

Управление образования администрации
Ростовского муниципального района
Муниципальное учреждение
Центр психолого-педагогической, медицинской
и социальной помощи «Содействие»



*Дополнительная общеобразовательная
программа коррекции и развития эмоциональной сферы
для детей дошкольного возраста*

«ПУТЕШЕСТВИЕ В МИР ЭМОЦИЙ»

Авторы программы:

Дойкова Светлана Владимировна – педагог-психолог
Дувакина Ольга Викторовна – педагог-психолог

**Ростов
2018**

Пояснительная записка

Эмоции играют важную роль в жизни каждого человека. Развитие ребёнка теснейшим образом взаимосвязано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, являются показателем состояния ребёнка, с другой – сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира. Они помогают воспринимать действительность и реагировать на неё и в конечном итоге определяют всю жизнь человека и его место в социуме.

Многие специалисты по дошкольному образованию констатируют, что в настоящее время эмоциональная сфера дошкольников развита достаточно слабо. Причин этому много, главная из которых заключается в том, что взрослые в настоящее время направляют все свои усилия в первую очередь на развитие интеллектуальной сферы ребёнка, забывая об эмоциональной сфере и не задумываясь о том, что обеднённая эмоциональная сфера замедляет развитие интеллектуальной сферы. Дети стали меньше общаться не только со взрослыми, но и друг с другом, предпочитая играть в компьютерные игры или смотреть мультфильмы. Современные дети стали менее отзывчивы к чувствам других людей. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения.

Возросло также количество дошкольников, имеющих различные нарушения в развитии эмоциональной сферы.

Недостатки эмоционального развития детей, связанные с нарушением общих свойств эмоциональной регуляции, проявляются:

- в эмоциональной незрелости, неспособности выбрать поведение, соответствующее актуальным переживаниям, перестроить своё поведение и изменить качество, интенсивность выражения эмоций в зависимости от изменившейся ситуации;
- в эмоциональной заторможенности или эмоциональной подвижности, часто провоцирующих возникновение и закрепление негативных черт характера;
- в обилии страхов, их устойчивости и необоснованности;
- в неадекватности и бедности выразительного эмоционального реагирования.

Некоторым детям свойственно пребывание в крайне острых эмоциональных состояниях и гипертрофированное выражение эмоций.

Поэтому деятельность, направленная на коррекцию и развитие эмоциональной сферы дошкольников является актуальной и востребованной в настоящее время. Универсальность предлагаемой программы состоит в том, что она может использоваться как для развития эмоциональной сферы дошкольников, так и для коррекции существующих эмоциональных нарушений как в индивидуальной, так и в групповой форме.

Цель

Гармонизация психоэмоционального состояния детей дошкольного возраста

Задачи

- расширить знания детей о чувствах, эмоциях и способах их выражения, обогатить словарь детей за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения;
- развивать умение детей распознавать эмоциональные проявления свои и других людей по различным признакам (мимике, пантомимике, интонации);
- развивать эмоциональную регуляцию поведения;
- формировать позитивное отношение к своему «Я».

Ожидаемые результаты:

- формирование способности к осознанию собственного эмоционального состояния и эмоционального состояния других людей;
- гармонизация эмоционального состояния детей;
- снижение уровня тревожности и страхов;
- стабилизация самооценки.

Формы и методы работы

Занятия проводятся в доступной для детей форме с включением в себя приёмов активного обучения:

1. Психогимнастические упражнения (мимические и пантомимические) проводятся на заданную тему и позволяют ребёнку почувствовать нужное эмоциональное состояние через движение и мимику.
2. Элементы арт-терапии (музыка, изодеятельность).
3. Сюжетно-ролевые игры.
4. Релаксационные упражнения.

Режим проведения занятий:

Программа предназначена для проведения занятий с детьми в групповой форме, но может использоваться и для индивидуальных занятий. Занятия проводятся 1 – 2 раза в неделю. Продолжительность каждого занятия – 30 – 40 минут.

Минимальное количество занятий – 10. При необходимости (интенсивность и глубина переживания эмоций гнев и страх участниками группы) количество занятий увеличивается до 12 - 15.

Условия реализации программы:

Оптимальные:

- наличие у ведущих опыта коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста;

- наличие специально оборудованной сенсорной комнаты;
- количественный состав группы – 6 – 8 человек;
- при формировании группы учитывать характер эмоциональных нарушений каждого ребёнка.

Достаточно необходимые условия:

- при отсутствии специально оборудованной сенсорной комнаты возможно проведение занятий в игровой комнате при наличии в ней мягких игрушек, необходимого раздаточного материала, аудиотехники, матов (ковриков) для проведения релаксационных процедур;
- в процессе практической работы допустимо сокращение игр и упражнений или, наоборот, внесение различных дополнений, в соответствии с потребностями и индивидуальными особенностями детей.

При использовании программы в развивающих целях, достаточно проведения по одному занятию по ознакомлению с эмоциями «страх» и «гнев». Предлагаемый избыточный объём материала по этим темам предназначен для коррекционной работы с детьми, имеющими соответствующие эмоциональные проблемы. Это следует учитывать при планировании и проведении занятий.

Мониторинг эффективности программы осуществляется с помощью:

- использование обратной связи от участников занятий;
- получение обратной связи от родителей (воспитателей);
- сравнительного анализа результатов начальной и итоговой диагностики.

Рекомендуемые методики:

- 1) Пиктограмма. Цель: выявление уровня знаний основных эмоций на основе распознавания различных эмоциональных состояний человека с помощью пиктограмм (Грабенко Т.М., Михаленкова И.А. Эмоциональное развитие слабослышащих школьников: диагностика и коррекция, СПб.: Речь, 2008, с. 53).
- 2) Оценочная шкала эмоциональных проявлений ребёнка. Цель: определение степени выраженности эмоциональных проявлений. (Психодиагностика эмоциональной сферы личности: практическое пособие/ Авт.-сост. Г.А. Шалимова, - М.: АРКТИ, 2006, с. 36).
- 3) Методика «Паровозик». Цель: определение степени позитивного и негативного психического состояния. (Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. Сост.: С.В. Велиева. СПб.: Речь, 2007, с. 92).

Учебно-тематический план

№	Тема	Количество часов
1	Знакомство. Путешествие в страну Радости	1
2	Путешествие в страну Грусти	1
3	Путешествие в страну Удивления	1
4	Путешествие в страну Страха	1
5	Путешествие в страну Злости	1
6	Путешествие в страну Вины	1
7	Королевство эмоций	1
8	Наши эмоции	1
9	Путешествие в страну Дружбы	1
10	Поиграем вместе	1
	ИТОГО:	10