

Министерство образования РФ
Министерство образования и науки Самарской области
Государственное бюджетное образовательное учреждение для детей,
нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи,
Борский центр психолого-медико-социального сопровождения

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Карусель эмоций»

Составитель:
Герасименко О.С.
педагог-психолог
Реализует:
Немчинова Н.В.
Педагог - психолог

Согласовано
Руководитель методического объединения
Каюкова Н.Ю. Каюкова
« 11 » января 2021г.

с. Борское 2021 г.

Пояснительная записка.

В последнее время в дошкольных учреждениях вводятся новые программы интеллектуального развития детей. Но не всегда уделяется внимание эмоциональному здоровью ребёнка. В процессе развития происходят изменения и в эмоциональной сфере ребёнка. Но сама по себе эмоциональная сфера не развивается. Её необходимо развивать. Наше общество всё больше и больше технологизируется – телевизоры, компьютеры прочно вошли в быт человека. Поэтому так важна и *актуальна* работа, направленная на развитие эмоциональной стороны ребёнка.

Данная программа составлена для детей 5-7 лет логопедической группы МДОУ по известной монографии М. И. Чистяковой «Психогимнастика».

Психогимнастика, в книге М.И. Чистяковой определена, как курс специальных занятий (этюдов, упражнений, игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка (как её познавательной, так и эмоционально-личностной сферы).

Эмоциональное развитие дошкольника связано, прежде всего, с появлением у него новых интересов, мотивов и потребностей. Интенсивно начинают развиваться социальные эмоции и нравственные чувства.

Изменения в эмоциональной сфере связаны с развитием не только мотивационной, но и познавательной сферы личности, самосознания. Включение речи в эмоциональные процессы обеспечивает их интеллектуализацию, когда они становятся более осознанными. Старший дошкольник начинает управлять выражением эмоций, воздействуя на себя с помощью слова. Поэтому одна из задач программы – это научиться выражать эмоции, узнавать их по внешним сигналам.

В психогимнастике также большое значение придаётся общению детей со сверстниками, что очень важно для нормального развития и эмоционального здоровья детей. В занятия включены этюды, в ходе которых дети не только учатся выражать и узнавать эмоции, но и выполняют различные роли, вступая во взаимодействие со своими сверстниками, таким образом, отрабатываются навыки общения.

Большое внимание, в этой программе, уделяется обучению детей навыкам саморасслабления, так как у детей с каждым днём всё больше увеличиваются эмоциональные нагрузки, это связано со множеством причин.

Общая задача курса психогимнастики – это сохранение психического здоровья и предупреждение эмоциональных расстройств у детей.

Составитель программы старалась выдерживать структуру занятий, которая рекомендована М.И. Чистяковой. Занятия проводятся совместно с музыкальным работником. Если нет возможности найти музыку, которая предложена М.И. Чистяковой, то музыку можно подобрать близкую по характеру звучания.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, длительность 30-40 минут. Курс программы состоит из 26 занятий. Наполняемость группы 7-10 детей.

Итогом программы является инсценировка одной истории, которая взята из книги Т. Шишовой «Страхи – это серьёзно», где дети показывают родителям, чему они научились на занятиях психогимнастики.

Структура занятий по психогимнастике.

1 фаза. Мимические и пантомимические этюды.

Цель: выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний, связанных с переживанием телесного и психического удовольствия и недовольства. Модели выражения основных эмоций (радость, удивление, интерес, гнев и др.) и некоторых социально окрашенных чувств (гордость, застенчивость, уверенность и др.). Дети знакомятся с элементами выразительных движений: мимикой, жестом, позой, той или иной походкой.

2 фаза. Этюды и игры на выражение отдельных черт характера и эмоций.

Цель: выразительное изображение чувств, порождаемых социальной средой (жадность, доброта, честность и т.п.), их моральная оценка. Модели поведения персонажей с теми или иными чертами характера. Закрепление и расширение уже полученных детьми ранее сведений, относящихся к их социальной

компетентности. При изображении эмоций внимание детей привлекается ко всем компонентам выразительных движений одновременно.

3 фаза. Этюды и игры, имеющие психотерапевтическую направленность на определённого ребёнка или группу в целом. Используются мимические и пантомимические способности детей для предельно естественного воплощения в заданный образ.

Цель: коррекция настроения и отдельных черт характера ребёнка, тренинг моделированных стандартных ситуаций.

4 фаза. Психомышечная тренировка.

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, внушение желательного настроения, поведения и черт характера.

Цель программы – развитие эмоциональной сферы.

Задачи курса психогимнастики.

1. Обучение детей выразительным движениям.
2. Тренировка узнавания эмоций по внешним сигналам.
3. Формирование у детей моральных представлений.
4. Коррекция отрицательного поведения с помощью ролевых игр.
5. Снижение эмоционального напряжения.

Методы.

1. Психогимнастические игры.
2. Ролевые ситуации.
3. Коммуникативные игры.
4. Игры и задания на развитие произвольности.
5. Дискуссионные игры.
6. Эмоционально – символические методы (направленное рисование).
7. Релаксационные методы.

Обеспечение гарантии прав участников программы.

1. Конвенция ООН о правах ребёнка.
2. Федеральный закон об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации.

3. Федеральный закон «Об образовании».
4. Федеральная концепция модернизации российской образовательной системы на период 2010 года.
5. Типовое положение «Об образовательном учреждении для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи».
6. Устав ГОУ Борский психологический центр.

Сфера ответственности при реализации программы.

Специалист (психолог, ведущий курс программы) обязан соблюдать требования указанные в программе, своевременность в организации и проведении занятий, по необходимости консультировать родителей и педагогов.

Требования к ведущему.

Владение приемами психогимнастики, методами игротерапии, арт-терапии, музыкотерапии,

эффективное использование невербальных форм общения (интонации, мимика, жестикация, позы и т.д.) для эмоционального поощрения детей.

Материально-техническое оснащение.

Занятия проводятся в музыкальном зале, необходим баян или фортепиано, музыкальный работник. Если нет такой возможности, тогда используется игровая комната, магнитофон и записи необходимой музыки.

Планируемый результат.

Дети начинают правильно выражать эмоции, в словаре всё чаще появляются слова, обозначающие эмоциональное состояние ребёнка, адекватно «считывают» эмоции взрослого и сверстника. У детей значительно обогащается коммуникативный репертуар навыков, развивается произвольность регулирования своих действий.

Результаты работы психолога не всегда проявляются быстро и бывают такими наглядными, как при обучении. Как показывает практический опыт, после проведения занятий не сразу, не вдруг, а постепенно положительные результаты начинают проявляться. Все эти изменения отмечают и родители и воспитатели.

Система организации контроля за реализацией программы.

Используется методика «Тест тревожности» (авторы Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен). Исследование уровня тревожности, как одного из основных параметров индивидуальных различий и субъективных проявлений неблагополучия личности ребенка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми. Тревожность рассматривается как вид эмоционального состояния, функция которого состоит в обеспечении безопасности субъекта на личностном уровне. Тревожность, испытываемая человеком по отношению к определенной ситуации, зависит от его отрицательного эмоционального опыта в этой и подобных ей ситуациях. Повышенный уровень тревожности свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности ребенка к тем или иным социальным ситуациям. Низкий уровень тревожности свидетельствует о неумении дифференцировать эмоциональные состояния, незрелости эмоциональной сферы или о скрытом протекании повышенного уровня тревожности.

Обследование проводится перед началом развивающих занятий и после реализации программы.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Оцениваются количественные показатели снижения индекса тревожности. Качественные показатели оцениваются при первичном и вторичном обследовании по ситуациям взаимодействия: один ребёнок, ребёнок-ребёнок, взрослый-ребёнок. Также проводится наблюдение за общением и поведением детьми в свободной ситуации.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБУ ЦППМСП
м.р. Борский
Г.С. Герасименко
«14» *января* 2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН «Карусель эмоций»

Цель: развитие эмоциональной сферы.

Задачи:

1. Обучение детей выразительным движениям.
2. Тренировка узнавания эмоций по внешним сигналам.
3. Формирование у детей моральных представлений.
4. Коррекция отрицательного поведения с помощью ролевых игр.
5. Снижение эмоционального напряжения.

Категория обучающихся: дошкольники 5-7 лет.

Наполняемость группы: 7-10 детей.

Режим занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 0,5 часа.

Срок реализации программы: 26 занятий.

Условия проведения: игровая комната, наличие необходимого игрового материала.

№	Наименование тем	Всего мнн.	В том числе		Форма контроля
			лекц.	практ.	
1.	Входящая диагностика.	3 ч.	-	3 ч.	Анализ диагностики. Наблюдение.
2	Информационно- практический этап.	13 ч.	-	13 ч.	Наблюдение
3.	Заключительная диагностика.	3 ч.	-	3 ч.	Анализ диагностики. Наблюдение.
ИТОГО:		19 ч.	-	19 ч.	



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБУ ЦППМСП
м.р. Борский
О.С. Герасименко
«___» _____ 2021 г.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН «Карусель эмоций»

Цель: развитие эмоциональной сферы.

Задачи:

1. Обучение детей выразительным движениям.
2. Тренировка узнавания эмоций по внешним сигналам.
3. Формирование у детей моральных представлений.
4. Коррекция отрицательного поведения с помощью ролевых игр.
5. Снижение эмоционального напряжения.

Категория обучающихся: дошкольники 5-7 лет.

Наполняемость группы: 7-10 детей.

Режим занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 0,5 часа.

Срок реализации программы: 26 занятий.

№	Наименование тем, цели занятий.	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретич.	Практич.	
1.	Входящая диагностика.	15 мин.	-	15 мин.	Анализ диагностики. Наблюдение.
2.	Информационно-практический этап.	13 ч.	-	13 ч.	Наблюдение.
2.1	Отработка модели выражения эмоций: радости, страдание. Отработка социально-окрашенных эмоций: жадность. Снятие психоэмоционального напряжения.	30 мин.	-	30 мин.	Наблюдение.
2.2	Отработка модели выражения эмоций: радости, страдание. Отработка социально-окрашенных эмоций: злость, доброта. Снятие психоэмоционального напряжения.	30 мин.	-	30 мин.	Наблюдение.
2.3	Отработка модели выражения эмоций:	30 мин.	-	30 мин.	Наблюдение.

	упрямство. Снятие психоэмоционального напряжения.				
2.4	Отработка модели выражения эмоций: интереса, удовольствия, растерянности. Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека. Отработка социально-окрашенных эмоций: стыд. Снятие напряжения.	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.5	Отработка модели выражения эмоций: радости, страха. Отработка социально-окрашенных эмоций: смелость. Снятие напряжения. Закрепление и воспроизведение различных эмоций: радость, страх, удовольствие.	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.6	Отработка модели выражения эмоций: страха. Отработка социально-окрашенных	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.

	<p>эмоций: смелость.</p> <p>Снятие напряжения.</p> <p>Закрепление и воспроизведение различных эмоций:</p> <p>радость, страх, удовольствие, удивление. Отработка выразительных движений.</p>				
2.7	<p>Отработка модели выражения эмоций: отвращения, радости.</p> <p>Отработка социально-окрашенных эмоций: робость, смелость.</p> <p>Снятие напряжения.</p> <p>Отработка выразительных движений.</p>	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.8	<p>Отработка модели выражения эмоций: интереса, страдания, радости. Отработка социально-окрашенных эмоций: стыд. Снятие напряжения. Отработка выразительных движений.</p>	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.9	<p>Отработка модели</p>	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.

	выражения эмоций: печали, вины. Отработка социально-окрашенных эмоций: вежливость. Снятие напряжения.				
2.10	Отработка модели выражения эмоций: радости, гнева. Сопоставление различных черт характера. Отработка выразительности жеста. Снятие напряжения.	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.11	Отработка модели выражения эмоций: радости, страдания. Сопоставление различных черт характера. Отработка выразительности жеста. Снятие напряжения.	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.12	Отработка модели выражения эмоций: радости, интереса, удивления. Сопоставление различных черт характера. Снятие напряжения.	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.13	Отработка модели	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.

	выражения эмоций: гнева, страдания, радости. Сопоставление различных черт характера. Снятие напряжения.				
2.14	Отработка модели выражения эмоций: интереса, страдания, радости. Сопоставление различных черт характера. Снятие напряжения.	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.15	Отработка модели выражения эмоций: - страдания, отвращения, радости. Закрепление и воспроизведение различных эмоций. Отработка выразительности движений и речи. Снятие напряжения.	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.16	Отработка модели выражения эмоций: страдания, страха, радости. Закрепление и воспроизведение различных эмоций. Отработка	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.

	выразительности движений. Снятие напряжения.				
2.17	Отработка модели выражения эмоций: отвращения, гнева. Определение эмоционального состояния по схематическим изображениям. Отработка выразительности движений.	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение. Анализ цветов в рисунке.
2.18	Отработка модели выражения эмоций: радости. Определение эмоционального состояния по схематическим изображениям. Отображение различных черт характера. Отработка выразительности движений.	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение. Анализ цветов в рисунке.
2.19	Отработка модели выражения эмоций: радости, гнева. Отработка -	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение. Анализ цветов в рисунке.

	выразительности движений.				
2.20	<p>Определение эмоционального состояния по схематическим изображениям.</p> <p>Отображение различных черт характера.</p> <p>Отработка выразительности движений.</p>	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.21	<p>Отработка модели выражения эмоций: страх, страдание, радость. Отображение различных черт характера. Отработка выразительности жеста.</p> <p>Снятие напряжения.</p>	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.22	<p>Закрепление и воспроизведение различных эмоций.</p> <p>Определение эмоционального состояния по схематическим изображениям. Снятие напряжения.</p>	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.
2.23	Развитие эмоциональной	0,5 ч.	-	0,5 ч.	Наблюдение.

	сферы.				
2.24	Развитие эмоциональной сферы.	0,5 ч.		0,5 ч.	Наблюдение.
2.25	Развитие эмоциональной сферы.	0,5 ч.		0,5 ч.	Наблюдение.
2.26	Развитие эмоциональной сферы.	0,5 ч.		0,5 ч.	Наблюдение.
3.	Заключительная диагностика.	3 ч.	-	3 ч.	Анализ диагностики. Наблюдение.
Итого		19 ч.	-	19 ч.	