

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА
«ДЕТСКИЙ САД № 121 «РОМАШКА»

Принято
на педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад №121»
Протокол № 1 от «29» августа 2024 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА КУРГАНА " "
ДЕТСКИЙ САД № 121
"РОМАШКА"

Подпись: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА КУРГАНА «ДЕТСКИЙ САД № 121 «РОМАШКА»
ИНН КУРГАН 50/0000000000, STREET-УЛИЦА
КРАСНОУЛЬСКАЯ, 54, ЛИТОРОД КУРГАН
ЗАВЕДУЮЩАЯ О-МОНИТОРИНГОВОЕ
ВОДИТЕЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА "ДЕТСКИЙ САД № 121 "РОМАШКА" ОГРН 1055000000000
СНИПС-0000000000, ИНН КУРГАН 50/0000000000
ИНН-0000000000, ОГРН-0000000000
Васильева, О.В.Постовалова, С.О.
Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение города
Курган "Детский сад № 121 "Ромашка"
Обязание: Я являюсь автором этого документа
Место подписания: Курган
Дата: 2024.08.29 13:50:39
Файл: РПД\РПД Версия: 10.1.1

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №121»
О.В. Постовалова
Приказ № 133 от «29» августа 2024 г.

**Дополнительная
общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
социально-гуманитарной направленности
«Обо мне и для меня»**

*Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 1 год*

Автор - составитель:
Воржева Екатерина Юрьевна

г.Курган, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Планируемые результаты освоения программы
- 1.4. Тематическое планирование

2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Особенности образовательной деятельности
- 2.2. Календарный учебный график
- 2.3. Условия реализации программы. Методическое обеспечение
- 2.4. Диагностика
- 2.5. Список литературы

3. Приложения

Паспорт программы

Ф.И.О. автора программы	Воржева Екатерина Юрьевна
Учреждение	МБДОУ «Детский сад №121 «Ромашка»
Наименование программы	«Обо мне и для меня»
Направленность	Психолого-педагогическая
Вид программы	Модифицированная
Возраст учащихся	5-7 лет
Срок обучения	1 год
Объем часов по годам обучения	72 часа
Уровень освоения программы	Стартовый
Цель программы	социально-эмоциональное развитие дошкольника

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная программа кружка «Обо мне и для меня» определяет содержание и организацию образовательного процесса социально – эмоционального развития детей в возрасте от 5 до 7 лет и направлена на развитие у детей способности распознавать свои эмоции и эмоции другого человека, регулировать собственные эмоции, эффективно вести себя в конфликтных ситуациях, отслеживать причинно-следственные связи при анализе эмоций и поведения.

Программа строится на принципе личностно-ориентированного взаимодействия взрослого с детьми МБДОУ №121 «Ромашка» г. Кургана (дошкольный уровень) и обеспечивает социально-коммуникативное, познавательное, речевое и художественно-эстетическое развитие детей в возрасте от 5 года до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа **модифицированная**, содержание образовательного процесса разработано на основе программы «Вклад в будущее» И.А.Дворецкая, Е.В.Горинова, Н.Е.Рычка.

Направленность программы «Обо мне и для меня» разработана в рамках социально-эмоциональной направленности, по целевому ориентиру и уровню сложности является стартовой.

Дополнительная программа «Обо мне и для меня» предназначена для детей от 5 до 7 лет, её содержание ориентировано на:

- 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. Эти задачи вводной части программы 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.

- восприятие и понимание причин эмоций. 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.

- 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.

- развитие 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 уделяется поведению в конфликтах: дети учатся прогнозировать конфликтные ситуации и делать предположения о способах разрешения конфликтов.

- снятие эмоционального напряжения, снижение уровня тревожности и наполнение позитивными эмоциями участников.

Актуальность дополнительной программы «Обо мне и для меня» на психолого-педагогическом уровне определяется социальным заказом общества. Родители имеют право выбрать для своего ребенка ту программу дополнительного образования, которая, по их мнению, заложит основы для будущего развития ребенка, в том числе и социально - эмоционального.

Актуальность дополнительной программы «Обо мне и для меня» заключается в необходимости создания условий для социально-эмоционального развития детей. Так как особую важность и актуальность развития эмоционального интеллекта ребёнок приобретает в дошкольном возрасте, именно в этот период идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания, способности к рефлексии и саморегуляции.

К сожалению, большая часть детей старшего дошкольного возраста испытывают сложности в налаживании отношений со сверстниками и

взрослыми. Незнание себя и непонимание других является следствием отсутствия опыта социального взаимодействия, что тормозит проявление заботы и сострадания и вызывает устойчивые негативные чувства. Группа сверстников для ребенка — источник многих позитивных эмоций. В ней корректируется его поведение. Сравнение себя с другими детьми, оценка поведения сверстниками, обеспечивает основу для позитивной самореализации растущей личности. Отношения ребенка с группой (детским коллективом) опосредуются через социальные эмоции, которые являются одним из важнейших этапов социализации, определяя, таким образом, процесс вхождения личности в социум.

Новизна дополнительной программы «Обо мне и для меня» в том, что она разработана при поддержке Благотворительного фонда Сбербанка «Вклад в будущее» и основана на современных принципах. Программа отвечает запросам времени. Она позволяет целенаправленно обучать детей внимательному и уважительному отношению к миру эмоций, саморегуляции, взаимопониманию, использованию эмоций при выстраивании взаимодействия. В то же время результаты обучения в группе изменяют детей и педагогов, переносятся и в образовательную среду в целом, изменяя отношения детей со сверстниками и взрослыми.

Материалы многих занятий обладают межпредметным свойством: их можно использовать для изучения окружающего мира, развития речи, изобразительной деятельности, музыки и пения, в конструктивно-модельной деятельности, решая при этом вопросы социально-эмоционального развития.

Педагогическая целесообразность дополнительной программы «Обо мне и для меня» носит психолого-педагогическую направленность, что позволяет развивать у детей умение разбираться в собственных чувствах и управлять ими, что является личностным фактором, укрепляющим психологическое и соматическое здоровье ребенка. А охрана и укрепление психического и физического здоровья детей является приоритетной задачей в деятельности педагогов образовательных учреждений. Развитие и обогащение эмоционального мира ребёнка выступает важнейшей составляющей данной программы.

Основной отличительной особенностью дополнительной программы «Обо мне и для меня» является тематическое планирование, основанное на увлекательных сюжетах, включающих в себя совокупность подсюжетов, а так же работой в рабочей тетради. Сюжеты разработаны с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста, их интересов и увлечений. Занятия по программе отличаются от обычных развивающих занятий тем, что на них дети раскрывают свои чувства. Поэтому создание доброжелательной, дружелюбной атмосферы, таких условий, в которых дети смогут свободно взаимодействовать, выражать свои эмоции и говорить о них — необходимое условие работы.

Данная программа имеет концентрический характер — тематические разделы сохраняются, постепенно расширяясь и углубляясь. Её участники в ходе работы учатся понимать себя, с уважением относиться к своему эмоциональному миру и эмоциям других людей, понимать и принимать свои чувства и на основе этого понимания управлять ими, строить отношения с другими людьми и с миром.

Адресат программы - дети старшего дошкольного возраста от 5 до 7 лет.

Возрастные особенности при обучении.

Организуя занятия с дошкольниками 5—6 лет, важно помнить о следующем:

Основная деятельность в этом возрасте — игровая, прежде всего в игре формируются и развиваются важнейшие психические функции ребёнка. Важно дать детям возможность получать удовольствие от процесса игры и творчества, не навязывая образцов и шаблонов.

Произвольность, эмоционально-волевая регуляция, способность к рефлексии в этом возрасте интенсивно развиваются, но не всегда они достаточно сформированы. В поведении детей сохраняется непосредственность и импульсивность.

Мышление детей в этом возрасте в основном базируется на образах, словесно-логическое мышление и способность к обобщению развиты в меньшей степени.

Дошкольники могут понять эмоции и позицию другого человека, но в этом возрасте эгоцентризм не преодолен до конца, первичны свои переживания и своё видение ситуации. Важно создать условия, которые помогут ребёнку почувствовать его собственную индивидуальность и при этом научат уважать чужую индивидуальность. Это важное условие соблюдения правил и договорённостей в группе.

Дошкольник воспринимает мир ещё не всегда как единое целое. Используя межпредметные связи, мы можем не отдельно развивать эмоциональный интеллект ребёнка, а мироощущение в целом.

В старшем дошкольном возрасте ребёнок готовится к принятию новой для него социальной роли школьника. Важно заниматься развитием любознательности и познавательной активности, умений самостоятельно думать и решать логические задачи. Но главным при этом остаётся понимание своих эмоций, умение владеть собой, не отступать перед трудностями, понимать формальные и неформальные правила группы, уметь общаться и быть отзывчивым. Эти умения помогут ребёнку адаптироваться к школьному обучению.

Уровень дополнительной программы «Обо мне и для меня» стартовый.

Объем программы – 72 часа. Занятия запланированы на весь период обучения, что необходимо для освоения программы.

Срок освоения программы - определяется содержанием программы и образовательными запросами родителей (законных представителей) воспитанников. Для обеспечения возможности достижения планируемых результатов, заявленных в программе, оптимальная продолжительность программы - 1 год.

Форма обучения - очная, групповая форма с выраженным индивидуальным подходом.

Режим занятий детей по дополнительной программе кружка «Обо мне и для меня» определяется ежегодно исходя из запросов родителей (законных представителей) дошкольников, а также возможностей МБДОУ №121 «Ромашка» г. Кургана.

Год обучения - 1 учебное занятие в неделю продолжительностью по 25 минут каждое.

Занятия проводятся во второй половине дня.

Особенности организации образовательного процесса. В группе:

- дети старшей группы (от 5 до 6 лет);
- дети подготовительной к школе группы (от 6 до 7).

Во время занятий по социально – эмоциональному развитию соблюдаются следующие **принципы** взаимодействия педагога с детьми: уважать чувства каждого;

помогать детям понять, какое поведение вызывает эти чувства;

помогать в управлении чувствами, связанными с конфликтными и неконфликтными ситуациями;

принимать различия, существующие между людьми.

Эмоции у детей могут быть очень разными и проявляются они по-разному. Надо помнить о том, что не бывает «правильных» и «неправильных» эмоций, любые чувства имеют право на существование. Реакция педагога на разные ответы детей может быть такой: «Как интересно . . .», «Оказывается, и так может быть . . .», «А иногда мы реагируем и так...» . Этим он и подчёркивает ценность самых разных ответов, а не заранее заданных.

В атмосфере безоценочности каждый ребёнок сможет ощутить свой вклад в жизнь группы, а группа, в которой видят и принимают каждого, станет более дружной и сплочённой. Отмечая сильные стороны детей, обучая их видеть сильные стороны друг друга и свои, педагог даёт им возможность ощутить опору в ситуации неуверенности. Создание такой атмосферы на занятиях помогает детям увереннее чувствовать себя и вне занятий.

Таким образом, сотрудничество детей и педагога — необходимое условие для успешного процесса обучения.

Программа разработана в соответствии со следующими **нормативно-правовыми документами:**

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Федерального закона РФ от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ» О внесении изменений в Федеральный Закон РФ «Об образовании в РФ» по вопросам воспитания обучающихся;
- Концепции развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р);
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (утвержден протоколом президиума Совета при президенте РФ по стратегическому развитию и национальному проектированию от 03.09.2018 г., № 10);
- Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным ДООП»;
- Концепцией развития системы дополнительного образования детей и молодежи в Курганской области от 15.06.2015 г.;
- Письмом Министерства образования и науки от 18.11.2015 г. № 09-3242 о методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые ДООП);
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Положением о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе (ДООП) МБДОУ «Детский сад № 121»;
- Положением об оказании платных образовательных услуг в МБДОУ «Детский сад № 121»;
- Уставом муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Кургана «Детский сад № 121 «Ромашка» (далее – Устав), утвержденный Постановлением Администрации города Кургана от 28.10.2013 г., зарегистрированный 9 ноября 2015 года в ИФНС г. Кургана.

- Лицензии на право осуществления образовательной деятельности по образовательным программам регистрационный номер №Л035-01284-45/00354032 от 02 апреля 2021 года, срок действия: бессрочная.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – создание условий для успешного социально-эмоционального развития дошкольника.

Задачи программы:

Обучающие:

- Развить и обогатить эмоциональную сферу детей средствами эмоциональной выразительности, стимулированием эмоционального отклика.
- Создать условия для более глубокого знакомства дошкольника с эмоциями.
- Освоить простые приёмы саморегуляции и произвольной регуляции поведения.
- Обучить пониманию эмоциональной обусловленности поведения.
- Обучить способам снятия эмоционального напряжения.
- Познакомить с эффективными способами поведения в сложных коммуникативных ситуациях.

Развивающие:

- Развивать умения выражать и распознавать основные эмоции у себя и других людей;
- Обогащать эмоциональный словарь дошкольников.
- Развивать эмпатию и понимание других людей.
- Содействовать подготовке к обучению в школе.

Воспитательные:

- Воспитывать навыки оказания элементарной эмоциональной поддержки.
- Воспитывать социально и эмоционально развитую личность.
- Создать условия для укрепления эмоционального и психического здоровья детей.

Этапы реализации программы:

Программа «Обо мне и для меня» реализуется в четыре этапа:

1 этап: диагностический.

Цель: набор детей в группы, диагностика посредством наблюдения за ходом социально – эмоционального развития ребёнка, окончательное формирование состава групп.

2 этап: адаптационный.

Цель: вхождение в деятельность, налаживание коммуникации внутри группы, объединение, адаптация детей. 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.

3 этап: развивающий.

Цель: организация и проведение развивающей образовательной деятельности по четырём разделам: знакомство, восприятие и понимание причин эмоций; эмоциональная регуляция; социальное взаимодействие и снятие

эмоционального напряжения, снижение уровня тревожности и наполнение позитивными эмоциями участников занятий.

4 этап: итоговый

Цель: мониторинг проведения занятий на конец учебного года.

Особенности организации занятий.

Занятия с детьми проводятся в виде увлекательных и ярких групповых встреч. Расположение детей в группе свободное. В зависимости от того, что планируется делать на занятии, дети могут сидеть за столами, находиться в кругу или свободно перемещаться в пространстве. На занятиях дети будут много двигаться, рисовать, конструировать.

Дошкольникам пока ещё нелегко осознанно вырабатывать правила работы в группе, поэтому это будет проходить в игровой форме и будет подкреплено выбранными правилами в виде пиктограмм.

Поскольку главная задача работы по программе — социально-эмоциональное развитие, то следует фиксировать внимание детей на происходящем «здесь и теперь».

Планируемые результаты освоения программы

Планируемые результаты освоения программы разделяются на четыре блока компетенций: (1) восприятие и понимание причин эмоций, (2) эмоциональная регуляция, (3) социальное взаимодействие, которые, в свою очередь, подразделяются на отдельные компетенции, (4) снятие эмоционального напряжения (см. табл.).

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.

Компетенция	Компоненты	Критерии
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 поддержать 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.
4. СНЯТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ. НАПОЛНЕНИЕ ПОЗИТИВНЫМИ ЭМОЦИЯМИ.		

Для успешной организации образовательного процесса определены следующие **принципы построения программы**:

Полнота — программа представляет собой полный курс, рассчитанный на интеграцию в образовательный и воспитательный процесс и проведение еженедельных занятий в течение года.

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. В рамках каждого года обучения программа предполагает изучение одних и тех же разделов. Программа каждого года построена с поступательным усложнением и углублением изучения материала в соответствии с возрастными особенностями детей и их опытом работы в рамках программы.

Включённость родителей как активных участников программы создаёт системную среду, способствующую развитию потенциала ребёнка. Специальные компоненты программы помогают родителям организовывать содержательное общение с ребёнком. Совместная работа в рамках программы помогает родителям осознанно содействовать социально-эмоциональному развитию ребёнка.

При разработке программы были определены следующие **подходы**:

- личностно-ориентированный подход, который предусматривает создание условий для развития личности на основе изучения способностей и интересов ребёнка;
- деятельностный подход, связанный с организацией целенаправленной деятельности в образовательном процессе;
- системный подход, где объект рассматривается, как множество элементов в совокупности отношений и связей между ними;
- коммуникативно-игровой подход к формированию социально-эмоционального развития детей.

1.3. Тематическое планирование

Программа рассчитана на 72 занятия в течении учебного года. Занятия проводятся с сентября по май (включительно) 2 раза в неделю.

Раздел	Темы занятий	Объём
Введение (3 занятия)	Тема 1. Индивидуальность и многообразие в группе.	2
	Занятие 1. Портрет моего Я	1
	Занятие 2. Мой портрет в рисунках и цифрах	1
	Тема 2. Проявление эмоций в группе. Правила группы.	1
	Занятие 3. Дом в окошках — словно сыр. Много-много в нём квартир	1
Раздел 1. Знакомство, восприятие и понимание причин эмоций (30 занятий)	Тема 3. Знакомство с базовыми эмоциями.	9
	Занятие 4. Я радуюсь	1
	Занятие 5. Мне печально	1
	Занятие 6. Почему мы грустим и радуемся	1
	Занятие 7. Мне спокойно	1
	Занятие 8. Мне интересно	1
	Занятие 9. Мне страшно	1
	Занятие 10. Где живут страшные монстрики?	1
	Занятие 11 Я злюсь	1
	Занятие 12. Как договориться со злыми монстриками	1
	Тема 4. Многообразие эмоций.	4
	Занятие 13. Происшествие в цветнике	1
	Занятие 14. Я состою из эмоций	1
	Занятие 15. Чувства разные нужны	1
	Занятие 16. Пишу своё первое письмо	1
	Тема 5. Отклик тела на эмоции. Выражение эмоций мимикой, позой, движениями.	2
	Занятие 17. Мой калейдоскоп эмоций.	1
	Занятие 18. Мой калейдоскоп эмоций (продолжение)	1
	Тема 6. Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи.	4
	Занятие 19. Как услышать чужие эмоции.	1
	Занятие 20. Давай придумаем сказку.	1
	Занятие 21. Как звучат эмоции?	1
	Занятие 22. Оркестр моего настроения.	1
	Тема 7. Выражение и распознавание эмоций по невербальным признакам	2

	Занятие 23. Как договориться без слов.	1
	Занятие 24. О чём может сказать твоё тело.	1
	Тема 8. Органы чувств и эмоции	2
	Занятие 25. Я доверяю своим ощущениям.	1
	Занятие 26. Я играю в ассоциации.	1
	Тема 9. Разнообразие эмоций в поэзии и живописи. Интерес, удивление.	3
	Занятие 27. Приключение линии на холсте.	1
	Занятие 28. Встреча с ожившей картиной.	1
	Занятие 29. Я могу рисовать свои эмоции.	1
	Тема 10. Эмоции и музыка.	2
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (10 занятий)	Занятие 30. Я слышу и чувствую музыку.	1
	Занятие 31. Как слова подружились с музыкой.	1
	Тема 11. Восприятие и понимание эмоций через текст и иллюстрации.	2
	Занятие 32. Страница моей книги эмоций.	1
	Занятие 33. Я рисую стихи.	1
	Тема 12. Основы и приёмы саморегуляции.	4
	Занятие 34 . Пять важных шагов.	1
	Занятие 35. Как договориться с собой.	1
	Занятие 36. Как изменить своё настроение.	1
	Занятие 37. Искусство моего дыхания.	1
	Тема 13. Регуляция эмоций и поведенческих проявлений при взаимодействии в группе.	4
	Занятие 38. Вместе интереснее.	1
	Занятие 39. Превращение моих эмоций.	1
	Занятие 40. Игра в собирателей.	1
	Занятие 41. Как успокоить сильные эмоции	1
	Тема 14. Творческое выражение эмоций как способ саморегуляции.	2
	Занятие 42. Мой разноцветный	1

Раздел 3. Социальное взаимодействие (19 занятий)	день. Занятие 43. Что хранится в моём сердце	1
	Тема 15. Навыки коммуникации — установление отношений и сотрудничество. Занятие 44. Раз, два, три, четыре, пять, я хочу с тобой играть. Занятие 45. Давай играть вместе!	2 1 1
	Тема 16. Установление и поддержание дружеских отношений. Занятие 46. Как стать хорошим другом. Занятие 47. Мой питомец мне друг.	2 1 1
	Тема 17. Эмпатия. Оказание эмоциональной поддержки. Взаимопомощь. Занятие 48. Раз, два, три, четыре, пять, мы в поход идём играть! Занятие 49. Секреты понимания. Занятие 50. Как помочь другому? Занятие 51. Если друг не смеётся, подари ему солнце. Занятие 52. Я могу поделиться с тобой.	5 1 1 1 1 1
	Тема 18. Конфликты и разногласия. Эффективное поведение в ситуации конфликта. Занятие 53. Слушай свою Птицу души. Занятие 54. Надо постараться, чтоб ни с кем не драться. Занятие 55. Кубик согласия. Занятие 56. Где найти хорошее настроение.	4 1 1 1 1
	Тема 19. Эмоции и театр. Занятие 57. Волшебные превращения простых вещей. Занятие 58 Я играю в теневом театре.	2 1 1
	Тема 20. Социальные компетенции. Занятие 59. Я сочиняю игру. Занятие 60. Учимся играя. Занятие 61. Рецепт хорошего человека.	3 1 1 1 1
	Тема 21. Город эмоций. Занятие 62. Путешествие по городу Эмоций	1 1

Раздел 4. Снятие эмоционального напряжения. Наполнение позитивными эмоциями. (19 занятий)	Тема 22. Радуга эмоций.	7
	Занятие 63. В гостях у сказки.	1
	Занятие 64. Мои эмоции.	1
	Занятие 65. На планете роботов.	1
	Занятие 66. Танцы.	1
	Занятие 67. За стеклом.	1
	Занятие 68. Актёрское мастерство.	1
	Занятие 69. Облачный торт.	1
	Заключительные занятия.	2
	Занятие 70. Мой дневник настроения.	1
	Занятие 71. Мой дневник настроения.	1
	Занятие 72. Мой дневник настроения	1
	Итого	72

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Особенности образовательной деятельности

Программа «Обо мне и для меня» разработана на основе программы «Вклад в будущее» при поддержке Благотворительного фонда Сбербанка, которая отвечает запросам времени. Она позволяет целенаправленно обучать детей внимательному и уважительному отношению к миру эмоций, саморегуляции, взаимопониманию, использованию эмоций при выстраивании взаимодействия. В то же время результаты обучения в группе изменяют детей и переносятся и в образовательную среду в целом, изменяя отношения детей со сверстниками и взрослыми.

Занятия с детьми проводятся в виде увлекательных и ярких групповых встреч. Расположение детей в группе должно быть свободным. В зависимости от того, что планируется делать на занятии, дети могут сидеть за столами, находиться в кругу или свободно перемещаться в пространстве. На занятиях дети будут много двигаться, рисовать, конструировать.

Каждое занятие — это логически и динамически выстроенная последовательность различных форм взаимодействия с детьми. Сценарий каждого занятия завершается заданием, рекомендованным для семейного выполнения: чтение и обсуждение художественных произведений, просмотр мультфильмов, тематические беседы, творческие задания и др.

Для индивидуальной работы ребёнка на занятиях и выполнения семейных заданий разработана рабочая тетрадь с отдельными листами для каждого занятия. Ребёнок на занятии начинает работу с листом из пособия и после занятия забирает его домой. На листе предусмотрено семейное задание для выполнения дома с родителями. В заданиях для ребёнка предусмотрены

разные виды работ: рисование, раскрашивание, выбор, поиск соответствия, сравнение, дополнение и прочее. Пособие для детей оснащено вкладышем с наклейками.

Остановимся подробнее на пособиях, составляющих учебно-методический комплект:

- СОЦИАЛЬНО-ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ. Авторы: *Е.А.Сергиенко, Т.Д.Марцинковская, Е.И.Изотова, Е.И.Лебедева, А.Ю.Уланова, Е.М.Дубовская.* В книге, созданной группой авторов под руководством доктора психологических наук, профессора Е.А.Сергиенко, изложены методологические основы программы, характеристика возрастных особенностей детей и подростков, более подробно рассматриваются вопросы их социально-эмоционального развития, представлена краткая сравнительная характеристика отечественных и зарубежных программ социально-эмоционального развития.

- СОЦИАЛЬНО-ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Методическое пособие. Авторы: *И. А.Дворецкая, Е. В. Горинова, Н. Е. Рычка.*

- Рабочая тетрадь «ОБО МНЕ И ДЛЯ МЕНЯ».

- Игровой комплект «ПАЛИТРА ЭМОЦИЙ». Авторы: *И.А.Дворецкая, А.В. Макаrchук, Н.Е.Рычка, О.Е.Хухлаев.*

2.2.Календарный учебный график

Структурной особенностью программы является тематическое планирование, основанное на увлекательных сюжетах, включающих в себя совокупность подсюжетов. Сюжеты разработаны с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста, их интересов и увлечений.

Программа имеет концентрический принцип построения. Каждая новая ступень вбирает в себя основное содержание предыдущих, раскрывая его на новом уровне сложности.

Календарный учебный график формируется ежегодно и составляется на основе программы с учетом вышеуказанных нормативно-правовых документов и локальных актов.

Режим работы учреждения – продолжительность учебной недели 5 дней (с понедельника по пятницу).

Нерабочие дни: суббота, воскресенье и праздничные дни.

Календарный учебный график на 2024-2025уч.г.

Продолжительность 2024-2025 учебного года: с 02.09.2024 по 30.05.2025 (36 недель):

I полугодие – с 02.09.2024 по 27.12.2024 (17 недель);

II полугодие – с 09.01.2025 по 30.05.2025 (19 недель).

Праздничные и выходные дни:

День народного единства – 04.11.2024;

Новогодние каникулы и Рождество Христово – 30.12.2024 – 08.01.2025 (10 дней);

День защитника Отечества – 23.02.2025;

Международный женский день – 08.03.2025;

Праздник Весны и Труда – 01.05.2025 – 04.05.2025 (4 дня);

День Победы – 08.05.2025 – 11.05.2025 (4 дня).

2.3. Условия реализации программы.

Методическое обеспечение

Дидактическое и материально – техническое обеспечение:

1. Комната для занятий

2. Материалы: демонстрационный (иллюстрации по темам), наглядный, раздаточный

3. Аудио – видео аппаратура (презентации, мультфильмы по темам; музыка)

4. Оборудование:

- мультимедийный проектор, экран;
- дидактические и развивающие игры;
- магнитная доска с магнитами;
- краски/гуашь;
- плакаты с рисунками по изучаемым темам.

5. Дополнительный инструментарий:

- набор наглядных тематических картинок;
- набор раздаточного материала по темам курса;
- набор коммуникативных игр;
- *Игровой комплект «ПАЛИТРА ЭМОЦИЙ»;*
- *Рабочая тетрадь «ОБО МНЕ И ДЛЯ МЕНЯ».*

Кадровое обеспечение:

Для реализации дополнительной программы в МБДОУ созданы необходимые кадровые условия: оказывает образовательные услуги педагог с высшим образованием Воржева Екатерина Юрьевна.

Примерная структура занятия:

1. Ритуал приветствия.

2. Основная часть занятия с использованием яркого наглядного пособия, работой в рабочей тетради и использование наклеек – эмоций, обсуждения, просмотр мультфильмов по теме занятия, рисование.

3. Игра. Чтобы на занятиях было интересно и не утомительно, для детей необходимо использовать разные виды деятельности:

а) подвижные игры: игры с мячом, «цепочка» с игрушкой, зарядки, физкультминутки, танцы, хороводы, команды в движении;

б) спокойные игры: загадки, раскраски;

в) творческие и ситуативные игры: ролевые игры, интервью, бытовые сюжеты;

г) инсценировка коротких рассказов;

4. Ритуал прощания.

2.4.Диагностика

Диагностика результатов освоения 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 ходе каждого занятия педагогу важно наблюдать за детьми, быть внимательным к прогрессу и тем изменениям и достижениям, которые они показывают.

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.

Перед началом каждого раздела программы дифференцированная оценка позволит определить образовательные приоритеты для отдельных детей в рамках изучения раздела.

Оценочный инструментарий приведён в приложении.

Объектом наблюдения являются компетенции и группы компетенций в рамках социально-эмоционального развития ребёнка:

1. Идентификация и понимание причин эмоций:
 - Идентификация эмоций.
 - Понимание причин эмоций.
 - Выражение эмоций.
2. Эмоциональная регуляция:
 - Владение простыми навыками саморегуляции.
3. Социальное взаимодействие:

- Коммуникативная компетентность.
- Социальная компетентность.

2.5. Список литературы

1. Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. 5—6 лет: методическое пособие / И.А.Дворецкая, Е.В.Горинова, Н.Е.Рычка. — М.:Дрофа,2019. — 152 с.: ил.— (Российский учебник).
2. Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы. Е.А.Сергиенко, Т.Д.Марцинковская, Е.И.Изотова, Е.И.Лебедева, А.Ю.Уланова, Е.М.Дубовская.
- 3.Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня»
- 4.Игровой комплект «Палитра эмоций». Авторы: И.А.Дворецкая, А.В.Макарчук, Н.Е.Рычка, О.Е.Хухлаев.

Приложение 1

РАЗДЕЛ 1. ИДЕНТИФИКАЦИЯ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ЭМОЦИЙ

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

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) 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) 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 распознает 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, интонацию, темп).

Критерий 3. Выражение эмоций в творчестве

Индикаторы: Ребёнок может выразить эмоции в рисунке, аппликации, музицировании, движении.

По каждому критерию заносится в бланк 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.

Приложение 1.1

БЛАНК ОЦЕНКИ РАЗВИВАЕМЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

ИДЕНТИФИКАЦИЯ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ЭМОЦИЙ

ФИО ребёнка	Идентификация эмоций		Понимание причин эмоций		Выражение эмоций	
	до*	после**	до*	после**	до*	после**
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						
Среднее значение по группе						
Эффективность программы (разность между оценками до и после программы)						

*Заполняется в начале учебного года.

** Заполняется в конце учебного года.

Приложение 2

РАЗДЕЛ 2. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ

Параметры для наблюдения

Компетенция 2 – **ВЛАДЕНИЕ НАВЫКАМИ САМОРЕГУЛЯЦИИ.**

Индикаторы:

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

Приложение 2.1

ФНО	Владение навыками саморегуляции
-----	---------------------------------

БЛАНК ОЦЕНКИ РАЗВИВАЕМЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ
ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ

	до*	после**
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		
22.		
23.		
24.		
25.		
Среднее значение по группе		
Эффективность программы (разность между оценками до и после программы)		

*Заполняется в начале учебного года.

** Заполняется в конце учебного года.

Приложение 3

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 поддерживать 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 распознает 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, вы- брать 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.

Приложение 3.1

БЛАНК ОЦЕНКИ РАЗВИВАЕМЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

ФИО ребёнка	Коммуникативная компетентность		Социальная компетентность	
	до*	после**	до*	после**
1.				

2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
Среднее значение по группе				
Эффективность программы (разность между оценками до и после программы)				

ИДЕНТИФИКАЦИЯ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ЭМОЦИЙ

*Заполняется в начале учебного года.

** Заполняется в конце учебного года.