

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 57» г. Ярославля**

Утверждена  
Приказом 01/09-01 от 28.08.2020  
Заведующий МДОУ «Детский сад № 57»  
Соловьева И.В.



**Программа социально-эмоционального развития детей  
дошкольного возраста  
муниципального дошкольного  
образовательного учреждения  
«Детский сад № 57»**

Принята на заседании педсовета.  
Протокол № 3 от 27.08.2020 г.

Ярославль 2020 г.

### **Пояснительная записка.**

Программа социально-эмоционального развития детей в первую очередь решает задачу социализации ребенка. Благодаря развитию эмоционального интеллекта и навыков коммуникации улучшаются взаимоотношения в группе сверстников, а семейные задания способствуют созданию доброжелательной атмосферы в семье воспитанников.

Занятия отличаются многообразием форм и содержания, что способствует поддержанию интереса и расширению кругозора.

Предложенные инструменты и техники применимы и за рамками специальных занятий, они легко интегрируются в другие виды деятельности дошкольника и школьника, в том числе в область предметного преподавания, влияя на мотивацию детей и, как следствие, их академическую успеваемость.

Программа является важным элементом средообразования и создает условия для формирования в образовательной организации культуры, готовой к изменениям и развитию. Особое внимание в программе уделено вовлечению родителей, так как максимальная эффективность обучения может быть достигнута только при условии сотрудничества всех сторон — участников образовательного процесса: детей, педагогов и родителей.

Сегодняшние дошкольники растут в новой среде, материально-технические и информационные условия которой существенно отличаются даже от тех, что были 5—10 лет назад. Программа учитывает изменившуюся социальную ситуацию развития детства. Она обеспечивает качество психолого-педагогического процесса в дошкольном учреждении, условия и результаты его предоставления, полностью отвечает требованиям, которые сегодня предъявляют детскому саду семья и общество, гарантируя вариативность индивидуальных траекторий развития детей дошкольного возраста.

## *Эмоциональное развитие*

На протяжении детства развитие эмоциональных процессов тесно связано с регуляцией деятельности. Если на ранних ступенях развития эмоции возникают в виде непосредственной оценки воспринимаемой ситуации, то на более поздних ступенях они могут появляться до выполнения действия в виде эмоционального предвосхищения его возможных последствий. Эмоциональное предвосхищение возникает благодаря специфической деятельности ребенка, сочетающей аффективные и познавательные процессы. Будучи определенным образом подготовленными к взаимодействию в социальной среде уже с рождения, в течение первых лет жизни дети демонстрируют бурное развитие способностей, помогающих им быстро пройти адаптацию и научиться понимать окружающих людей. Первоначально социализацию эмоциональной сферы ребенка определяет появление механизмов эмоциональной синтонии (заражения) и эмоциональной децентрации (умения понимать чувства других людей, отделять их от собственных переживаний).

Синтония как эмоциональное заражение появляется в период новорожденности и развивается от целостной совокупности переживаний безотносительно субъекта переживаний до сложных форм сопереживания. В дошкольном детстве синтония теряет свое значение, так как ребенок уже достаточно независим от влияния ситуации, и само по себе эмоциональное состояние даже близкого человека уже не «заражает» его. Постепенно у ребенка появляется способность поставить себя в положение другого человека и пережить его успех и неудачи как свои, происходит децентрация.

Децентрация рассматривается как механизм преодоления эгоцентризма. Позиция ребенка меняется в результате сопоставления и интеграции позиций, отличных от его собственной. В основе эмоциональной (аффективной) децентрации лежит феномен позиционного эмоционального переключения, изначально произвольного. На протяжении развития ребенка появляются новые сложные формы социальных переживаний —

сопереживание, сочувствие, содействие другому лицу, необходимые для совместной деятельности и общения и определяемые как различные формы протекания эмпатийных переживаний. Это позволяет интерпретировать эмпатию как продукт социализации личности. Понятие социализации включает в себя освоение культуры человеческих отношений, социальных норм, видов деятельности, ролей, форм общения, и содержательная сущность эмпатии определяется специфическими способами «освоения культуры человеческих отношений», основанными на эмоциональном принятии и осознании переживаний другого человека. Эмпатийные реакции младенца проявляются в форме эмоциональной идентификации и осуществляются через заражение и подражание. В раннем детстве расширяется диапазон эмпатийного реагирования, эмпатия проявляется уже не только по отношению к близким родственникам, но и к сверстникам. К трем годам появляются признаки эмоциональной децентрации, и это позволяет ребенку дифференцировать свои переживания как существующие отдельно от окружающего мира. Однако основным механизмом эмпатии при переходе от раннего к дошкольному возрасту остается идентификация.

Программа строится на базе *теории эмоционального интеллекта* (Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо), теории деятельности, культурно-исторического, субъектного подходов. Важным принципом является междисциплинарный подход, который позволяет рассматривать развитие личности ребенка в единстве его эмоционально-личностных, познавательных и поведенческих качеств.

*Теория эмоционального интеллекта* (Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо) исходит из единства эмоций и интеллекта. Под эмоциональным интеллектом обычно понимают способность воспринимать и выражать эмоции, понимать и объяснять намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, видеть причинно-следственные связи, регулировать эмоции (свои собственные и других людей), учитывать знания об эмоциональных состояниях в поведении, использовать знания об

эмоциональном мире в решении задач. В ней выделяются следующие составляющие эмоционального интеллекта:

- *восприятие и идентификация эмоций* – способность распознавать свои эмоции и эмоции других людей по их внешним проявлениям (мимике, жестам, голосу и т.д.);

- *понимание эмоций* – умение определять причины возникновения эмоций, видеть связь между мыслями, поведением и эмоциями, предугадывать, как изменится эмоциональное состояние в ближайшем будущем, понимать сложные эмоции и чувства – как свои, так и других людей;

- *управление эмоциями* – умение регулировать свое эмоциональное состояние, его интенсивность и проявление эмоций, оказывать влияние на эмоциональное состояние других людей;

- *использование эмоций* – способность задействовать эмоции для решения актуальных задач, выстраивание взаимодействия.

*Теория модели психического, или модель психического состояния, разрабатывает* возможность «чтения» социального мира, возможность понимать свой психологически мир – намерения, желания, чувства и т.п., а также психический мир других людей. Без развития этой способности невозможны ни социализация, ни усвоение социальных правил и норм, ни адаптация к меняющимся условиям социальных отношений.

*Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского* дает основания для понимания особенностей социального партнерства, целей и задач на каждом конкретном этапе развития. Согласно *теории деятельности*, развитие осуществляется в активном взаимодействии ребенка с окружающими людьми, предметами, социальной и естественной средой, ребенок обучается и воспитывается в процессе деятельности. *Субъектный подход* делает акцент на индивидуальности и полномочном участии ребенка в процессе обучения и воспитания. Ребенок – не объект обучения и воспитания, а его субъект.

В данной программе тематические разделы сохраняются, постепенно расширяясь и углубляясь из года в год. Ее участники в ходе работы учатся понимать себя, с уважением относиться к своему эмоциональному миру и эмоциям других людей, понимать и принимать свои чувства и на основе этого понимания управлять ими, строить отношения с другими людьми и миром.

## Целевой раздел

Цели программы определяются теми новыми требованиями, которые предъявляет к воспитанию подрастающего поколения современное российское общество с его демократическими тенденциями развития. Будущие граждане должны стать свободными и ответственными, обладать чувством собственного достоинства и с уважением относиться к другим, быть способными на собственный выбор и с пониманием воспринимать мнения и предпочтения окружающих.

**Цель программы:** Создать условия для развития личностного потенциала детей дошкольного возраста.

### **Задачи:**

1. Внедрить новые образовательные технологии, направленные на повышение личностной свободы всех участников образовательных отношений, развитие активности, самостоятельности, поддержки инициативы воспитанников.

2. Обеспечить социально-эмоциональное развитие воспитанников, в том числе посредством встраивания в образовательную программу комплекса СЭР.

3. Создать среду, в том числе и предметную, для социально-эмоционального развития всех участников образовательных отношений.

**Раздел 1 программы «Восприятие и понимание причин эмоций»** призван научить детей осознанно воспринимать свои собственные эмоции — чувства и переживания, — а также понимать эмоциональные состояния других людей.

Педагог знакомит детей с языком эмоций, выразительными средствами которого являются позы, мимика, жесты; обучает им пользоваться как для проявления собственных чувств и переживаний, так и для понимания эмоционального состояния других.

Педагог способствует постепенному осознанию детьми того, что одни и те же предметы, действия, события могут быть причиной различных

эмоциональных состояний, вызывать разное настроение; что свое внутреннее отличие от других людей и схожесть с ними мы познаем, сравнивая чужие и свои собственные ощущения и переживания.

**Раздел 2 программы «Эмоциональная регуляция»** предполагает решение задач по саморегуляции. В то же время педагог должен помочь ребенку осознать свои характерные особенности и предпочтения, понять, что он, как и каждый человек, уникален и неповторим. Для того чтобы быть успешным в делах, уметь общаться с разными людьми, каждый ребенок должен знать, что он может, а что ему пока не удастся. Его возможности еще ограничены, но они совершенствуются и развиваются — завтра он обязательно сделает то, чего не смог сегодня. Поэтому педагогу необходимо постоянно поддерживать каждого ребенка в разных ситуациях — как успеха, так и неудачи. Иными словами, в любом случае взрослые должны помогать ребенку поверить в свои силы.

**Раздел 3 «Социальное взаимодействие»** предполагает обучение детей этически ценным формам и способам поведения в отношениях с другими людьми. Это — формирование коммуникативных навыков; умения установить и поддерживать контакты, кооперироваться и сотрудничать, избегать конфликтных ситуаций.

Педагоги обучают детей нормам и правилам поведения, на основе которых в дальнейшем складываются этически ценные формы общения.

Педагоги помогают ребенку понять, как легко может возникнуть ссора или даже драка, способствуют осознанию причин конфликтов, обучают способам и приемам их самостоятельного разрешения.



## **Планируемые результаты освоения программы**

В соответствии с ФГОС ДО результаты освоения программы определяются в виде целевых ориентиров.

- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, старается разрешить конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам;
- способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности;
- понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, их физических и психических особенностей;
- проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готов прийти на помощь к тем, кто в этом нуждается;
- достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания;
- может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения;
- эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства.

## **Диагностика результатов освоения программы.**

Основным инструментом оценки является наблюдение за детьми как в ходе занятий, так и в остальное время.

1. Идентификация и понимание причин эмоций
2. Эмоциональная регуляция
3. Социальное взаимодействие.

## **Организационно-методическое обеспечение Программы**

В течение учебного года работа по Программе будет проводиться систематически. Педагоги могут гибко распределять ее содержание в течение дня. Работа по Программе будет включена в образовательную деятельность по познанию, которая планируется в первой половине дня. Что же касается игры, театрализованной деятельности, других видов нерегламентированной деятельности детей, то эти формы работы могут осуществляться как до обеда, так и во второй половине дня.

Особая специфика Программы состоит в том, что даже конкретно запланированная тема может не ограничиваться рамками одного занятия, так как нельзя заранее обозначить всю гамму спонтанно возникающих ситуаций и сложностей. От педагога могут потребоваться дополнительные объяснения, ответы на вопросы, организация игровой ситуации, привлечение соответствующей художественной литературы и т. д.

**Планирование образовательной деятельности по программе  
«Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста»  
в старшей группе (дети 5-6 лет)**

<b>Раздел</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Количество занятий</b>	
Введение (2 занятия)	<b>Тема 1. Индивидуальность и многообразие в группе.</b> Занятие 1. Портрет моего Я	1	
	<b>Тема 2. Проявление эмоций в группе. Правила группы.</b> Занятие 2. Дом в окошках — словно сыр. Много-много в нем квартир	1	
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (12 занятий)	<b>Тема 3. Многообразие эмоций.</b> Занятие 3. Происшествие в цветнике	1	
	<b>Тема 4. Радость и грусть. Признаки и причины.</b> Занятие 4. Почему мы грустим и радуемся	1	
	<b>Тема 5. Страх. Признаки и причины. Вред и польза страха.</b> Занятие 5. Где живут страшные монстрики?	1	
	<b>Тема 6. Злость. Признаки и причины злости.</b> Занятие 6. Как договориться со злыми монстриками	1	
	<b>Тема 7. Отклик тела на эмоции. Выражение эмоций мимикой, позой, движением.</b> Занятие 7. Мой калейдоскоп эмоций. Занятие 8. Мой калейдоскоп эмоций (продолжение)	2	
	<b>Тема 8. Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи.</b> Занятие 9. Как услышать чужие эмоции. Занятие 10. Давай придумаем сказку	2	
	<b>Тема 9. Разнообразие эмоций в поэзии и живописи. Интерес, удивление.</b> Занятие 11. Приключение линии на холсте. Занятие 12. Встреча с ожившей картиной	2	
	<b>Тема 10. Эмоции и музыка.</b> Занятие 13. Я слышу и чувствую музыку. Занятие 14. Как слова подружились с музыкой	2	
	Раздел 2. Эмоциональная регуляция (6 занятий)	<b>Тема 11. Основы саморегуляции.</b> Занятие 15. Пять важных шагов. Занятие 16. Как изменить своё настроение	2
		<b>Тема 12. Регуляция эмоций и поведенческих проявлений при взаимодействии в группе.</b> Занятие 17. Вместе интереснее. Занятие 18. Как договориться с сильными эмоциями	2
<b>Тема 13. Творческое выражение эмоций как способ саморегуляции.</b> Занятие 19. Мой разноцветный день. Занятие 20. Что хранится в моём сердце		2	
Раздел 3. Социальное взаимодействие (10 занятий)	<b>Тема 14. Навыки коммуникации — установление отношений и сотрудничество.</b> Занятие 21. Раз, два, три, четыре, пять, я хочу с тобой играть. Занятие 22. Давай играть вместе!	2	
	<b>Тема 15. Эмпатия. Оказание эмоциональной</b>	3	

	<b>поддержки. Взаимопомощь.</b> Занятие 23. Раз, два, три, четыре, пять, мы в поход идём играть. Занятие 24. Секреты понимания. Занятие 25. Если друг не смеётся, подари ему солнце	
	<b>Тема 16. Конфликты и разногласия. Эффективное поведение в ситуации конфликта.</b> Занятие 26. Слушай свою Птицу души. Занятие 27. Надо постараться, чтоб ни с кем не драться	2
	<b>Тема 17. Эмоции и театр.</b> Занятие 28. Волшебные превращения простых вещей. Занятие 29. Я играю в теневом театре	2
	<b>Заключительное занятие.</b> Занятие 30. Путешествие в городе эмоций	1

**Планирование образовательной деятельности по программе  
«Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста»  
в старшей группе (дети 6-7 лет)**

<b>Раздел</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Количество занятий</b>	
Введение (2 занятия)	<b>Тема 1. Разнообразие и уникальность в группе.</b> Занятие 1. Мой портрет в цифрах и рисунках	1	
	<b>Тема 2. Правила взаимодействия в группе.</b> Занятие 2. Где стоит буква «Я» в алфавите?	1	
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (13 занятий)	<b>Тема 3. Многообразие эмоций: радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес.</b> Занятие 3. Я состою из эмоций. Занятие 4. Чувства разные нужны. Занятие 5. Пишу первое письмо	3	
	<b>Тема 4. Органы чувств и эмоции.</b> Занятие 6. Я доверяю своим ощущениям. Занятие 7. Играю в ассоциации	2	
	<b>Тема 5. Выражение и распознавание эмоций по невербальным признакам.</b> Занятие 8. Как договориться без слов. Занятие 9. Что может сказать моё тело	2	
	<b>Тема 6. Выражение и распознавание эмоций по звукам, вербальным признакам.</b> Занятие 10. Как звучат эмоции? Занятие 11. Оркестр моего настроения	2	
	<b>Тема 7. Искусство — источник эмоций.</b> Занятие 12. Скучное я сделаю интересным. Занятие 13. Моё ателье цвета	2	
	<b>Тема 8. Распознавание эмоций в поэзии. Влияние иллюстрации на эмоциональное восприятие текста.</b> Занятие 14. Страница из моей книги эмоций. Занятие 15. Я рисую стихи	2	
	Раздел 2.	<b>Тема 9. Приемы саморегуляции.</b>	2

Эмоциональная регуляция (6 занятий)	Занятие 16. Как заявить о себе? Занятие 17. Искусство моего дыхания	
	<b>Тема 10. Арт-территория: эмоции через творчество.</b> Занятие 18. Я могу рисовать свои эмоции. Занятие 19. Играю с искусством	2
	<b>Тема 11. Регуляция эмоциональных состояний при взаимодействии в группе.</b> Занятие 20. Превращение моих эмоций. Занятие 21. Игра в собирателей	2
Раздел 3. Социальное взаимодействие (10 занятий)	<b>Тема 12. Установление и поддержание дружеских отношений.</b> Занятие 21. Как стать хорошим другом? Занятие 22. Мой питомец мне друг	2
	<b>Тема 13. Эмпатия. Навыки оказания эмоциональной поддержки. Взаимопомощь.</b> Занятие 23. Как помочь другу? Занятие 24. Я смогу поделиться с тобой	2
	<b>Тема 14. Конфликты и их профилактика. Решение конфликтных ситуаций.</b> Занятие 25. Давай жить дружно. Занятие 26. Кубик согласия. Занятие 27. Где найти хорошее настроение?	3
	<b>Тема 15. Этика поведения. Обращение за помощью — просьба и требование.</b> Занятие 28. Зачем быть вежливым?	1
	<b>Тема 16. Социальные компетенции.</b> Занятие 29. Я сочиняю игру. Занятие 30. Учимся играя	2