эмоции в красках». Творческая работа. 6. «Коллекционер картин» 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Оборудование для просмотра слайдов; презентация с репродукциями картин: «Купчиха за чаем» Б. Кустодиева, «Дети» В. Серова, «Кошка, поймавшая птицу» П. Пикассо, «Набедокурили, сорванцы» И. Горюхова; материалы для рисования (бумага, карандаши, краски и кисти для рисования; стаканчики-непроливайки, салфетки);

				набор карточек с изображением эмоций–смайликов (на каждого ребенка)
Тема 10. Эмоции и музыка	Занятие 13. Я слышу и чувствую музыку	Содействие развитию у ребёнка умения понимать и называть эмоции при прослушивании музыкальных произведений.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Музыка и эмоции». Игровое упражнение со слушанием музыкальных произведений 3. Игра «Музыка и движение» 4. «Понять историю». Просмотр и обсуждение мультфильма 5. Игра «Определи эмоцию» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Оборудование для прослушивания музыки; Птица души; аудиозапись музыкальных произведений: А. Вивальди «Дождь», С. Рахманинов «Итальянская полька», П. Чайковский «Грустная песенка», К. Сен-Санс «Карнавал животных: Аквариум», К. Сен-Санс «Карнавал животных: Слон, Королевский марш львов, Кенгуру»; оборудование для просмотра слайдов; видеозапись мультфильма «Картинки с выставки» (Союзмультфильм, 1984) на музыку М. Мусоргского; набор карточек с изображением эмоций–смайликов (на каждого ребенка)
	Занятие 14. Как слова подружились с музыкой	Создание условий для формирования у ребёнка умения определять эмоцию по характеру музыкального произведения и тексту песен.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Музыка и слова». Игровое упражнение с прослушиванием музыкальных произведений 3. «Какое настроение?» Двигательная активность	Птица души; оборудование для прослушивания музыки, оборудование для просмотра видео; аудиозапись: песенок: «О волшебном цветке» из мультфильма «Шёлковая

			4. Игра «Музыкальный конструктор» 5. «Иллюстрируем песню». Мастерская. 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	кисточка», страхов из мультфильма «Ничего не страшно», «Если добрый ты» из мультфильма «День рождения кота Леопольда», «Каждый маленький ребёнок» (музыка М. Мееровича, слова Г. Остера); музыки без слов и песен со словами: песня «Лев и Брадобрей» (музыка М. Дунаевского, слова Н. Олева), «Колыбельная» из мультфильма «По следам Бременских музыкантов» (музыка Ген. Гладкова, слова Ю. Энтина), песня Рыбы-Пилы из мультфильма «Голубой щенок» (музыка Ген. Гладкова, слова Ю. Энтина); материалы для рисования: листы бумаги А4; цветные карандаши или пастель (на каждого ребенка)
ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ				
Тема 11. Основы саморегуляции	Занятие 15. Пять важных шагов.	Создание условий для формирования у ребёнка представлений о том, как можно управлять эмоциями.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Пять перьев Жар-птицы». Игровая ситуация 3. Мастерская «Пять пальцев – пять шагов» 4. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Птица души; пять перьев; карандаши или пастель; листы бумаги А3–А4.

	Занятие 16. Как изменить своё настроение	Создание условий для развития у ребёнка умения управлять своими эмоциями.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) Игра «Цветные движения» 2. «Как можно изменить своё настроение?» 3. «Дыхание животом». Дыхательная гимнастика. 4. Упражнение «Карусель» 5. Упражнение «Вулкан» 6. Упражнение «Быстрый лыжник» 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Цветные карточки размера А5 (жёлтого, зелёного, белого и красного цвета); изображение банки с эмоциями (2 шт.); фломастеры
Тема 12. Регуляция эмоций и поведенческих проявлений при взаимодействии в группе	Занятие 17. Вместе интереснее.	Создание условий для развития у ребёнка навыков социального взаимодействия и сотрудничества.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Делать вместе». Введение в тему занятия 3. «Что произошло на мосту?» Просмотр мультфильма 4. «Подготовка к строительству моста. Правила строительства». Игровая деятельность 5. «Стройка». Игра-практика 6. Игра «Музыкальные стулья» 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Оборудование для просмотра видео и прослушивания музыки; видеозапись мультфильма «Мост» – BRIDGE; аудиозапись веселой музыки; кубики «Лего» или любого блочного конструктора в двух банках; стулья
	Занятие 18. Как успокоить сильные эмоции	Создание условий для развития у ребёнка навыков социального взаимодействия и сотрудничества.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Когда ты не один». Введение в тему	Три воздушных шарика; Птица души; оборудование для просмотра видео;

			3. «Как справиться с сильными эмоциями». Творческое задание 4. «Морошка». Просмотр и обсуждение мультфильма 5. «Сильные эмоции». Упражнение 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	презентация репродукций картин: «Зима» Кевина Уолша, «Крестьянская драка» Адриана ван Остаде; видеозапись мультфильма «Морошка» (Союзмультфильм, 2015)
Тема 13. Творческое выражение эмоций как способ саморегуляции	Занятие 19. Мой разноцветный день	Создание условий для развития у ребёнка умений передавать свои эмоции через изобразительную деятельность.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Палитра и краски. Игровое задание 3. «Наши занятия». Задание с карточками. 4. «Мой разноцветный день на холсте». 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Птица души; оборудование для просмотра презентации; презентация «Наши занятия в детском саду»; материалы для рисования: краски, кисти, стаканчики-непроливайки (на каждого ребенка); набор карточек с изображением эмоций–смайликов (на каждого ребенка)
	Занятие 20. Что хранится в моём сердце	Создание условий для развития у ребёнка умения выражать эмоции посредством творчества.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Моё отражение». Творческая игра 3. «Рисунок на зеркале». Практическая работа 4. «Карта моего сердца». Творческое задание 5. «Котя». Этюды 6. «Дорисуем цветок настроения». Коллективная творческая работа	Коробка; зеркало с ручкой (на каждого ребенка); материалы для рисования: карта сердца, карандаши, маркеры; изображение комнатного цветка на листе А2

			7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
СОЦИАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ				
Тема 14. Навыки коммуникации – установление отношений и сотрудничество	Занятие 21. Раз, два, три, четыре, пять, я хочу с тобой играть	Содействие развитию у ребёнка умения вступать в контакт со сверстниками и взрослыми и поддерживать общение.	1. Игра «Приветствие» 2. Игра «Давай познакомимся» 3. Игра «Шагаем дружно» 4. Просмотр мультфильма о дружбе. Обсуждение 5. Игра «Послушные фигуры» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Птица души; небольшой мяч; оборудование для просмотра мультфильма; видеозапись мультфильма «Тарзанка» из серии «Ангел Бэби»; шнур длиной 5 м (2–3 шт.)
	Занятие 22. Давай играть вместе!	Содействие развитию коммуникативных навыков.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Скворушка». Чтение и обсуждение отрывка из рассказа Г. Скребицкого 3. «Готовимся встречать птиц». Задание с сюжетной карточкой 4. Игра «Мешочек волшебных слов» 5. «Скворечник». Разминка 6. «Рисунок на двоих» 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Сюжетная карточка № 14 из игрового комплекта «Палитра эмоций» – по одной для каждой малой группы; мешочек; карточки с фразами [14, стр. 147]; листы бумаги А4 и карандаши для рисования
Тема 15. Эмпатия. Оказание эмоциональной поддержки. Взаимопомощь	Занятие 23. Раз, два, три, четыре, пять, мы в поход идём играть!	Содействие развитию эмпатии.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Мы – туристы!» Введение в тему занятия 3. «Соберем рюкзак в поход». Задание с картинками	Птица души; сюжетные карточки № 3, 4 из игрового комплекта «Палитра эмоций»; оборудование для просмотра презентаций; презентация к занятию;

			4. «Однажды в походе». Задание с сюжетными карточками 5. Упражнение «Определи эмоцию» 6. Игровое упражнение «Сигнал» 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	предметные картинки по теме «Походное снаряжение» и др.
	Занятие 24. Секреты понимания	Содействие развитию у ребёнка эмпатии и сопереживания.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Идём в музей». Введение в тему занятия 3. «Как нам помогают жесты» 4. «Дай мне руку». Работа в парах 5. «Кому нужна помощь». Обсуждение ситуаций 6. «Цепочка добрых дел». Игровое задание 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Оборудование для просмотра презентаций; презентация «Язык жестов»; презентация «Ситуации»; повязки на глаза (по одной на каждую пару детей); поднос; разноцветные полоски бумаги; клеевой карандаш
	Занятие 25. Если друг не смеётся, подари ему солнце	Создание условий для развития у ребёнка умения выстраивать и поддерживать дружеские отношения.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «С чего начинается дружба?» 3. «Знакомство с Эсти». Чтение и обсуждение текста 4. Игра «Ручеёк» 5. Игра «Превращалки» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Птица души; оборудование для прослушивания аудиозаписей; аудиозапись песни «От улыбки станет всем светлей» (музыка В. Шаинского, слова М. Плещинского).

Тема 16. Конфликты и разногласия. Эффективное поведение в ситуации конфликта.	Занятие 26. Слушай свою Птицу души	Содействие развитию у ребёнка умения понимать свои и чужие эмоции в конфликтной ситуации.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Сказка «Как поссорились птицы». Введение в тему занятия 3. «Из-за чего сыр-бор». Работа с карточками 4. «Эмоции Птицы души» 5. «Ковёр мира». Групповое упражнение 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Птица души; карточки-последовательности № 1 и 2 из игрового комплекта «Палитра эмоций»; оборудование для просмотра слайдов; слайды к занятию «Птичья эмоции»; набор карточек с эмоциями–смайликами (на каждого ребенка); материалы для рисования: лист А4, карандаши или восковые мелки (на каждого ребенка)
	Занятие 27. Надо постараться, чтобы ни с кем не драться	Содействие развитию умения эффективно вести себя в ситуации конфликта.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра-ситуация «Поссорились» 3. Игра «Мне не нравится» 4. «Безопасность в игре». Чтение и обсуждение рассказа «Чук и Гек» 5. «Слова-помощники». Работа в парах 6. «Пык-пык-пык» Посмотр и обсуждение мультфильма 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Оборудование для просмотра видео; Птица души; игрушка мишки; видеозапись мультфильма «Пык-пык-пык» (Союзмультфильм, 2014).
Тема 17. Эмоции и театр	Занятие 28. Волшебные превращения простых вещей	Содействие развитию эмоциональной выразительности ребёнка.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Ночь в костюмерной». Введение в тему занятия	Коробка с предметами: перчатка, носки, пластиковые бутылки, стаканы, кусочки ткани, баночки из-под йогурта и пр.; клей;

			3. «Мастерская идей». Практическое задание 4. «Представьтесь, пожалуйста». Театральный этюд 5. Игра «Удивительный рассказ» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	нити; цветная бумага; ножницы
	Занятие 29. Искусство перевоплощения		1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Как я говорю?» 3. «Тренируем эмоции» (см. Приложение 6) 4. «Мини-этюды» (см. Приложение 6) 5. Упражнение «Предлагаемые обстоятельства» (см. Приложение 6) 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Мяч
	Занятие 30. Искусство перевоплощения (2)		1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Перевоплощение» (см. Приложение 6) 3. «Фантастический тренинг» (см. Приложение 6) 4. Упражнение «Волшебный тазик» (см. Приложение 6) 5. «Летом». Моментальный спектакль (см. Приложение 6)	Птица души; мяч

			6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
	Занятие 31. Я играю в теневом театре	Создание условий для развития эмоциональной выразительности ребёнка.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Игра с тенью». Введение в тему занятия 3. «Мой герой для театра». Практическое задание 4. Игра «Найди отличие» 5. «Мини-этюды». Теневой театр 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Фонарики карманные; лампа настольная; палочки для творческой работы; пластилин; чёрная плотная бумага; 5–6 комплектов заготовок фигур для театра теней; бумага; ножницы; небольшая картонная коробка; калька по размеру коробки; скотч; оборудование для показа слайдов; игра-презентация «Чья тень»
Заключительное занятие	Занятие 32. Путешествие по городу Эмоций	Создание условий для обобщения и применения ребёнком полученных знаний.	1. Игра «Передай привет соседу». Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Подготовка к путешествию». Эмоциональная разминка 3. Остановка 1. «Найди свою группу. Запомни это чувство» 4. Остановка 2. «Мост Доверия» 5. Остановка 3. «На танцевальной площадке города Эмоций» 6. Остановка 4. «Жители города Эмоций»	Набор карточек; наборы стикеров-смайликов; принадлежности для рисования; оборудование для прослушивания аудиозаписей; аудиозапись К. Сен-Санса «Карнавал животных»; фотоаппарат (телефон с камерой)

			7. Остановка 5. «Когда я радуюсь...». Творческое задание 8. Фотосессия	
--	--	--	---	--

Примерное содержание занятий с детьми 6–7 лет

Тема	Цель	Содержание	Оборудование и материалы	
ВВЕДЕНИЕ				
Тема 1. Индивидуальность и многообразие в группе.	Занятие 1. Мой портрет в рисунках и цифрах	Создание условий для формирования образа Я и расширения представлений ребёнка о его прошлом, настоящем и будущем.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Загадки для Птицы души». Введение в тему занятия 3. Игра «Ветер дует на...» 4. «Моя дорога». Дорисовывание картины 5. Портрет в цифрах 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Игрушка Птица души, цветные карандаши; листы бумаги для рисования
Тема 2. Правила взаимодействия в группе.	Занятие 2. Где стоит буква «я» в алфавите?	Создание условий для расширения представлений о правилах взаимодействия в группе.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Алфавит». Введение в тему занятия 3. Игра «Назови правила» «Что произошло?» Работа с игровым набором «Палитра эмоций» 4. «Права человека» 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Плакат с алфавитом; сюжетная карточка № 10 из игрового комплекта «Палитра эмоций»; книга «Мы все рождены быть свободными» (Всеобщая декларация прав человека в картинках)
Тема 3. Многообразие эмоций.	Занятие 3. Я состою из эмоций	Создание условий для расширения знаний о базовых эмоциях: грусть, радость, злость, страх, удивление, интерес.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Похвалилки», или «Мне нравится в тебе...» (см. Приложение 5) 3. Игра «Цветные эмоции». Введение в тему	Цветные карандаши; цветные клубки ниток для вязания; стихотворение Александра Гиневского «Схватка с акулой»

			4. Игра «Найди причину» 5. Схватка с акулой. Чтение и обсуждение стихотворения 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
	Занятие 4. Чувства разные нужны	Создание условий для развития умения распознавать эмоции и понимать их причины, влияние на поведение.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Назови причину» 3. «Происшествие на кухне». Работа с игровым набором 4. Игра «Волчок и колесо эмоций» 5. «Лабиринт». Работа с игровым набором 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Набор карточек № 15(комплект «Палитра эмоций»); набор карточек с фотографиями эмоций (комплект «Палитра эмоций»); сюжетная карточка № 5 (комплект «Палитра эмоций»); волчок со стрелкой
	Занятие 5. Пишу своё первое письмо	Создание условий для развития умения передавать эмоции через письменную речь и изображение.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Угадай-ка». Введение в тему занятия 3. Игра «Правда или вымысел» 4. «Слонёнок и письмо». Просмотр и обсуждение мультфильма 5. «Необычное письмо». Рисование 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Оборудование для просмотра видеофильмов; мультфильм «Слонёнок и письмо» (Союзмультфильм, 1983); сюжетная карточка № 19 из игрового комплекта «Палитра эмоций»; листы бумаги А4, цветные карандаши, конверт для каждого ребёнка; картинки, иллюстрирующие первые письма
Тема 4. Органы чувств и эмоции	Занятие 6. Я доверяю своим ощущениям	Создание условий для знакомства с органами чувств и понимания влияния ощущений на эмоции.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Почувствуй». Эксперимент 3. «Попробуй на вкус!» Эксперимент	Оборудование для презентаций; презентация к заданию «Пять чувств»;

			4. «Пять чувств». Работа со слайдами презентации 5. Игра «Покажи эмоцию» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	тонкая кисточка для рисования; кусочки яблока, груши, моркови и картофеля; тарелка; вилка; повязка для глаз
	Занятие 7. Я играю в ассоциации	Создание условий для расширения эмоционального словаря с помощью ассоциаций.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Хвостик к слову» 3. Игра «Противоположные слова» 4. «Концерт». Работа с игровым комплектом 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Сюжетная карточка № 12 из игрового комплекта «Палитра эмоций»
Тема 5. Выражение и распознавание эмоций по невербальным признакам	Занятие 8. Как договориться без слов	Создание условий для развития эмоциональной выразительности, умения распознавать эмоции по невербальным признакам.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Покажи эмоцию» 3. Игра «Зеркало» 4. Игра «Танец эмоций» 5. «Общение через прикосновение». Беседа 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Оборудование для прослушивания музыки; аудиозапись музыкальных произведений; сюжетная карточка № 16 (комплект «Палитра эмоций»); набор карточек с фотографиями лиц, выражающих эмоции (комплект «Палитра эмоций»); иллюстрации к беседе
	Занятие 9. О чём может сказать твоё тело?	Создание условий для развития эмоциональной выразительности, умения распознавать эмоции по невербальным признакам.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Как ты себя чувствуешь?» 3. «Разговор тела». Работа по картине 4. «Театр жестов». Театральная мастерская	Набор карточек № 4 из игрового комплекта «Палитра эмоций»; картина на тему «Праздник»; оборудование для просмотра видео; мультфильм «Прогулка» («Союзмультфильм», 1986) на музыку С. Прокофьева.

			5. «Прогулка». Просмотр и обсуждение мультфильма 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
Тема 6. Выражение эмоций голосом	Занятие 10. Как звучат эмоции?	Содействие развитию звукового восприятия, умения ассоциировать эмоции со звуками.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Звуки природы» 3. Игра «Голос природы» 4. «Музыка». Работа с изображением 5. «Ёжик в тумане». Просмотр и обсуждение мультфильма 6. «Вальс цветов» 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Оборудование для просмотра; слайд к заданию «Музыка»; мультфильм «Ёжик в тумане» (Союзмультфильм, 1975); музыкальные инструменты; аудиозапись музыки: «Весенняя песня» Ф. Мендельсона, «Апрель. Подснежник» из цикла «Времена года» П. Чайковского, концерт «Зима» («Вьюга», «У камина») из цикла «Времена года» А. Вивальди, «Вальс цветов» П. Чайковского
	Занятие 11. Оркестр моего настроения	Создание условий для развития звукового восприятия, умения распознавать эмоции.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Звуки улицы». Введение в тему 3. «Внимание! Пешеходный переход». Работа с игровым комплектом 4. «Послушайте тишину» 5. «Карандаш и ластик». Просмотр мультфильма 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Аудиозапись звуков улицы, набор карточек № 6 игрового комплекта «Палитра эмоций»; мультфильм «Карандаш и ластик» («Союзмультфильм», 1982)
Тема 7. Искусство – источник эмоций	Занятие 12. Скучное я сделаю интересным	Создание условий для стимулирования интереса к творчеству, развития умения	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Скука и интерес». Введение в тему	Презентация с репродукциями картин «Портрет» Роя Лихтенштейна, «Ангел» Пауля Клее, «Портрет» Джузеппе

		управлять эмоциями через творчество.	3. Игра «Картина из камней» 4. «Минутка движения». Двигательная разминка 5. «Мультяшные торты». Творческая мастерская 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Арчимбольдо, «Разные торты» Уэйна Тибо; природные материалы (камни, палочки, шишки, жёлуди); цветные карандаши; листы бумаги А5
	Занятие 13. Моё ателье цвета	Создание условий для развития эмоционального восприятия цвета и творческого экспериментирования с цветом и формой.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Волшебные превращения». Введение в тему 3. «Беспредметность». Обсуждение 4. «Мыльная картина». 5. Игра «Костюмерная» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Репродукция картины Василия Кандинского «Беспредметное» (1917); материалы для рисования: мыльный раствор (вода, шампунь), акварельная краска; соломинки, листы для рисования; одежда из костюмерной: шарфы, шляпы, платки, шлемы, накидки
Тема 8. Восприятие и понимание эмоций через текст и иллюстрации	Занятие 14. Страница моей книги эмоций	Создание условий для актуализации у ребёнка знаний об эмоциях и причинах их возникновения.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «История книг». Введение в тему 3. «Что такое иллюстрация?» Обсуждение 4. Литературная викторина 5. Иллюстрация к книге «Радость». Творческое задание 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Иллюстрации Владимира Сутеева к стихотворению «Доктор Айболит» и Владимира Винокура к стихотворению «Телефон» Корнея Чуковского; презентация к литературной викторине; цветные карандаши
	Занятие 15. Я рисую стихи	Создание условий для восприятия и выражения эмоций через поэтический текст и иллюстрации.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Картина – корзина». Введение в тему 3. Игра «Рифма летает»	Мягкий мяч; цветные карандаши

			4. «Придумываю и рисую слова». Творческое задание 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
Тема 9. Приёмы саморегуляции.	Занятие 16. Как договориться с собой	Создание условий для актуализации знаний ребёнка о возможности регулирования своих эмоций.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Разговор с телом». Введение в тему 3. «Игра с масками». Работа с игровым комплектом 4. Игра «Рассмеши застывшую фигуру» 5. Упражнение «Стоп!» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Сюжетные карточки № 9 из игрового комплекта «Палитра эмоций»; цветные карандаши
	Занятие 17. Искусство моего дыхания	Создание условий для знакомства с дыхательными упражнениями как способами саморегуляции.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Дыхательные упражнения «Дыхание – это вдох и выдох». Введение в тему 3. «Летающие предметы». Творческая работа 4. «Живая шляпа». Чтение и обсуждение рассказа 5. «Детская йога» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Квадраты из цветной бумаги; ножницы; клеевой карандаш; линейки; цветные карандаши; гвоздик; пластилин; карточки с изображением поз из йоги [15, стр. 137]
Тема 10. Разнообразие эмоций в живописи	Занятие 18. Я могу рисовать свои эмоции	Создание условий для развития умения определять эмоции, использовать цвет для выражения эмоций в творческой работе.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Зачем люди рисуют природу?». Введение в тему Фильм о природе. Просмотр и обсуждение фрагмента фильма	Видео «Девочка и лисёнок» (Франция, 2007); сюжетная карточка № 8 из игрового комплекта «Палитра эмоций»; образец к творческому заданию; цветные карандаши

			3. «Парк». Работа с игровым комплектом 4. «История одного карандаша». Творческое задание 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
	Занятие 19. Удивительные игры с искусством	Создание условий для выражения эмоций ребёнка через занятия творчеством.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Картина движется». Введение в тему 3. «Художники и иллюзии». Обсуждение и игра 4. Шедевры оптической иллюзии. Творческое задание 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Фрагмент фильма «Как оживает фотография» (с использованием снимков Эдварда Майбриджа); репродукции картины Бриджет Райли «Движение в квадратах» (1961) и картины Фрэнка Стеллы; цветные карандаши / восковые мелки
Тема 11. Регуляция эмоциональных состояний при взаимодействии в группе	Занятие 20. Превращение моих эмоций	Создание условий для развития у ребёнка навыков социального взаимодействия и сотрудничества.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Угадай эмоцию» «Зимняя прогулка» Работа с игровым комплектом 3. «Неудавшаяся выставка» Работа с игровым комплектом 4. Правила для группы 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Набор карточек № 3, сюжетная карточка № 18, набор карточек с фотографиями эмоций из игрового комплекта «Палитра эмоций»; повязка для волос; материалы для рисования: листы бумаги; карандаши (пастель, восковые мелки)
	Занятие 21. Игра в собирателей	Создание условий для развития умения регулировать эмоции при взаимодействии в группе.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Радостная радуга». Введение в тему 3. Игра «Танцуй свой ритм» 4. Он вспыльчивый. Чтение и обсуждение отрывка из стихотворения А. Л. Барто	Аудиозапись быстрой и медленной музыки; два воздушных шарика

			5. Игра «Держим шар» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
Тема 12. Установление и поддержание дружеских отношений.	Занятие 22. Как стать хорошим другом.	Создание условий для развития умения выстраивать эффективное взаимодействие, оказывать поддержку.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Найди слово ДРУГ». Введение в тему 3. «История с подарком». Работа с текстом 4. Игра «Порадуй меня!» 5. «Друг поймёт и поможет». Работа с игровым набором 6. «Игра с препятствиями» 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Буквы для слова ДРУГ; цветные карандаши; набор карточек № 13 из игрового комплекта «Палитра эмоций»
	Занятие 23. Мой питомец мне друг	Создание условий для развития умения заботиться и оказывать поддержку.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Кто твой питомец?». Введение в тему 3. «Идеальный питомец». Чтение стихотворения Вадима Левина «Люблю четвероногих». Обсуждение 4. «Для чего нужен питомец?» 5. «У ветеринара». Работа с игровым пособием 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Презентация: знак для собаки-поводыря и две картинки этих собак; карточка № 11 игрового комплекта «Палитра эмоций»
Тема 13. Эмпатия	Занятие 24. Как помочь другому?	Создание условий для развития эмпатии.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Передай другому» 3. «Как помочь другу?» Введение в тему 4. «Сила пера». Работа с игровым комплектом	Сюжетная карточка № 5 из игрового комплекта «Палитра эмоций»; набор деревянных блоков или любого блочного конструктора

			5. Игра «Строители» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
	Занятие 25. Я могу поделиться с тобой	Содействие развитию эмпатии.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Сначала ты, потом я». Введение в тему 3. «Сова и Телёнок». Чтение и обсуждение текста 4. «Как хорошо, когда хорошо кончается». Решение проблемных ситуаций 5. Игра «Цепочка цвета» 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	мягкий мяч; аудиозапись спокойной музыки
Тема 14. Конфликты и их профилактика. Решение конфликтных ситуаций	Занятие 26. Кубик согласия	Содействие развитию неконфликтной коммуникации в группе.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Равновесие». Введение в тему 3. «Дразнительное имя». Чтение и обсуждение текста 4. Игра «Дразнилки» 5. «Когда я зол...». Упражнение 6. Игра «Ты капуста» (см. Приложение 6) 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Бумажные салфетки (на каждого ребенка); пластиковые и бумажные тарелки (на каждого ребенка); рассказ Марины Дружининой «Дразнительное имя»
	Занятие 27. Где найти хорошее настроение?	Создание условий для развития коммуникации и кооперации.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Детские площадки» Введение в тему 3. «Вместе строим детскую площадку». Творческое задание	Презентация к занятию: репродукция картины Жака-Лорана Агаса «Площадка для игр», две фотографии первых детских площадок;

			4. Игра «На что похоже мое настроение» (см. Приложение 6) 5. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
Тема 15. Этика поведения. Обращение за помощью – просьба и требование	Занятие 28. Зачем быть вежливым?	Создание условий для понимания ребёнком понятий «просьба» и «требование».	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Тигр Эмили». Чтение и обсуждение текста 3. Игра «Сортировка мусора» 4. «Соблюдай правила». Работа с игровым комплектом 5. «Робот ВАЛЛ-И». Просмотр и обсуждение мультфильма 6. Игра «Пожалуйста!» (см. Приложение 6) 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Мультфильм «ВАЛЛ-И» (США, 2008); большой пакет с мусором (пластиковые бутылки, бумага и пр.); мешки для мусора (4 шт); карточки № 6 из игрового комплекта «Палитра эмоций»
Тема 16. Социальные компетенции	Занятие 29. Я сочиняю игру	Создание условий для развития умения придумывать игры.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Такие разные домики» 3. «Зачем нужна игра?» 4. «Конструктор игр» 5. Новая старая игра. Творческое задание 6. Игра «Кукла и кукловод» 7. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Презентация к занятию: домики, «конструктор игр»; скакалка; мяч
	Занятие 30. Учимся играя	Создание условий для развития умения придумывать сказки.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. Игра «Герои сказок» 3. Игра «Конструктор сказки» 4. «Бином фантазии»	Карандаши; распечатки для творческого задания

			5. «Моя сказка». Творческое задание 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	
	Занятие 31. Рецепт хорошего человека	Создание условий для обобщения полученных знаний и умений.	1. Ритуал приветствия (см. Приложение 5) 2. «Выбери эмоции». Эмоциональная разминка 3. «Цвет эмоций» 4. «Найди место для эмоции» 5. Игра «Комплимент». 6. Ритуал прощания (см. Приложение 5)	Набор карточек с фотографиями эмоций из игрового комплекта «Палитра эмоций»; цветные карандаши; цветная бумага; ножницы; клеевые карандаши
Заключительное занятие	Занятие 32. Выпускной в «Школе эмоционального интеллекта»			

РИТУАЛЫ ПРИВЕТСТВИЯ

«Передай привет соседу»

Дети кладут руку на плечо соседа, который находится справа и здороваются, назвав его ласковым именем. Например, «Здравствуй, Леночка!»

Вариант 1. Дети здороваются по цепочке.

Вариант 2. Дети здороваются с соседом за руку (за локоть, коленками и др.).

«Давайте поздороваемся»

Дети по сигналу ведущего начинают двигаться по комнате и здороваться со всеми, кто встречается на пути. При этом надо соблюдать правила: один хлопок ведущего – здороваются за руку, два хлопка – здороваются плечами, три хлопка – здороваются спинами и т.д.

«Мой друг»

– Доброе утро!

Собрались все дети в круг

Я твой друг, и ты мой друг.

Крепко за руки возьмёмся

И друг другу улыбнёмся.

Я улыбнусь вам, а вы улыбнитесь друг другу. Чтобы у нас весь день было хорошее настроение.

«Круг рукопожатий»

– Здравствуй, друг!

Здравствуй, друг!

Здравствуй весь наш дружный круг!

Я люблю свой детский сад,

В нём полным-полно ребят.

Может сто, а может двести,

Хорошо, когда мы вместе.

Все на месте все ли тут?

Оглянулись, повернулись,

И друг другу улыбнулись.

«Давайте вместе с нами»

Дети стоят врассыпную. Педагог вместе с детьми произносит текст и показывает движения.

– Давайте вместе с нами *(поднимают руки в стороны)*

Потопаем ногами, *(топают ногами, стоя на месте)*

Похлопаем в ладоши – *(хлопают в ладоши)*.

Сегодня день хороший! *(поднимают прямые руки вверх – в стороны)*

«Мой дружочек»

Игра проводится в парах.

– Здравствуй, здравствуй,

Мой дружочек! *(здороваемся за руку)*

Как живёшь ты? *(ладонь направляется на друга)*

Как животик? *(ладонью гладим себя по животу)*

За руки с тобой возьмёмся, *(берёмся за руки)*

И друг другу улыбнёмся! *(улыбаемся друг другу)*

(После можно поменяться парами и ещё раз сыграть)

«Посмотрите на нас!»

Игра проводится в кругу

– Посмотрите вы на нас! *(руки в центр круга)*

Мы – ребята, суперкласс! *(руки к себе, большой палец – вверх)*

Дружные и смелые, *(обнялись, руки на плечи соседа)*

А ещё – умелые!

Можем многое мы делать, *(шагаем на месте)*

Клеить, резать, шить, плести, *(движения по тексту)*

Хорошо себя вести! *(обняли себя за плечи)*

Посмотрите вы на нас! *(руки в центр круга)*

Мы - ребята, суперкласс! *(руки к себе, большой палец – вверх)*

«Эхо»

Дети встают в круг, здороваются друг с другом. Проводится игра: каждый ребёнок называет своё имя по слогам и прохлопывает его – остальные повторяют.

Варианты 1. Ребёнок, называя своё имя, пропевает его по слогам.

Вариант 2. Каждый ребёнок сам выбирает действие при произнесении имени (топает, хлопает, пропевает и т. п.), остальные повторяют за ним.

«Колокольчик»

Дети приветствуют друг друга колокольчиком. Каждый по очереди играет колокольчиком и поёт свою песенку – привет (или без слов, или пропевает своё имя).

«Приветствия жестами»

Дети стоят в кругу, Воспитатель называет имя ребенка, бросает ему мяч и показывает приветственный жест. Поймавший мяч повторяет этот жест, бросает мяч другому ребёнку, приветствуя его по-своему и называя по имени.

– Здравствуй, солнышко красное! *(руки вверх)*

Здравствуй, небо ясное! *(руки вверх в стороны)*

Здравствуйте, деревья и травы! *(руки от груди разводим широко в стороны)*

Здравствуйте рыбы, птицы и звери! *(руки от груди разводятся широко в стороны)*

Здравствуй, земля! *(руки описывают круг)*

Это – Я! *(обнять себя)*

РИТУАЛЫ ПРОЩАНИЯ

«Прощание»

Участники встают в круг и кладут руки на плечи друг другу. Они приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо, до свидания».

«От сердца к сердцу»

– Улыбайтесь чаще, и тогда вы будете здоровыми, сильными и красивыми. Давайте закончим наш день в кругу радости следующими словами:

Нежные, добрые девочки! *(педагог идет по внешнему кругу)*

Сильные, смелые мальчики! *(обращаясь то к девочке, то к мальчику)*

И встанем в круг, за руки все возьмемся *(соединяет их руки),*

И радостно друг другу улыбнемся! *(дети заглядывают в глаза друг другу и улыбаются).*

«Встретимся опять»

Все дети дружно встают в круг, протягивают вперед левую руку «от сердца, от души» (получается пирамида из ладошек) и говорят традиционные слова: «Раз, два, три, четыре, пять – скоро встретимся опять!».

«Эстафета дружбы»

Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие. Начинает педагог: «Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Маши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет. До свидания!»

«До-сви-да-ни-я»

Прощание в кругу с пропеванием: «до-сви-да-ни-я» и ритмичным потряхиванием погремушкой, колокольчиком и т. п.

«До свидания»

Дети встают в круг, плечом к плечу, держась друг за друга, с закрытыми глазами медленно раскачиваются. Открывают глаза, говорят друг другу «До свидания».

«Факиры»

Дети сидят на ковре, скрестив по-турецки ноги, руки лежат на коленях, кисти свисают вниз, шея и спина расслаблены, голова опущена (подбородок касается груди, глаза раскрыты. Пока звучит музыка, факиры отдыхают.

«Расслабление»

Детям предлагается встать, расставив широко ноги, немного согнуть их в коленках; согнуть тело и свободно опустить руки; расправить пальцы, склонить голову к груди, приоткрыть рот. Слегка раскачиваться из стороны в сторону, вперед, назад. По сигналу резко тряхнуть головой, руками, ногами, телом. «Вы стряхнули усталость. Чуть-чуть осталось? Повторите ещё раз».

«Солнечные лучики»

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя теплым солнечным лучиком.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

Игра «Пожалуйста!»

Детям предлагается выполнять лишь те команды ведущего, которые начинаются со слова «пожалуйста». После освоения игры можно вводить «фанты».

Игра «Ты капуста»

Дети сидят в кругу и бросают друг другу мяч, каждый раз называя партнера каким-нибудь овощем или любым пищевым продуктом (обязательно съедобным). Игра снижает значимость ситуаций, когда другие дразнятся, превращает «дразнилки» в веселое и безопасное занятие, помогает тревожным, застенчивым и обидчивым детям адаптироваться, помогает всем детям регулировать свой гнев.

Игра «На что похоже мое настроение»

Дети передают друг другу мяч под музыку. Когда музыка замолкает, тот, у кого оказался мяч, отвечает на вопрос ведущего: «На что похоже твое настроение?» Причем ведущий каждый раз предлагает новые сравнения: «На какой цвет, предмет, растение, животное, героя мультфильма похоже твое настроение?»

Игра «Похвалилки», или «Мне нравится в тебе...»

Дети сидят на ковре в круге вместе с ведущим. Он подкатывает мяч любому из детей и говорит: «Мне нравится, когда ты улыбаешься» (или «твои голубые глаза», «твоя новая рубашка», или «что ты умеешь помогать друзьям» и т. д.). Ребенок, получивший мяч, подкатывает его тому, кому хочет, и тоже хвалит его за какие-либо реальные качества.

Игра «Как я говорю?»

Выбирается водящий. Ему предлагается произнести обычную фразу, (например, «Доброе утро!»), с любой интонацией (радостно, грустно, зло, удивленно, испуганно и т.д.) Дети угадывают эмоцию.

Затем водящим становится тот игрок, кто первый угадал, и игра продолжается.

Игра «Перевоплощение»

Дети (по очереди) загадывают определенный «образ», изображают его, не называя. Остальные отгадывают, давая словесный портрет.

Упражнение «Тренируем эмоции»

Попросить детей:

- нахмуриться, как: осенняя туча; рассерженный человек; злая волшебница;
- улыбнуться, как: кот на солнце; солнце; как Буратино; как хитрая лиса; как радостный ребенок; как будто ты увидел чудо;
- позлись, как: ребенок, у которого отняли мороженое; два барана на мосту; как человек, которого ударили;
- испугайся, как: ребенок, потерявшийся в лесу; заяц, увидевший волка; котенок, на которого лает собака;
- устань, как: папа после работы; человек, поднявший тяжелый груз; муравей, притащивший большую муху;
- отдохни, как: турист, снявший тяжелый рюкзак; ребенок, который много потрудился, но помог маме; как уставший воин после победы.

Упражнение «Предлагаемые обстоятельства»

Детям дается установка:

- трогаем – гладим воображаемого котенка, ежика, скользкую рыбу, воду в реке, в море, гладкий мрамор, лед, манную кашу, клей, костер;
- сидим на холодном камне; на раскаленных углях; на мокрой тряпке; на чем-то мягком и вонючем...
- лежим в своей уютной кровати, на голой земле, в высокой мягкой траве;
- едем в поезде, в машине, на велосипеде, скачем на лошади;
- прыгаем, как кузнечики, лягушки, козлики, вороны.

Мини-этюды

Баба-Яга (этюд на выражение гнева)

Баба-Яга поймала Аленушку, велела ей затопить печку, чтобы потом съесть девочку, а сама уснула. Проснулась, а Аленушки и нет – сбежала. Рассердилась Баба-Яга, что без ужина осталась. Бегает по избе, ногами топает, кулаками размахивает.

Фокус (этюд на выражение удивления)

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было. Из чемодана выпрыгнула собака.

Лисичка подслушивает (этюд на выражение интереса)

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Соленый чай (этюд на выражение отвращения)

Мальчик во время еды смотрел телевизор. Он налил в чашку чая и не глядя, по ошибке вместо сахара насыпал две ложки соли. Помешал и сделал первый глоток. До чего же противный вкус!

Новая девочка (этюд на выражение презрения)

В группу пришла новая девочка. Она была в нарядном платье, в руках держала красивую куклу, а на голове у нее был завязан большой бант. Она

считала себя самой красивой, а остальных детей – недостойными ее внимания. Она смотрела на всех свысока, презрительно поджав губы...

Про Таню (горе – радость)

Наша Таня громко плачет:

Уронила в речку мячик (горе).

«Тише, Танечка, не плачь –

Не утонет в речке мяч!»

«Фантастический тренинг»

Дети должны вести себя соответственно, если вдруг:

– дверь открывается и заходит – зеленый крокодил на задних лапах!

– потолок вдруг над нами исчезает, и...

– в окошко стучится голубь...

– (далее по одному) из кармана вдруг выскочила крохотная мама...

– неожиданно в карманах что-то сильно щекотит, что это?

– ты вдруг глотаешь червяка, и он шевелится внутри...

Упражнение «Волшебный тазик»

Дети сидят в полукруге. Взрослый берет воображаемую гору тазиков и раздает, объясняя, что они невидимы, но стоит произнести магическое «если бы», как они наполнятся всем, что захочешь, например – малиной!

– Мы нюхаем, как будто свежую малинку, кладем ее в рот, разжевываем, вспоминая вкус.

– Кто почувствовал реальный вкус малины, тот молодец!»

– А теперь тазик наполнится клубничным вареньем! Мы зацепляем его пальчиком и пробуем (не облизывая пальцы, а играя в это).

– А теперь медом!

– Папиным одеколоном!

– Лягушками!

– А как вы думаете, какой вкус у солнечного зайчика? А у щекотки, у доброты?

Моментальный спектакль

Летом

Выбираются участники, исполняющие роли бабочек, девочки с сачком, мальчика и т.д. При чтении текста участники, исполняющие указанные роли, «играют» свою роль.

Наступило лето.

На полянке весело летают БАБОЧКИ.

Прибегает ДЕВОЧКА с САЧКОМ в руках и пытается поймать БАБОЧЕК.

Но БАБОЧКИ проворно разлетаются в разные стороны.

Мимо идет МАЛЬЧИК.

Он о чем-то задумался и не заметил, как врезался в ДЕРЕВО.

МАЛЬЧИК потирает ушибленный лоб и плачет.
ДЕВОЧКА протягивает МОНЕТКУ, МАЛЬЧИК благодарит и
прикладывает МОНЕТКУ ко лбу.
ДЕТИ берутся за руки и вприпрыжку уходят из леса...

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 303540294533635982749676679132712847518854643143

Владелец Костина Ольга Каримовна

Действителен с 17.03.2025 по 17.03.2026