

Правительство Санкт-Петербурга

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Государственное образовательное учреждение для детей, нуждающихся
в психолого-педагогической и медико-социальной помощи,
Центр психолого-медико-социального сопровождения
Калининского района Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНО

и.о. зав. каф. психологии
СПб АППО
доц. Агафонова И. И.
И.И. Агафонова

«14» декабря 2007 год

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ АКАДЕМИЯ
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ
191002, ул. Ломоносова, 41-13

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГОУ ЦПМСС
Калининского района
Санкт-Петербурга
О.В. Баранова



«14» _____ 2007 год

Коррекция эмоциональной сферы у детей 4-6 лет

Педагог-психолог
Коноплева О.В.

Санкт-Петербург
2007

Пояснительная записка

Эмоции играют важную роль в жизни детей, помогая воспринимать действительность и реагировать на нее. Не каждый взрослый человек способен разобраться во всей гамме своих переживаний. А для ребенка эта задача является еще более трудной.

Особенно это актуально для детей-дошкольников. Эти дети не всегда правильно понимают даже простые эмоции, тем более трудно им осознать те разнообразные переживания, которые возникают по мере расширения их связей с окружающим миром.

Чувства господствуют над всеми сторонами жизни дошкольника, придавая им особую окраску и выразительность. Эмоции сопровождают любую деятельность ребенка, регулируют ее, делают окружающий мир удивительным и разнообразным.

Цель программы: ввести ребенка в сложный мир человеческих эмоций, помочь прожить определенное эмоциональное состояние, объяснить, что оно означает, и дать ему словесное наименование. Накапливая определенные моменты проживания и фиксации на каком-либо чувстве, ребенок сможет создать свой собственный эмоциональный мир, с помощью которого он сможет ориентироваться в собственных чувствах и в чувствах людей, которые его окружают. Кроме того, в ходе работы дети опосредованно знакомятся с навыками релаксации и саморегуляции, то создает условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием. Коллективная работа поможет получить более яркий опыт проживания эмоциональных ситуаций.

Задачи

1. Научить детей понимать собственное эмоциональное состояние
2. Научить распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации.
3. Расширить словарь эмоциональной лексики, снять мышечное напряжение, скованность в движениях, жестах, голосовых реакциях.
4. Научить адекватному проявлению эмоциональных состояний в коммуникативной сфере.
5. Расширить диапазон понимаемых и переживаемых эмоций, интенсивности и глубины их переживания.
6. Снизить уровень тревожности.

Адресат программы

Дошкольники 4-6 лет, с капризами негативизмами, нарушениями общения и поведения.

Условия проведения занятий

1. Необходимо светлое проветриваемое помещение, достаточно места для передвижения, столы и стулья для рисования.
2. Принадлежности для рисования (бумага, ручки, фломастеры и карандаши).
3. Изготовление необходимых бланков.

Программа состоит из серии специально организованных коррекционно-развивающих занятий, составленных с учетом уровня развития детей, их возрастных и индивидуальных особенностей. В специально организованной

предметно-развивающей среде закрепляются навыки, полученные на коррекционно-развивающих занятиях

Объем программы рассчитан на 22 занятия при частоте встреч один раз в неделю. Продолжительность одного занятия в 25- 30 минут.

Форма работы: групповая.

Структура занятия

Часть 1 – вводная. Цель вводной части занятия – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками.

Часть 2 – рабочая. Основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят упражнения, задания и игры, направленные на умение детей понимать собственное эмоциональное состояние и распознавать чувства других людей.

Часть 3 – завершающая. Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций на занятии.

Форма организации занятий предполагает постоянную психологическую поддержку, моделирование ситуаций с гарантированным успехом, активизацию стремления к сотрудничеству, что обеспечивает снижение детской тревожности и коррекцию самооценки.

Занятия построены на постоянной смене видов деятельности. В программе были использованы в основном приемы игровой терапии, так как в дошкольном возрасте ведущей является игровая деятельность. Кроме того, были использованы методы арттерапии. На занятиях дети знакомятся с музыкальными и литературными произведениями

Одним из основных правил проведения занятий является доброжелательность. Мы считаем, что успех коррекционной работы прямо зависит от эмоционально положительной обстановки, в которой она проводится.

Только систематически целенаправленная работа может способствовать развитию эмоциональной компетентности у детей дошкольного возраста.

Ожидаемые результаты

Накапливая определенные моменты проживания и фиксации на каком-либо чувстве, ребенок сможет создать свой собственный эмоциональный мир, с помощью которого он сможет ориентироваться в собственных чувствах и в чувствах людей, которые его окружают. Кроме того, в ходе работы дети опосредованно познакомятся с навыками релаксации и саморегуляции, что создаст условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием. Коллективная работа поможет получить более яркий опыт проживания эмоциональных ситуаций.

Учебно-тематический план

ТЕМА	Объем в часах		Формы контроля
	К-во час.	К-во зан.	
Знакомство	1	1	Кинетический рисунок семьи

Радость	3	3	Экспертная оценка родителей
Страх	3	3	Экспертная оценка родителей
Удовольствие	2	2	Экспертная оценка родителей
Злость	3	3	Экспертная оценка родителей
Грусть	2	2	Экспертная оценка родителей
Робость	1	1	Экспертная оценка родителей
Самодовольство	1	1	Экспертная оценка родителей
Стыд	1	1	Экспертная оценка родителей
Отвращение	1	1	Экспертная оценка родителей
Настроение	3	3	Экспертная оценка родителей
Обобщение материала	1	1	Экспертная оценка родителей
Итого:	22	22	

Содержание программы

№ занятия	Цели занятия	Ход занятия	Время	Стимульный материал
№1 Радость	знакомство с чувством радости, развитие умения адекватно выражать своё эмоциональное состояние; развитие способности понимать эмоциональное состояние другого.	1. вводное упражнение «Приветствие» 2. показ пиктограммы радость 3. игра «Изобрази весёлое животное» 4. Рисование на тему радость 5. игра «Доброе животное» [20]	1. 3 мин 2. 3 мин 3. 6 мин 4. 15 мин 5. 3 мин Общее время – 30 мин	пиктограмма «радость», листы бумаги, цветные карандаши, картинки с весёлыми животными.

№2 Радость	продолжение знакомства с чувством радости, развитие умения адекватно выражать свои эмоции; развитие способности понимать эмоциональное состояние другого.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное упражнение «Приветствие» 2. Вспомнить пиктограмму радость 3. Гимнастика для лица 4. Игра «Театр» 5. Этюды 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 3 мин 4. 8 мин 5. 6 мин 6. 3 мин <p>Общее время – 26 мин</p>	Пиктограмма «радость», платок
№3 Радость	учить детей узнавать чувство страха по его проявлениям, развитие умения адекватно выражать свои эмоции;	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «Паровозик» 2. Вспомнить пиктограмму радость 3. Этюд новые игрушки 4. Игра «День рождения» 5. Этюд танец радости 6. Психогимнастика Ручеек радости 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 5 мин. 4. 7 мин. 5. 5 мин 6. 7 мин <p>Общее время 30 мин</p>	Пиктограмма «радость»
№4 Страх	знакомство с чувством страха, изучение выражения эмоционального состояния в мимике	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное упражнение «Приветствие» 2. Показ пиктограммы страх 3. Игра «Гуси – лебеди» 4. Инсценировка рассказа про девочку Катю 5. Игра «Мы медведя испугались» [39] 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 5 мин 4. 6 мин 5. 7 мин 6. 3 мин <p>Общее время – 27 мин</p>	Пиктограмма «страх», рассказ про девочку Катю

№5 Страх	продолжение знакомства с чувством страха, учить детей выражать чувство страха в рисунке, развитие умения справляться с чувством страха	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «Паровозик» 2. Показ пиктограммы страх 3. Этюд лисёнок боится 4. Инсценировка рассказа про котёнка 5. Рисование «Какого цвета мой страх» 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 5 мин 2. 3 мин 3. 3 мин 4. 6 мин 5. 10 мин 6. 3 мин <p>Общее время – 30 мин</p>	Пиктограмма «страх», рассказ про котёнка, листы бумаги, цветные карандаши
№6 Страх	учить детей узнавать чувство страха по его проявлениям, развивать умение справляться с чувством страха; учить детей выражать чувство страха в рисунке.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «Паровозик» 2. Показ пиктограммы страх 3. Инсценировка рассказа «Крошка Енот и тот, кто сидит в пруду» 4. Рисование для «Книги страхов» 5. Этюд лисёнок боится 6. «Игра доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 5 мин 2. 2 мин 3. 7 мин. 4. 10 мин. 5. 3 мин 6. 3 мин <p>Общее время 30 мин.</p>	Пиктограмма «страх», листы бумаги, цветные карандаши Рассказ Л. Муур Крошка енот и тот, кто сидит в пруду»
№7 Удивление	знакомство с чувством удивления, закрепление мнемических навыков	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное упражнение «Приветствие» 2. Показ пиктограммы удивление 3. Инсценировка рассказа «Живая шляпа» 4. Рисование удивления 5. Чтение отрывка из сказки А.С.Пушкина «Сказка о царе Салтане» 6. Игра «Фантазии» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 6 мин 4. 10 мин 5. 4 мин 6. 4 мин <p>Общее время – 30 мин</p>	Пиктограмма «удивление», игрушка, рассказ «Живая шляпа», листы бумаги, цветные карандаши, «Сказка о царе Салтане»

№8 Удивление	продолжение знакомства с чувством удивления, закрепление мнемических навыков	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное упражнение «Приветствие» 2. Показ пиктограммы удивление 3. Мимическая гимнастика 4. Игра «У кого что случилось» 5. Этюд солнце и гроза 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 4 мин 4. 9 мин 5. 7 мин 6. 3 мин <p>Общее время 29 мин</p>	Пиктограмма «удивление»
№ 9 Злость	знакомство с чувством злость, тренировка умения различать эмоции	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное упражнение «Приветствие» 2. Показ пиктограммы злость 3. Инсценировка рассказа про мальчика Петю 4. Рисование своей злости 5. Игра «Злюки» 6. Драматизация сказки Толстого «Три медведя» 7. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 2 мин 2. 3 мин 3. 5 мин 4. 8 мин 5. 5 мин 6. 4 мин 7. 3 мин <p>Общее время – 30 мин</p>	Пиктограмма «злость», рассказ про мальчика Петю, листы бумаги, цветные карандаши, сказка Толстого «Три медведя»
№10 Злость	знакомство с чувством злость, тренировка умения различать эмоции	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное упражнение «Приветствие» 2. Показ пиктограммы злость 3. Игра «Смешинки и злючки» 4. Игра «Тух-тиби-дух» 5. Упражнение «Коврик злости» 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 8 мин 4. 6 мин 5. 7 мин 6. 3 мин <p>Общее время 30 мин</p>	Пиктограмма «злость»

№11 Злость	учить детей узнавать чувство злости по его проявлениям, развивать умение справляться с чувством злости; учить детей выражать чувство злость в рисунке.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное упражнение «Приветствие» 2. Показ пиктограммы злость 3. Игра «Разговор руками» 4. Игра «История про Танечку и Ванечку» 5. Рисование для «Книги злости» 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 5 мин 4. 6 мин 5. 10 мин 6. 3 мин <p>Общее время 30 мин</p>	Пиктограмма «злость», листы бумаги, цветные карандаши
№12 Грусть	знакомство с чувством грусти, закрепление мимических навыков	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «Паровозик» 2. Знакомство с пиктограммой грусть 3. Драматизация ситуации пропала собака. 4. Рисование грусти 5. Игра с гномами 6. Хоровод с гномами 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 5 мин 4. 10 мин 5. 6 мин 6. 3 мин <p>Общее время – 30 мин</p>	Пиктограмма «грусть», листы бумаги, цветные карандаши, две картинки с весёлым и грустным гномом.
№13 Грусть	продолжение знакомства с чувством грусти, закрепление мимических навыков	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «Паровозик» 2. Знакомство с пиктограммой грусть 3. Игра «Волшебный стул» 4. Игра «Кладоискатель» 5. Драматизация ситуации один в саду 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 7 мин 4. 8 мин. 5. 5 мин 6. 3 мин. <p>Общее время 29 мин</p>	Пиктограмма «грусть»

№14 Робость	повышение у детей уверенности в себе; сплочение группы; знакомство с чувством робости.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное упражнение «Приветствие» 2. Знакомство с пиктограммой робость 3. Игра "Я — лев" 4. Игра «Похвали себя» 5. Рисование робости 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 2 мин 2. 3 мин 3. 7 мин. 4. 5 мин 5. 9 мин 6. 3 мин <p>Общее время 30 мин</p>	Пиктограмма «робости», листы бумаги, цветные карандаши
№15 Самодовольство	знакомство с чувством самодовольства.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «Паровозик» 2. Знакомство с пиктограммой самодовольство 3. Игра «Хвастуны» 4. Инсценировка сказки «Мышка хвастунья» 5. Рисование самодовольства 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 5 мин 2. 3 мин 3. 7 мин. 4. 5 мин 5. 7 мин 6. 3 мин <p>Общее время 30 мин</p>	Пиктограмма «самодовольство», листы бумаги, цветные карандаши
№16 Стыд	знакомство с чувством вины	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Приветствие» 2. Знакомство с пиктограммой стыд 3. Инсценировка рассказа Толстого «Косточка» 4. Игра «Подарки» 5. Рисование стыда 6. Игра «Доброе животное» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 3 мин 3. 5 мин 4. 6 мин 5. 10 мин 6. 3 мин <p>Общее время 30 мин</p>	пиктограмма "вина"; текст рассказа Л.Н. Толстого "Косточка". листы бумаги, цветные карандаши
№17 Отвращение	знакомство с чувством отвращения.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие с помощью игрушки 2. Знакомство с пиктограммой отвращение 3. Инсценировка рассказа 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 мин 2. 5 мин 3. 5 мин 4. 8 мин 5. 6 мин 6. 3 мин 	пустая чашка; листы бумаги; мусорное ведерко; вода, тазик, песок или земля в мисочке;

		«Солнечный чай» 4. Игра «Грязная бумага» 5. Рисование отвращения 6. Игра «Доброе животное»	Общее время 30 мин	пиктограмма «отвращение»
№18 Настроение	закрепление знаний об изученных эмоциях	1. Приветствие с помощью игрушки 2. Показ, пройденных пиктограмм 3. Упражнение «Запомни моё лицо». 4. Игра «Волшебные шары» 5. Игра «Бабочки и слоны» 6. Игра «Повтори фразу» 7. Хоровод	1. 3 мин 2. 5 мин 3. 3 мин 4. 10 мин 5. 3 мин 6. 3 мин 7. 3 мин Общее время – 30 мин	Мягкая игрушка, пиктограммы с эмоциями, листы с нарисованными шарами разной формы, цветные карандаши.
№19 Настроение	закрепление знаний о полученных эмоциях	1. Упражнение «Приветствие» 2. Игра «Кубик» 3. Упражнение «Запомни моё лицо». 4. Игра «Нарисуй облако» 5. Игра «Облака» 6. Игра «Зеркало» 7. Хоровод	1. 3 мин 2. 5 мин 3. 3 мин 4. 10 мин 5. 5 мин 6. 3 мин 7. 3 мин Общее время – 27 мин	Кубик с лицами, выражающими разные эмоции, листы, цветные карандаши, книга со стихами.
№20 Настроение	Гармонизация эмоционального состояния, развитие творческого	1. Упражнение «Приветствие» 2. Рассказ о стране чувств 3. Мимическая	1. 2 мин 2. 9 мин 3. 3 мин 4. 10 мин 5. 3 мин	Белые маски, гуашь, фломастеры, карандаши, восковые мелки,

	воображения, совершенствовани е механизмов саморегуляции	гимнастика 4. Рисование на масках 5. Упражнение «Бусинки»	Общее время – 27 мин	вырезки из журналов, цветная бумага, бусинки.
--	---	---	----------------------------	--

Список литературы

1. Дубровина И.В. и др. «Практическая психология образования» - М: «Просвещения», 2003 г., стр. – 588.
2. Безруких М.М. «Ступеньки к школе» - М: «Дрофа», 2003г., стр. – 40.
3. Т.В.Башаева, Н.Н.Васильева, Н.В.Клюева «Энциклопедия воспитания и развития дошкольника» - Ярославль: Академия развития, 2001. – 480 стр.
4. Смирнова Е.О. «Детская психология» - М: «Владос», 2003г., стр. – 361.
5. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. «Психолого – педагогическая готовность ребенка к школе» - М: «Владос», 2001 г., стр. – 256.
6. Нисканен Л.Г. и др. «Интеллектуальное развитие и воспитание дошкольников» - М: «Академия», 2002 г., стр. – 208.
7. Марцинковская Т.Д. «История детской психологии» - М: «Владос», 1998 г., стр. – 271.
8. Дьяченко О.М. и др. «»Психолог в детском дошкольном учреждении: Методические рекомендации к практической деятельности» - М: «Новая школа», 1996 г., стр. – 144.
9. Кралина М.В. «Логика» - Екатеринбург: «У – Фактория», 2000 г., стр. – 120.
10. Гоголева В.Г. «Игры и упражнения для развития конструктивного и логического мышления у детей 4 – 7 лет» - С – Пб: «Детство – Пресс», 2004 г., стр. – 80.
11. Тихомирова Л.Ф. «Упражнения на каждый день: логика для дошкольников» - Я: «Академия развития», 1997 г., стр. – 252.
12. Тихомирова Л.Ф. «Формирование и развитие интеллектуальных способностей ребенка. Дошкольники» - М: «Рольф», 2000 г., стр. – 144