

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10»**

143969, Московская обл.
г.о. Реутов, ул. Октября д.40

8(495)528-48-17
reut_madou8@mosreg.ru

Принято на заседании
Педагогического совета №____
От _____ 202__ г.
Протокол № _____

Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №10
_____ Кондрашова О.С.
Приказ от _____ № _____.

Согласовано
на родительском собрании
Протокол № _____ от _____ 202__ г

**Дополнительная образовательная программа
социально-гуманитарной направленности
для детей 2-4 лет
«Я чувствую»**

Автор:
воспитатель высшей
квалификационной категории
Половкова Светлана Викторовна

г.о.Реутов 2024-2025 уч.г.

Автор: воспитатель высшей
квалификационной категории
Половкова С.В.

г.о. Реутов, 2024-2025 уч.г.

Пояснительная записка

Актуальность.

Охрана и укрепление психического здоровья детей является одной из приоритетных задач развития современного дошкольного образования и рассматривается как условие реализации основной образовательной программы дошкольного образования.

В настоящее время особое внимание уделяется проблеме социально-личностного развития и воспитания дошкольников, являющейся одним из компонентов Федерального Государственного Стандарта дошкольного образования.

Целевая установка, согласно ФГОС ДО, ориентирует педагогов на формирование общей культуры дошкольника, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, обеспечивающих социальную успешность дошкольника.

Своеобразие дошкольного детства состоит в том, что именно в данном возрасте в центре всей психической жизни ребенка находится взрослый как носитель общественных функций, смыслов, задач человеческой деятельности в системе общественных отношений. Вхождение ребенка в социальное бытие взрослых происходит в процессе освоения им образовательных областей. Образовательные области не имеют узко предметный характер, а опосредуют все сферы общественного и индивидуального бытия ребенка. Их освоение, согласно ФГОС ДО, происходит на фоне эмоционального и морально-нравственного благополучия детей, положительного отношения к миру, к себе и другим людям.

Развитие ребенка выступает как социокультурный процесс, осуществляющийся посредством включения ребенка в разнообразные сферы общественной практики, в широкий контекст социальных связей посредством доступных ему видов деятельности. Взрослый выступает как носитель мотивационно-смысловых образований, передавая их ребенку и обеспечивая его взросление путем организации специфически детских видов деятельности.

В качестве одного из целевых ориентиров на этапе завершения дошкольного образования выступает умение ребенка общаться: «...Ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; 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, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты».

Одной из областей развития, обозначенных в Федеральном Государственном Образовательном Стандарте, является социально-коммуникативное развитие, которое направлено «...на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребёнка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе».

Эмоциональный интеллект – это способность человека понимать и осознавать свои эмоции, уметь конструктивно их выражать, понимать чувства окружающих. От эмоционального интеллекта зависят общее благополучие человека, его удовлетворенность отношениями с другими людьми, успехи в работе и счастье в семейной жизни.

Развитие эмоционального интеллекта оказывает влияние на эффективность межличностного взаимодействия, повышает культуру общения, способствует развитию эмпатичного поведения, рефлексии и на познавательные процессы, что обуславливает общую успешность ребенка в будущем, в том числе будет способствовать эффективной адаптации в школе и развитию гражданской позиции в дальнейшем.

Умение понимать свои эмоции, эмоции других людей поможет ребенку облегчить разрешение конфликтных ситуаций, в межличностном взаимодействии при возникновении каких-либо проблем, и будет способствовать развитию товарищества и взаимоподдержки среди детей.

Основной целью программы является: развитие эмоционального интеллекта дошкольников посредством бесед, игр, психогимнастики, арт-терапии.

Задачи:

1. развивать умение ребенка распознавать эмоции у себя и у других людей;
2. формировать эмоциональную выразительность и умение проявлять свою индивидуальность
3. развивать способность ребёнка анализировать свой эмоциональный опыт;
4. расширять представление ребёнка о способах саморегуляции;
5. развивать заинтересованность в сотрудничестве;
6. знакомить ребенка с эффективными способами поведения в сложных коммуникативных ситуациях;
7. содействовать становлению доверительных отношений и взаимопомощи в группе;
8. способствовать развитию социально-коммуникативных компетенций ребёнка для успешной адаптации в коллективе.

Программа направлена на:

1. Восприятие и понимание эмоций
2. Эмоциональная регуляция
3. Социальное взаимодействие

При составлении данной программы были использованы следующие **принципы:**

- Принцип гуманизма как основополагающий.
- Принцип учета возрастных особенностей и индивидуализации.
- Принцип единства профилактики и диагностики.
- Принцип развития.
- Принцип единства сознания и деятельности
- Принцип взаимодействия семьи и дошкольной образовательной организации.

Программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами дошкольного образования

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);

- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 г. Москва);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13) Устав образовательного учреждения.

Основные формы реализации программы:

- Разнообразные игры на развитие эмоционального интеллекта, игры психогимнастические, диагностико-дидактические игры.
- элементы сказкотерапии
- беседы для закрепления пройденного материала.
- дыхательная и пальчиковая гимнастика
- ролевые игры.

Целевая группа: Дети младшего дошкольного возраста от 3 до 4 лет (группа «Карпуз»)

Организационные условия:

- Продолжительность каждого занятия 15 минут; 30 занятий.
- Режим проведения занятий 1 раз в неделю.
- Каждое упражнение заканчивается рефлексией.

Ожидаемые результаты:

Развитие самосознания детей; (умение узнавать свои эмоции и чувства, а также других людей),

Развитие самоконтроля (умения совладать со своими чувствами, желаниями);

Формирование социальной чуткости (умение устанавливать контакты с разными людьми);

Управление отношениями (способности к сотрудничеству, взаимопомощи.)

Коррекция эмоциональных нарушений у детей.

Тематическое планирование

Раздел	Количество часов	Цель
Азбука эмоций		
«Радость»	1 занятие	Создание положительного эмоционального настроения в группе. Умение узнавать и понимать эмоции
«Грусть»	1 занятие	Развитие эмоциональной сферы детей, закрепление умения распознавать эмоциональные состояния
"Удивление"	1 занятие	Развитие эмоциональной сферы детей, закрепление умения распознавать эмоциональные состояния
"Страх"	1 занятие	Создание положительного эмоционального настроения в группе. Умение узнать эмоции
"Злость"	1 занятие	Создание атмосферы эмоциональной безопасности, понимания, что любая эмоция нормальна
"Интерес"	1 занятие	Умение видеть по карточкам положительные и отрицательные эмоции
Психогимнастика «Кулаки»	1 занятие	Снятие эмоционального напряжения и агрессии; импульсивности; тревожности
Лото «Эмоции»	1 занятие	Сплочение группы, развитие эмпатии, умения распознавать чужие эмоции
Учимся понимать себя и других		
"Отличия"	1 занятие	Формирование умения находить отличия
"Противоположности"	1 занятие	Развитие понимания мимических выражений и выражения лица
"Разный дождь"	1 занятие	Развитие понимания мимических выражений и выражения лица, формирование умения находить отличия и соответствия

«Лица»	1 занятие	Развитие понимания мимических выражений и выражения лица, формирование умения находить отличия и соответствия
«Соответствие»	1 занятие	Формирование умения находить отличия и соответствия
"Волшебное Зеркало"	1 занятие	Создание положительного эмоционального настроения в группе
Учимся дружить и не только		
«Сделаем по кругу друг другу подарок»	1 занятие	Развитие у детей чувствования друг друга, понимания настроения другого, развитие эмпатии
"Тренируем эмоции"	1 занятие	Умение узнавать эмоции и отражать их
Психогимнастика «Белая и черная рука»	1 занятие	Снятие эмоционального напряжения и агрессии; импульсивности; тревожности
"Дружба с забиякой"	1 занятие	Активизация словарного запаса за счет слов, обозначающих различные эмоции,
«Подарки для друзей»	1 занятие	Активизировать словарный запас за счет слов, обозначающих различные эмоции
"Кто скажет о нем (имя) хорошее"	1 занятие	Установить доброжелательные отношения в группе
«Кто расскажет о себе хорошее»	1 занятие	Формирование положительной самооценки, создание безопасной эмоциональной обстановки
«Сладкий подарок»	1 занятие	Формирование дружественных связей среди воспитанников
Психогимнастика «История одного шарика»	1 занятие	Расслабление, развитие воображения, анализ собственных переживаний
«Эстафета добра»	1 занятие	Воспитание желания радовать окружающих и получать удовольствие от вызванных эмоций
«Ночные огоньки»	1 занятие	Анализ эмоционального состояния рисованных персонажей, развивать чуткость и воображение

«Что изменилось?»	1 занятие	Развитие внимания и наблюдательности, необходимых для эффективного общения
«Дождь из листьев»	1 занятие	Развитие чувства коллектива, умения дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками
Психогимнастика «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»	1 занятие	Соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение
«Ролевое проигрывание ситуаций»	1 занятие	Проработка, применения "волшебных " средств понимания, развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания
Рисование «Я хороший – я плохой»	1 занятие	Развитие рефлексии и самоанализа

Литература

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. – СПб.: БХВ-Петербург, 2012. – 212 с.
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как фактор самоактуализации // Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под. ред. Д.В.Люсина, Д.В.Ушакова. - М., 2009.
3. Галецкая О.В. Развиваем эмоциональный интеллект: для детей 3-4 лет. — Москва: Эксмо, 2020. — 72 с.