**Программа**

**развития коммуникативной сферы**

**«Развитие эмоций и навыков**

**общения у ребенка»**

**(старшая группа 5-6 лет)**

 Составлена: педагогом психологом

 Малышевой Д.А.

 Программа составлена на основании программы А. Ухановой «Развитие эмоций и навыков общения у ребенка»

**Цель: Создание условий для развития эмоционально-волевой и коммуникативной сферы старших дошкольников.**

**Задачи:**

1. Способствовать развитию произвольной саморегуляции психофизического состояния и двигательной активности детей.
2. Способствовать развитию произвольной саморегуляции эмоционального состояния детей.
3. Способствовать развитию у детей интереса к совместным со сверстниками играм и занятиям, развитию у них социальных чувств.
4. Способствовать развитию коммуникативной компетентности детей.
5. Способствовать совершенствованию коммуникативных навыков у детей.

**Описание программы:**

 Программа рассчитана на учебный год с октября по май (всего 30 занятий), из них:

 8 занятий – диагностическое обследование и индивидуальная работа с родителями.

 22 занятия – групповые занятия с детьми (при режиме занятий 1 раз в неделю)

 Оптимальный размер группы 4-5 человек. Время занятий 20-25 мин. Программа рассчитана на детей

 5-6 лет (старшая группа)

 На занятия зачисляются дети, которые на диагностике социометрического статуса получили низкий социальный статус.

**Форма проведения:**

Занятия проводятся в виде группового игрового тренинга. Занятия проводятся в кабинете психолога.

Программа состоит из трех основных частей:

1. Саморегуляция психофизиологического состояния и двигательной активности.
2. Саморегуляция эмоционального состояния.
3. Коммуникативные способности.

Четвёртая часть – индивидуальная работа с детьми и родителями: диагностика и консультации.

**Тематический план программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название части программы** | **Кол-во занятий** |
| **1** | Саморегуляция психофизического состояния и двигательной активности | 10 |
| **2** | Саморегуляция эмоционального состояния | 3 |
| **3** | Коммуникативные способности  | 11 |
| **4** | Диагностическое обследование и индивидуальная работа с родителями | 8 |
| Итого: | 30 |

**Ожидаемый результат:**

 - развитие механизмов саморегуляции и произвольности поведения;

 - формирование самооценки в соответствии с возрастом ребенка;

 - снижение уровня тревожности;

 - гармонизация межличностных отношений и коммуникативной сферы.

**Календарное планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Название части программы** | **Тема занятия** | **Задачи занятия** | **Номер занятия** |
| Октябрь  | Диагностическое обследование | Социометрия «Два домика»Тест тревожности В Амен, М.ДоркиДом –дерево-человекСамооценка «Лестница»ЦТО Люшера |  Определить социальныйстатус детей в группе сверстников. Изучить эмоционально-личную сферу детей. Определить самооценку, уровень тревожности ребенка Определение эмоциональной связи с родителями | 1-4 |
| Ноябрь  | Саморегуляция психофизического состояния и двигательной активности | Знакомство (вводное занятие) |  Познакомить детей с правилами работы в группе. Способствовать их адаптации в коррекционной группе | 5 |
| Произвольная регуляция двигательной активности и поведения (игры с правилами) |  Способствовать установлению контактов между детьми, развитию произвольной саморегуляции двигательной активности и поведения у детей | 6 |
| 7 |
| 8 |
| Декабрь | Концентрация и переключение внимания | Развитие концентрации и переключения внимания и произвольной саморегуляции двигательной активности и поведения у детей | 9 |
| 10 |
| Произвольная регуляция мышечного напряжения, расслабления, ощущения тепла, покалывания. | Развитие концентрации и переключения внимания, произвольной регуляции мышечного напряжения/ расслабления, ощущения тепла, покалывания. | 11 |
| Январь | Типы дыхания и произвольная регуляция дыхания | Познакомить детей с различными типами дыхания и возможностью произвольной регуляции дыхания, способствовать развитию концентрации и переключению внимания | 12 |
| Закрепление основных приемов релаксации и контроля | Развитие произвольной саморегуляции психофизического состояния, закрепление полученных навыков |  13 |
| 14 |
|  Февраль | Саморегуляция эмоционального состояния | Наши чувства | Развитие у детей понимания в контексте ситуации различные чувства и эмоции. Развитие узнавания эмоции по невербальным проявлениям. | 15 |
| Наши чувства | 16 |
| 17 |
| Коммуникативные способности | Сплочение группы и интерес к другому, социальные чувства | Сплочение группы.Развитие у детей интереса друг к другу и сензитивности в общении | 18 |
| Март  | Самопознание, социальный интеллект | Развитие у детей интереса друг к другу, рефлексии.Формирование адекватного позитивного образа «Я».Повышение гибкости поведения, креативности в контексте. | 19 |
| 20 |
| Преодоление деструктивных эмоций  | Развитие у детей интереса друг к другу.Формирование и закрепление навыков взаимодействия.Развитие рефлексии. | 21 |
| 22 |
| Апрель | Навыки взаимодействия | Развитие у детей интереса друг к другу.Формирование и закрепление навыков взаимодействия.Развитие рефлексии. | 23 |
| 24 |
| Творчество общения | Развитие у детей интереса друг к другу.Формирование и закрепление навыков взаимодействия. | 25 |
| 26 |
| Май | Диагностическое обследование | Социометрия «Два домика»Тест тревожности В Амен, М.ДоркиДом –дерево-человекСамооценка «Лестница»ЦТО Люшера |  Определить социальныйстатус детей в группе сверстников. Изучить эмоционально-личную сферу детей. Определить самооценку, уровень тревожности ребенка Определение эмоциональной связи с родителями | 27-30 |

**Тематическое планирование занятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ занятия** | **Название занятия** | **Структура занятий** |
| 1-4 | Диагностика | Индивидуальное диагностирование |
| 5 | Знакомство (вводное занятие) | 1. Игра «Меня зовут…»2. Игра «Это про меня»3. Игра «Волшебный колокольчик»4. Игра «Наш дом»5. Игра «До свидания»  |
| 6 | Произвольная регуляция двигательной активности и поведения (игры с правилами) | 1. Игра «Здравствуй»2. Игра «Назови друга»3. Игра «Звери отомри»4. Игра «Строим башню»5. Игра «Мыши и совы»6. Игра «Носим кубики на голове»7. Игра «До свидания» |
| 7 | 1. Игра «Назови друга»2. Игра «Поймай мяч»3. Игра «Гномы великаны»4. Игра «Разрезные картинки»5. Игра «Запрещенное движение»6. Игра «Небо, земля, вода»7. Игра «До свидания» |
| 8 | 1. Игра «Назови друга»2. Игра «Волшебный колокольчик». 3. Игра «Домик»4. Игра «Носим кубики»5. Игра «Гномы и великаны»6. Игра «До свидания» |
| 9 | Концентрация и переключение внимания | 1.Игра «Повтори ритм»2. Игра «Волшебный танец»3. Игра «Бывает-не бывает»4. Игра «Возьми любую игрушку кроме…»5. Игра «Золушка»6. Игра «До свидания» |
| 10 | 1. Игра «Повтори ритм»2. Игра «Запрещенное движение»3. Игра «Поймай мяч»4. Игра «Путешествие божьей коровки»5. Игра «Найди ошибку»6. Игра «До свидания» |
| 11 | Произвольная регуляция мышечного напряжения, расслабления, ощущения тепла, покалывания. | 1. Игра «Путешествие»2. Игра «У костра»3. Игра «Пожалуйста»4. Игра «Исследователи»5. Игра «Бабушкины помощники»6. Игра «До свидания» |
| 12 | Типы дыхания и произвольная регуляция дыхания | 1. Игра «Кто как дышит»2. Игра «Деревья в лесу»3. Игра «Пушинка»4. Игра «Морские ежики»5. Игра «Воздушный футбол»6. Игра «До свидания» |
| 13 | Закрепление основных приемов релаксации и контроля | 1. Игра «Повтори ритм»2. Игра «Капитан»3. Игра «Кто дольше прогудит»4. Игра «Поймай мяч»5. Игра «Мыши и совы»6. Игра «Черепашки»7. Игра «До свидания» |
| 14 | 1. Игра «Колокольчик звенит»2. Игра «Запрещенное движение»3. Игра «Цветы и солнце»4. Игра «Золото пирата»5. Игра «Воздушный шар»6.Игра «Иванушка»7. Игра «До свидания» |
| 15 | Наши чувства | 1. Игра «Радостная песенка»2. Игра «О хорошем расскажи»3. Задание «Чувства в домиках»4.Задание «Нарисуй чувства»5. Игра «Хэй» |
| 16 | 1. Игра «Назови друга»2. Игра «Какое у меня настроение»3. Лото «Зоопарк настроений»4. Игра «Кто в теремочке живет»5. Творческое задание «Кто в теремочке живет» |
| 17 | 1. Игра «Назови друга»2. Игра «На что похоже мое настроение»4. Игра «Здравствуйте ребята»5. Коллаж «Цветок настроения» |
| 18 | Сплочение группы и интерес к другому, социальные чувства | 1. Игра «О хорошем расскажи»2. Игра «Сладкая игра»3. Игра «Заводила»4. Игра «Скажем вместе»5. Игра «Передай мяч»6. Игра «Сколько пальцев» |
| 19 | Самопознание, социальный интеллект | 1. Игра «Цвет моего настроения»2. Игра «В кого я превращусь»3. Игра «Как высоко я прыгну»4. Игра «Звери, птицы, небылицы»5. Игра «Наимудрейший, или Что делать, когда трудно» |
| 20 | 1. Игра «Клубочек»2. Игра «Игрушки знакомятся»3. Игра «Палочки»4. Задание «Получи рукавичку» |
| 21 | Преодоление деструктивных эмоций  | 1. Игра «Мне нравится в тебе»2. Игра «Мартышки и зеркала»3. Игра «Магазин попроси»5. Задание «Рисуем вдвоем» |
| 22 | 1. Игра «Мне нравится в тебе»2. Игра «Зоопарк»3.Игра «Собери свои картинки»4. Игра «Бабочка»5. Игра «Комплимент» |
| 23 | Навыки взаимодействия | 1. Игра «Что я люблю»2. Игра «Что у меня на спине»3. Игра «Телепаты»4. Игра «День рождения» |
| 24 | 1. Игра «Зоопарк»2. Игра «Скульптор»3. Задание «Рисуем группой» |
| 25 | Творчество общения | 1. Игра «О хорошем расскажи»2. Игра «В магазине игрушек»3. Игра «Веревочка»4. Игра «Дорисуй» |
| 26 | 1. Игра «Зоопарк»2. Игра «Составляем картинку»3. Игра «Подарки от друзей» |
| 27-30 | Диагностика | Индивидуальное диагностирование |