Наименование конкурса:

**Всероссийский конкурс профессионального мастерства**

**«Педагог-психолог России - 2020»**

Конкурсное испытание:

**«Защита реализуемой психолого-педагогической практики»**

Название документа:

«Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

Фамилия, имя, отчество, должность и место работы конкурсанта:

**Цицулина Олеся Михайловна,**

педагог-психолог,

МДОАУ ЦРР-д/с «Фантазия»

Наименование региона конкурсанта: **Ханты-Мансийский автономный округ-Югра,** г. Пыть-Ях

**Общая информация о коррекционно-развивающей, просветительской, профилактической программе или образовательном (социально-психологическом) проекте**.

**Тема психолого-педагогической программы:** Программа социально-эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста **«Путешествие в страну эмоций».**

**Тип программы**: парциальная **развивающая** психолого-педагогическая программа.

**Актуальность программы.** Один их главных критериев государственного образовательного стандарта дошкольного образования–социализация и индивидуальное развитие ребенка, максимальное раскрытие его личностного потенциала. Личностное развитие ребенка на уровне дошкольногообразования происходит в процессе его социализации и адаптации в коллективе сверстников. Существенные изменения в становлении личности детей дошкольного возраста происходят благодаря развитию способности осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональные состояния других людей.

Сегодняшние дошкольники растут в новой социально-экономической среде, условиях, которые отличаются цифровизацией, когда виртуальный мир заменяет реальное общение и коммуникацию. Но при этом дошкольникиеще не умеют управлять своим поведением, импульсивны, часто находятся в «в плену эмоций». Программа учитывает изменившуюся социальную ситуацию развития ребенка.

Актуальность данной программызаключается в том, что, закладывая надежное основание в социально-эмоциональном развитии ребенка, она помогаетдошкольнику овладеть способами пониманияи контроля своих переживаний, распознавания чувств других людей, регуляции собственного поведения, что особенно важно в старшем дошкольном возрасте, главным новообразованием которого является произвольность поведения.

Новизна программы заключается в том, что в ее основу леглатеория эмоционального интеллекта как способности понимания психических состояний своих и другого человека. С помощью модели эмоционального интеллекта (Сергиенко Е.А., Хлевная Е.А., Ветрова И.И., Мигун Ю.П.) реализована идея единства эмоций и интеллекта, взаимодействия интеллектуальной и эмоциональной сферы.

**Цель программы**: социально-эмоциональное развитие, позитивная социализациядетей старшего дошкольного возраста.

**Задачи**:

1. Развитие способностиадекватного пониманиясвоихи эмоции других людей;

2. Расширение представлений дошкольников об эмоциональных состояниях, их проявлениях, причинах эмоций;

3. Развитие навыков социального взаимодействия, навыков эмоциональной регуляции поведения;

4. Развитие эмпатии, стрессоустойчивости;

5.Повышение уровня психологической компетентности педагогов и родителей в вопросах эмоционального и социального развития детей дошкольного возраста.

**Целевая аудитория**: дети старшего дошкольного возраста (5-7 лет) и их родители (законные представители), педагоги.

**Ожидаемые результаты программы:**

**Ожидаемые результаты** включают следующие характеристики возможных достижений ребенка:

- ребенок, вступает в конструктивное взаимодействие со сверстниками со сверстниками;

- ребенок определяет эмоции по мимике без уточнения детали;

- различает эмоции героев на картинке по мимике, позе;

- может демонстрировать эмоции при помощи жестов и движений;

- развиты его способности к осознанию эмоций − как своих, так и окружающих;

- проявляет зрелость и эффективность эмоциональных реакций;

- ребенок социализирован;

- умеет использовать эмоции как ресурс для эффективного познания, мышления и принятия решений; легко адаптируется к новым условиям.

**родителей**:

- повышение компетентности родителей в вопросах воспитания и развития ребенка;

- родитель принимает ребенка, легко устанавливают партнерские отношения со своими детьми, педагогами, другими родителям.

**педагогов**:

- повышение педагогической компетентности педагогов вопросах социально-эмоционального развития.

**Научно-методическое обоснование программы**

Программа опирается на теоретический синтез зарубежных концепций развития эмоционального интеллекта (Дж.Мэйера, П.Сэловея и Д.Карузо) и положение отечественной психологии о развитии ребенка старшего дошкольного возраста. Программа социально-эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста «Путешествие в страну эмоций».

Программа разработана на основе первой российской методики комплексногои системного развития эмоционального интеллекта, направленной на повышение уровня социализации детей дошкольного возраста «Академия Монсиков», разработанной отечественными специалистами под руководством психолога и эксперта Виктории Шиманской. Программа дополнена и адаптирована к работе в детском саду (36 занятий).Методика отвечает требованиям Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образованияи направлена на вариативность, поддержку детской инициативы, обеспечение эмоционального благополучия.

В российской модели развития эмоционального интеллекта в большей степени объединены две разновидности интеллекта - социальный и эмоциональный. Появление методики «Академия Монсиков» позволило системноподойти к развитию детского эмоционального интеллекта.

**Эмоциональный интеллект** – это способность понимать свои и чужие эмоций, чувства и переживания для эффективного взаимодействия с окружающим миром.

**Этапы психолого-педагогической программы**

**Подготовительный этап.**Изучение особенностей эмоционально-социального развития дошкольников: особенностей опознания эм состояний другого человека по невербальным проявлениям (мимике), изучение особенностей социализации и др. Планирование деятельности по социально-эмоциональному развитию дошкольников на основе полученных результатов.

**Основной этап**. Реализация программы Программа социально-эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста «Путешествие в страну эмоций».

**Заключительный этап.** Повторная диагностика социально-эмоционального развития детей. Подготовка рекомендаций (памяток) педагогам и родителям.

**Принципы построения программы**

1. Базовый принцип программы – положение о единстве аффекта и интеллекта, эмоционального и рационального – принципиально неразрывных звеньев в психическом развитии.
2. Принцип развития социально-эмоциональной компетентности. Психическое развитие ребенка, развитие его личности может быть усилено за счет некогнитивных факторов (эмоциональная грамотность, способность к саморегуляции).
3. Принцип механизма интериоризации и опосредования эмоциональных представлений, основывающийся на обогащении и расширении знаний об эмоциях через проживания в игровых ситуациях и осознании необходимости их учета в общении.

**Методы и технологии реализации программы:**

- элементы сказкотерапии;

- игротерапия (сюжетно-ролевые игры, игры и упражнения на эмоции и эмоциональный контакт, коммуникативные игры; игры, направленные на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения дидактические игры);

- психогимнастика;

- рисуночные методы;

- элементы Арт-терапии;

- релаксационные методы;

- музыкатерапия;

- социальная терапия;

- дыхательная гимнастика;

- мимическая гимнастика;

- элементы кинезиотерапии.

Также в программе используются сюжетные линии проекта «Академия Монсиков», а именно добрые сказочные герои Монсики, которые помогают детям освоить шаги развития эмоционального интеллекта через игровой процесс. Задача Монсиков– научить детей лучше понимать себя и окружающих. Например, герой Хохотайка помогает создавать радость, Нескучайка умеет находить интерес всюду и во всем, Бесстрашный – побеждать страхи, Помогайка дает советы, как строить доверие.

Для раскрытия всех возможностей эмоциональной сферы детям необходимо пройти в рамках данной программы 5 этапов игрового образовательного процесса:

– осознанность;

– мотивация;

– самооценка;

– интеллект;

– самореализация.

Каждый этап позволяет освоить модели восприятия, осознания и взаимодействия с действительностью: «я чувствую», «я хочу», «я могу», «я знаю», «я делаю» соответственно.

Один из основных приемов программы является вовлеченность детей в игровой процесс (педагогика смыслов). Вовлеченность зависит от того, понимает ли ребёнок смысл заданий – для чего мы это будем делать? Зачем это ему? Как он сможет применить это в реальной жизни?

За методическую основу реализации программы взята модель развития эмоционального интеллекта предложенная В. Шиманской.

Для работы с конкретными навыками методика предлагает пять этапов игрового образовательного процесса: осознанность, мотивация, самооценка, интеллект, самореализация. Каждый этап позволяет освоить модели восприятия, осознания и взаимодействия с действительностью: «я чувствую», «я хочу», «я могу», «я знаю», «я делаю» соответственно.

1.Этап ***«я чувствую»*** – включение всех сенсорных систем в процессе обучения помогает эффективному усвоению информации (поэтому каждое занятие рекомендуется начинать с интересных интерактивных упражнений, дыхательной гимнастики)

2. Этап ***«я хочу»*** – работа с мотивацией (автор методики на данном этапе объединяет психологию и драматургию: каждое занятие- это необыкновенное приключение, в котором, ребёнок, желая помочь монсикам спасти долину или отыскать краску радости, говорит «хочу» и готов воспринимать любую информацию)

3. Этап ***«я знаю»***: знания преподносится тогда, когда ребёнок максимально готов их усвоить

4. Этап ***«я могу»***: позитивная обратная связь на каждом уроке – важный этап закрепления навыка и поддержания самооценки ребёнка.

5. Этап ***«я делаю»***: задача обучения – передать ребёнку навык и мотивацию к его применению.

**Структура психолого-педагогической программы**.

Программа рассчитана на 2 года и состоит из трех разделов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Введение |  | 2ч |
| 1 раздел | Знакомство с базовыми эмоциями | 10 ч |
| 2 раздел | Восприятие и понимание причин эмоций | 10 ч |
| 3 раздел | Эмоциональная регуляция и социальное взаимодействие | 14 ч |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел** | **Тема** | **Количество занятий** |
| **Введение** | **Тема 1. Мир эмоций.**  Занятие 1.Кто такие Монсики?  **Тема 2. Проявление эмоций в группе**. Занятие 2. Правила группы. | 1  1 |
| **1 раздел.**  **Знакомство с базовыми эмоциями** | **Тема 1.Многообразие эмоций**.  Занятие 3. Путешествуем по волшебной долине.  Занятие 4. Путешествуем вместе с монсиками.  **Тема 3**. **Радость и грусть**.  Занятие 5. В гостях у Хохотайки.  Занятие 6. В гостях у Грустякина.  **Тема 4. Страх.**  Занятие 7. Монсик Бесстрашный и пещера страха.  **Тема 6. Злость.**  Занятие 8. Зловулкан.  **Тема 7. Интерес.**  Занятие 8. В гостях у Сомневайки.  **Тема 8**. **Удивление.**  Занятие 9. Знакоство с Нескучайкой.  **Тема 9**. **Все мои эмоции.**  Занятие 10. Волшебный портал.  **Тема 10. Компас эмоций.**  Занятие 11. Знакомство с братьями Смысликами.  Занятие 12. Мими и краска красоты. | 2  2  1  1  1  1  1  2 |
| **2 раздел. Восприятие и понимание причин эмоций** | **Тема 11.Радость. Признаки и причины.**  Занятие 13. Играем с Хохотайкой.  Занятие 14. Что меня радует?  **Тема 12. Грусть**. **Признаки и причины.**  Занятие 15. Озеро грусти.  Занятие 16. Знакомство с Помогайкой.  **Тема 13. Страх. Причины, вред и польза.**  Занятие 17. Путешествуем по долине Монсиков.  Занятие 18. Исследуем пещеру страха с вместе с монсиком Бесстрашным.  **Тема 14. Эмоции и мимика. Учимся выражать эмоции.**  Занятие 19. Мой калейдоскоп эмоций.  Занятие 20. Мой калейдоскоп эмоций (продолжение).  **Тема 16. Эмоции в музыке и живописи.**  Занятие 21.Краски Эмоций.  Занятие 22. Краски Эмоций и Комета Разочарований. | 2  2  2  2  2 |
| **3 раздел. Эмоциональная регуляция и социальное взаимодействие.** | **Тема 17.Основы саморегуляции.**  Занятие 23. Город спокойствия.  Занятие 24. Эмоции – мои друзья.  Занятие 25. Советы Помогайки.  Занятие 26. В гостях у Успевайки.  **Тема 19. Эмпатия и поддержка.**  Занятие 27. Секреты понимания.  Занятие 28. «Раз, два, три, четыре, пять – вместе будем мы играть»  Занятие 29. «Коробочка эмоций».  Занятие 30. «Если друг не смеется…».  **Тема 20.** **Конфликты и разногласия**  Занятие 31. Знакомимся с Миротворцем.  Занятие 32. В гостях у монсика Миротворца.  **Тема 21. Навыки коммуникации.**  Занятие 33. Путешествует вместе!  Занятие 34. Вместе интереснее.  Занятие 35. Секреты дружбы.  36.**Заключительное занятие**. Бал в «Академии Монсиков». | 4  4  2  3  1 |

**Структура занятий.**

Занятия состоят из трех этапов:

1. Разминка (приветствие).
2. Основная часть.
3. Заключительная часть (подведение итогов).

**Разминка** ставит собой цель подготовить детей к непривычной для них форме занятия. Подчеркивается необходимость говорить по очереди, слушать друг друга, соблюдать очередность в игре.

**Основная часть** представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач каждого развивающего комплекса.

**Заключительная часть** ставит своей основной целью снятие у детей эмоционального возбуждения (релаксационные дыхательные и мышечные упражнения, элементы психогимнастики) в заключительной части занятия осуществляется опрос детей по наиболее интересным и трудным заданиям, могут выдвигаться задачи следующий встречи.

Первая и заключительная части занятия включают в себя **ритуалы приветствия и прощания** – важные моменты работы с группой. Они позволяют сплачивать детей, акцентировать внимание, вызывать заинтересованность, развивать коммуникативные и социальные навыки детей. Основная цель ритуала – синхронизация, приведение в соответствие биологических и психологических ритмов, нацеливание на определенные действия, обозначающие начало деятельности, либо окончание деятельности – ритуал прощания.

**Список литературы:**

1. Запорожец А. В. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного

возраста. - М., Педагогика, 1986.

2. Кряжева Н. Л.Развитие эмоционального мира детей. - М., 1997.

3. Развитие познавательной и эмоциональной сфер дошкольников. Методические рекомендации. Под ред. А.В. Можейко - М: ТЦ Сфера, 2009.

4. Кряжева Н.Л.«Развитие эмоционального мира детей». - Ярославль: Академия развития, 1997.

5. Чистякова М.И. «Психогимнастика».- М.: Педагогика, 1990.

6. Шиманская В.А., Огородник О.Я. «Академия Монсиков» Базовый

курс развития эмоционального интеллекта - М., Просвещение, 2018.

Представленное на видео занятие из второго раздела «Восприятие и понимание причин эмоций».

Приложение 1.

**Конспект психолого-педагогического мероприятия с детьми старшего дошкольного возраста**

**«Путешествие в долину Монсиков»**

**Цель**: научить детей различать эмоции, определять их причины.

**Задачи:**

- научить различать эмоции по мимике (страх, радость)

- определять причины эмоций у себя и у других

- способствовать развитию навыкам саморегуляции через различные способы

- расширять **эмоциональный словарь.**

**Оборудование:** Интерактивная доска с проектором, зеркало на каждого ребенка, ведерко и игрушка «Темнострах» по количеству детей, 3д фигурки монсика Хохотайки, искусственные камешки.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Содержание** | **Деятельность педагога** | **Деятельность детей** | **РППС** |
| Организационный момент.  *2 мин* | Приветствие  Эмоциональная разминка | - Здравствуйте, ребята, сегодня мы продолжим с вами путешествовать по Долине Монсиков.  А что нужно сделать, чтобы нам хватило сил на путешествие по Монсиленду?  Правильно! Вместе с монсиками сделать эмоциональную зарядку!  **Эмоциональная зарядка**  *«Мир эмоций, он огромен*  *Он бескрайний, словно море,*  *Каждый может заблудиться*  *В своих чувствах ошибиться.*  *Но не стоит слезы лить!*  *Нужно нам смелее быть!*  *Чтобы больше не теряться,*  *Мы начнем тренироваться:*  *Улыбнёмся мы вот так,*  *Застесняемся вот так,*  *Рассмеёмся, разозлимся,*  *Топнем ножной, удивимся,*  *Хмурим брови, расправляем.*  *Хорошо все чувства знаем!*  Ребята, с каким настроением вы сегодня пришли в детский сад? | Дети здороваются  Дети: Сделать зарядку!  Дети выполняют движение под музыку в соответствии с текстом песни  Дети садятся в круг.  Ответы детей | Интерактивная доска с проектором  Слайд №1  (долина)  Слайд №2  Видеоролик «Эмоциональная зарядка» |
| Вводная часть Подведение к теме.  *3 мин* | Беседа в кругу | Вы пришли с (*психолог перечисляет*) настроением. А какое ещё настроение бывает у людей?  Радость, злость, грусть, страх, ненависть, удивление – всё это эмоции. С некоторыми из них мы уже знакомились. Интересно, в какую часть долины Монсиленда нас сегодня отправит волшебный портал? А вам интересно? | Ответы детей  Ответы детей | слайд №3 (Долина) |
| Основная часть  *15 мин* | Восприятие эмоции через музыку  Знакомство с эмоцией, передача ее через мимику  Обучение детей избавлению от страхов посредством игры  Обучение детей избавлению от страхов посредством игры  Использование всех органов чувств  Обучение выражению и поддержанию положительных эмоций | *Звучит музыка Э. Грига «В пещере горного короля»*  Ой, что это? Какие эмоции вызывает эта музыка?  *(звучит музыка телепортирования)*  Ребята мы услышали и почувствовали в музыке эмоцию страха, сразу оказались в пещере Страха, где живет монсик Бесстрашный, который помогает всем ребятам справиться со страхами.  Скажите, что вызывает у вас страх? Что может вас напугать?  Давайте заглянем в волшебные зеркала изобразим и рассмотрим, как выглядит эмоция страха. Как он выражается на лице?  Бояться – это нормально, страхи бывают у всех, можно научиться с ними справляться. На наших занятиях мы будем этому учиться. Обратимся к монсику Бесстрашному и узнаем, как это делает. Вам интересно?  **Игра «Найди Темностраха»**  **Бесстрашный:***Ребята, я научу вас бороться со страхами. Давайте поиграем в игру «Найди Темностраха». Сейчас каждый из вас подумает о том, чего боится больше всего и пойдет искать свой страх – это будет игрушка, похожая на летучую мышь, называется она Темнострах. Каждый из вас доложен найти только одного Темностраха. Найдя игрушку, вы должны смело бросить её в ведро, громко сказав при этом: Я тебя больше не боюсь!».*  Давайте глубоко вздохнем и медленно выдохнем.  Мы попробовали с вами один из способов, как справляться с возникающими у вас страхами.  Что-то наш волшебный портал нас никуда не отправляет из пещеры Страха. Может, пока мы с вами обсуждали страхи, свои и чужие, некоторые из них могли расползтись по комнате?  **Упражнение «Куда уходит страх»**  Давайте разойдемся по комнате и руками сгоним свои и чужие страхи в середину. Теперь потопаем ногами, чтобы страхи сами испугались и поднялись наверх! А теперь давайте дуть на страхи, чтобы они улетели в открытое окно.  Какие эмоции вы испытываете, когда нет страхов?  Как вы себя сейчас чувствуете?  А я очень рада что вам хорошо!  *(звучит музыка телепортирования)*  Ребята по вашим улыбкам я вижу и понимаю, что у вас хорошее настроение. Видимо поэтому мы и оказались на облаках Радости и Счастья. Здесь живет Монсик Хохотайка. Мы ее еще не видим, но уже слышим топот ее ножек, ее звенящий колокольчиками смех, чувствуем ветер от взмахов ее крыльев. Вот мы ее увидели, почувствовали росу, сбитую ее крыльями с облаков радости. Она даже задела вас своим мягким крылом.  Хотите познакомиться с ней поближе?  **Хохотайка**: *Здравствуйте, ребята! Я – Хохотайка. Я очень люблю всех смешить. А вы умеете смешить друзей? Давайте поиграем в мою любимую игру «Царевна-несмеяна». Для игры мы выберем ведущего – он будет «Царевной-несмеяной», а все остальные постараются его рассмешить». Можно корчить рожицы, кривляться, но руками ведущего трогать нельзя. Попробуем?»*  **Проводится игра «Царевна-несмеяна»**  Давайте заглянем в волшебные зеркала и рассмотрим, как выглядит эмоция радости.  А вы, ребята, когда бываете веселые и радостные?  Как много причин для радости у нас есть!  Психолог перечисляет.  А может вас сможет обрадовать хороший поступок, например помощь другу?  Наше путешествие подошло к концу  *(звучит музыка телепортирования)* | Ответы детей  смотрят в зеркала, мимикой изображают эмоцию страха (глаза расширены, рот приоткрыт, брови приподняты)  Ответы детей  Дети играют в игру  Выполняют упражнение  Нам хорошо и спокойно.  Инструментами К.Орфа выражают звуки цоканья копыт и звенящий смех Хохотайки  -Да!  смотрят в зеркала, мимикой изображают эмоцию радости  Ответы детей | слайд №3 (Долина, аудиозапись)  Слайд №4 (портал)  Слайд №5  (пещера Страха)  Слайд №6  (Видеоролик с монсиком Бесстрашным; мягкая игрушка Темнострах (5 штук), пластиковое ведерко  Слайд №7  (портал)  слайд №8 (облака Радости)  Слайд №9  (видеоролик с Хохотайкой)  Слайд № 10  (портал) |
| Заключительная часть  *10 мин* | Рефлексия | Вот мы и вернулись обратно в наш детский сад. Вам понравилось путешествие в мир чувств и эмоций? С какими эмоциями мы встречались? Как мы справлялись со страхом? А что вызывает у вас радость? Что вам больше всего запомнилось?  *Психолог раздает волшебные камешки.* Ребята я предлагаю подарить в подарок Хохотайке что-то хорошее, можно настроение или что-то еще, что вам самим было бы приятно.  Спасибо ребята, мне с вами приятно и радостно, вы были активные, мне понравилось свами работать (психолог поощряет активность открытость ребят умение взаимодействовать друг с другом).  Ритуал прощания «Подари улыбку». | Дети отвечают на вопросы  Дети кладут камешки на весы  Дети прощаются | Слайд № 11  (Детский сад) |