

Программа коррекции и развития эмоциональных
проявлений
«Мир эмоций»

Подготовила:
педагог-психолог МАДОУ № 301
Рыбакова И.И.

Красноярск, 2024г.

В предлагаемой программе представлена система занятий, направленная на развитие и коррекцию эмоционального мира дошкольников 4—6 лет.

Цель — осознание ребенком своих эмоциональных проявлений, взаимоотношений с другими людьми и всестороннее гармоничное развитие его личности, эмоциональный комфорт.

Задачи:

1. Развивать эмоциональную сферу
2. Помогать прожить ребенку определенное эмоциональное состояние
3. Развивать взаимопонимание между детьми в процессе общения.

Основной задачей программы является развитие произвольной саморегуляции эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста. Старший дошкольный возраст — период активного формирования произвольности. Это благоприятный период для развития саморегуляции эмоционального состояния ребенка. Произвольная саморегуляция эмоционального состояния — процесс управления собственными эмоциональными переживаниями, который предполагает осознание и принятие своего эмоционального состояния, выражение его в социально приемлемой форме и определенную самопомощь в случае сильных негативных переживаний.

Для детей особое значение имеет овладение приемлемыми способами поведения в различных эмоциональных состояниях. Для осознания своих эмоциональных состояний ребенку необходимо иметь представление о различных эмоциональных переживаниях и о возможных причинах, их вызывающих. На занятиях дети знакомятся с основными эмоциями и (радость, горе, гнев, страх, удивление, интерес).

Знакомство это происходит с помощью чтения детям рассказов или показа и сказок и последующего обсуждения с ними эмоциональных переживаний и поведения героев. В процессе таких занятий у старших дошкольников расширяются знания об эмоциональной сфере человека, обогащается эмоциональный словарь, закрепляются умения узнавать эмоции по их внешним невербальным проявлениям. Для успешного развития саморегуляции эмоций большое значение имеет также формирование рефлексивных способностей детей, умения осознавать ими собственный эмоциональный опыт. Этому способствуют предлагаемые беседы с детьми, арттерапевтические техники, развивающие игры, игры драматизации.

Занятие проводится раз в неделю. В старших группах. Подгруппа (5-6 человек), 20-25 минут.

Тематический план занятий

н/п	Тема занятия	Количество часов
1	Тайна моего имени	1
2	Автопортрет	1
3	Мой внутренний мир	1
4	Мой любимый сказочный герой	1
5	Мы так похожи	1
6	Мы такие разные	1
7	Язык жестов и движений	1
8	Давайте жить дружно	1
9	Мальчики и девочки	1
10	Радость	1
11	Страх	1
12	Удивление	1
13	Гнев	1
14	Горе	1
15	Интерес	1
16	На что похожее твое настроение?	1
17	Веселые человечки (итоговое занятие, творческая мастеркая)	1



Литература:

1. Веракса А.Н., Гуторова М.Ф. «Практический психолог в детском саду». Москва-Синтез, Москва ,2017
2. Пазухина И.А. Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет. СПб. Дество-Пресс, 2008.