

## **Программа И.А. Пазухина «Давайте познакомимся»**

### **Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет.**

**Основная цель программы:** повысить осознание ребенком своих эмоциональных проявлений и взаимоотношений и тем самым обеспечить всесторонне гармоничное развитие его личности, эмоциональный комфорт.

#### **Задачи данной программы:**

- способствовать самопознанию ребенка, помогать осознавать свои характерные особенности и предпочтения
- развивать навыки социального поведения, чувство принадлежности к группе
- помогать ребенку прожить определенное эмоциональное состояние
- учить ребенка выражать свою любовь к близким, воспитывать интерес к истории его семьи
- воспитывать заботливое отношение к животным, учить понимать их настроение
- вырабатывать у ребенка положительные черты характера, корректировать его нежелательные черты характера и поведения.
- -развивать творческие способности и воображение в процессе игрового общения с детьми.

Данная система рассчитана на работу с детьми от 4 до 6 лет.

Система работы по эмоциональному развитию состоит из 66 занятий и рассчитана на три года: средняя, старшая, подготовительные группы.

Занятия с подгруппой (10-12 человек) проводятся один раз в неделю, их продолжительность составляет от 20 до 30 минут (в зависимости от

возраста). Занятия проводятся в кабинете психолога, где участники группы могут спокойно передвигаться.

**На занятиях используется:**

- развивающие игры (на развитие навыков общения)
- упражнения (на мышечную релаксацию)
- этюды
- рассматривание рисунков
- рассказ психолога и рассказы детей
- сочинение историй
- беседы
- моделирование и анализ заданных ситуаций
- рисование
- мини-конкурсы, игры-соревнования

**В раздел 1 «Я и Я»** входят темы - Тайна моего имени, Автопортрет, Мой внутренний мир, Мой любимый сказочный герой. И собраны игры и упражнения направленные на развитие навыков самообладания и самоанализа, внимания к самому себе, к своим переживаниям и желаниям, способности различать индивидуальные особенности, свои мышечные и эмоциональные ощущения.

**В раздел 2 «Я и другие»** входят темы - Мы так похожи, Мы такие разные, Язык жестов и движений, Давайте жить дружно, Мальчики и девочки. Здесь представлены игры и упражнения направленные на развитие у детей навыков совместной деятельности, чувства общности, понимания индивидуальных особенностей людей, формирование внимательного отношения к людям и друг к другу, развитие языка жестов, мимики, пантомимики.

**В раздел 3 «Я и мои эмоции»** входят темы - Радость, удивление, страх, гнев, горе, интерес, наши эмоции. Здесь игры и упражнения направлены на

знакомство детей с различными эмоциональными состояниями людей, развитие адекватно выражать свои эмоции

**В раздел 4 «Я и животные»** входят темы - Мой ласковый и нежный зверь, общение с животными. Здесь игры и упражнения направлены на развитие умения видеть отличия человека от животного, особенности общения разных животных между собой, умения изображать животных, используя различные выразительные средства, на снятие страха перед животными.

**В раздел 5 «Я и моя семья»** вошли темы - С кем я живу, Правила домашнего этикета. Здесь игры и упражнения направлены на осознание ребенком своего места в семье и понимание внутрисемейных отношений, на осознание себя как полноправного, принимаемого и любимого домочадцами члена семьи, на развитие интереса к истории своей семьи.

В конце года проводятся итоговые занятия по темам - Путешествие в сказку, Я знаю, умею, могу. Здесь игры и упражнения направлены на повторение знаний и закрепление умений и навыков, полученных детьми в течении года, принятие ребенком самого себя и оптимизацию самооценки ребенка.