

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №94 комбинированного вида»**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 27.05.2023г.  
Протокол №4

Утверждаю  
заведующий МБДОУ  
«Детский сад №94»  
\_\_\_\_\_  
Е.В.Чернышёва  
Приказ № 66  
от 27.05.2023г.

**Программа развития эмоционального  
интеллекта детей старшего дошкольного  
возраста**

**«Мир эмоций»  
(возраст детей 5-7 лет)**

Разработана:  
Никитина Алина Львовна  
Педагог-психолог  
I квалификационной категории  
Срок реализации –6 месяцев

г.Муром, 2023 г.

## ПРОГРАММНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	2
2. Цель, задачи, принципы реализации программы.....	5
3. Структура занятий.....	6
4. Ожидаемые результаты.....	7
5. Педагогическая диагностика.....	8
6. Учебно-тематическое планирование программы.....	8
7. Взаимодействие с родителями.....	9
8. Условия реализации программы.....	9
9. Тематическое планирование занятий для детей 5-7 лет.....	10
10. Список литературы.....	21
11. Приложение.....	22

## 1. Пояснительная записка

Программа развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста «Мир эмоций» разработана педагогом-психологом Никитиной Алиной Львовной в соответствии с особенностями ее функционирования на базе МБДОУ «Детский сад №94 комбинированного вида» с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Программа развития эмоционального интеллекта у детей «Мир эмоций» представляет собой комплексную программу системного развития эмоционального интеллекта (EQ), направленную на повышение уровня социализации детей дошкольного возраста. Программа «Мир эмоций» разработана и адаптирована к работе в ДОУ на основе программы Академия Монсиков В.А. Шиманской.

### **Актуальность.**

Эмоции позволяют нам эффективно взаимодействовать с окружающими, лучше понимать себя и других, доверять друг другу и действовать в команде, ставить перед собой цели и достигать их. И очень важно знать и понимать, что не бывает плохих или хороших эмоций. Каждая из них - ключ к познанию окружающего мира.

Эмоциональный интеллект – это способность понимать свои и чужие эмоции, распознавать намерения и мотивацию собеседника, понимать его чувства и правильно на них реагировать. Для ребёнка развитый эмоциональный интеллект – это основа успешного и счастливого будущего.

Детям особенно сложно понять весь яркий спектр чувств и эмоций, разобраться с разочарованиями и сомнениями, поражениями и даже с победами. Ребёнок с развитым эмоциональным интеллектом в любой ситуации сделает для себя правильные выводы, и, напротив, ребёнок со слабо развитыми социальными навыками и низким интеллектом может уйти в себя, стать закомплексованным, скованным в общении или даже агрессивным. Этого не случится, если начать развивать эмоциональный интеллект в самом раннем возрасте.

С учётом актуальности развития эмоционального интеллекта как основы успешной жизни человека с ранних лет разработка и внедрение в практику различных методик развития эмоционального интеллекта представляются не просто желаемыми, а необходимым шагом. Для реализации этой задачи и была разработана программа развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста «Академия Монсиков».

Программа составлена на основе первой российской методики комплексного развития эмоционального интеллекта детей – «Академия Монсиков», которая разработана отечественными специалистами под руководством психолога и эксперта Виктории Шиманской, одобрена Московским институтом психоанализа, Гильдией психологов.

При разработке программы «Мир эмоций» учитывались основные нормативно – правовые документы в сфере дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный закон от 26.05.2021 г. N 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

3. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».

4. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

5. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11).

7. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

8. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области».

9. Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

10. Приказ Министерства Просвещения РФ от 30.09.2020 №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

11. Распоряжение правительства РФ от 31.03.2022 №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».

12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи""

13. Приказ Минтруда РФ от 22.09.2021 №652 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Уникальность программы развития эмоционального интеллекта заключается в том, что при прохождении 5 шагов ребенок учится понимать эмоции и учится управлять ими.

**Форма обучения:** групповые занятия.

**Вид обучения:** программа предполагает проведение 1 занятия в неделю. Продолжительность занятия 30 минут. Общее количество учебных занятий в месяц – 4 занятия, всего – 21. Каждое занятие курса состоит из нескольких этапов: погружение, приветственный ритуал, представление легенды Долины Монсиков по теме занятия, выполнение комплекса физических упражнений.

**Срок реализации программы:** 6 месяцев.

**2. Цель программы:** улучшить восприятие ребенком информации, развить его способности к осознанию эмоций – как ресурса для эффективного познания, мышления и принятия решений.

**Задачи:**

*Обучающие:*

1. Научить ребенка использовать эмоции как ресурс для эффективного познания, мышления и принятия решений.

2. Решить проблемы низкой мотивации ребенка к учебе и познанию, коммуникаций и повышенной конфликтности.

3. Улучшить восприятие ребенком информации; легче и эффективнее воспринимать новую информацию, осваивать любой образовательный материал.

4. Учить понимать себя, свои эмоции и потребности.

5. Называть и распознавать свои эмоции.

6. Правильно вести себя в различных ситуациях.

7. Понимать эмоции и потребности окружающих.

*Развивающие:*

1. Развивать коммуникативные навыки; вербальные навыки, навыки разрешения конфликтов.

2. Развивать когнитивные навыки: память, внимание, логическое и абстрактное мышление.

3. Формировать познавательные способности; навыки целеполагания и достижения целей; стрессоустойчивость; навыки адаптации к новым обстоятельствам;

4. Развить зрелость и эффективность эмоциональных реакций, сформировать состояние доверия к себе и к миру, повысить самооценку, улучшить социализацию.

*Воспитательные:*

1. Доброжелательно и эффективно взаимодействовать с окружающими.

2. Использовать свои эмоции на благо себе и окружающим.

**Принципы реализации программы**

1. Принцип позитивности - создание поддерживающей, доброжелательной атмосферы помощи, сотрудничества.

2. Принцип целостности развития - усиливает значение всех прошлых этапов жизни в позитивном ключе, организует целостность самосознания и личности ребенка, помогает строить позитивное будущее.

3. Принципа индивидуального подхода - максимальный учет психологического своеобразия и индивидуального опыта каждого ребенка.

Принцип развития и саморазвития личности - активизация творческих возможностей, способности к самопознанию и самоусовершенствованию, саморегуляции.

5. Принцип наглядности - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.

6. Принцип систематичности и последовательности - заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.

7. Принцип оздоровительной направленности - обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

### **3. Структура занятий.**

Программа развития эмоционального интеллекта позволяют за пять шагов раскрыть для ребёнка всё богатство и все возможности эмоционального мира: эмоции, черты личности, чувства и переживания, а также позволяет освоить все необходимые навыки социализации. Каждый шаг – это часть игрового образовательного процесса.

**Первый шаг – «Я чувствую».** У ребёнка появляется осознанность. Работаем с органами чувств.

Содержание: комплекс упражнений и игр, развивающих все пять органов чувств: слух, обоняние, вкус, зрение, осязание.

Результат: активизация сенсорных систем ребёнка, сознание необходимого эмоционального фона, создание своих эмоций.

**Второй шаг – «Я хочу».** У ребёнка возникает мотивация. Учимся ставить цели, не бояться нового.

Содержание: ролевые игры, диалог с ребёнком.

Результат: осознание ребёнком мотивации к действию, понимание эмоций окружающих. Мотивация позволяет ребёнку понять его желания, а желания помогают сформировать цель.

**Третий шаг – «Я знаю».** Развитие интеллекта. У ребёнка расширяется кругозор. Тренируем навыки.

Содержание: изучение интересных фактов, решение логических задач.

Результат: получение ребёнком необходимых знаний, развитие внимания, памяти, логики.

**Четвёртый шаг – «Я могу».** У ребёнка формируется адекватная самооценка. Тренируем навыки.

Содержание: упражнения и игры с фиксацией успешного выполнения и достижения результатов.

Результат: развитие самооценки, осознание ребёнком своих сил, развитие навыка управления своими эмоциями.

**Пятый шаг – «Я делаю».** Ребёнок использует освоенный навык в жизни самостоятельно и с удовольствием.

Содержание: игры, поделки, квесты.

Результат: освоение навыков личностного роста, самореализации и социализации, развитие использования эмоционального ресурса в достижении целей.

Погружение: приветственный ритуал, представление легенды Долины Монсиков по теме занятия, выполнение комплекса физических упражнений. Дети проходят Волшебный Портал (пролезают через туннель).

Добрые сказочные герои Монсики являются проводниками ребенка в мир эмоций, и помогают освоить эти 5 шагов ребенку через игровой процесс.

Программа состоит из курсов, рассчитанных на 6 месяцев в соответствии с возрастом детей (5-7 лет). Каждый курс и каждое занятие разработаны на основе авторской методики развития эмоционального интеллекта «Академия Монсиков», научных исследований работы мозга, игропедагогики и предназначены для детей разного возраста, а также их родителей и педагогов.

Прохождение одного курса позволяет улучшить восприятие ребенком информации и развить его способности к осознанию эмоций как своих, так и окружающих. Эмоциональный интеллект – это понимание своих и чужих эмоций, чувств и переживаний для эффективного взаимодействия с окружающим миром, когда эмоции – это не враги, а друзья, помогающие в достижении цели. И в этом смысле задача развития эмоционального интеллекта - вырастить ребенка гармоничной саморазвивающейся личностью, умеющей управлять не только своими эмоциями, но и чувствами и переживаниями и эффективно взаимодействовать с миром, научить быть успешным и счастливым!

#### **4. Ожидаемые результаты.**

Дети старших и подготовительных групп к концу года научатся определять свои чувства и принимать их такими, какие они есть; сознательно влиять на свои эмоции; контролировать свои чувства так, чтобы они не «переливались через край»; распознавать и признавать чувства других, представлять себя на месте» другого человека, сочувствовать ему. Эффективно общаться с другими людьми, находить с ними общие точки соприкосновения, справляться с агрессией, страхами, неуверенностью, застенчивостью. Дети повысит свою

самооценку и полюбят читать книги; научатся правильно воспринимать их как опыт и базу для личностного роста. И главное, родители начнут лучше понимать, что чувствует малыш и почему он делает именно так.

### **5. Педагогическая диагностика.**

Качественная реализация программы невозможна без определения уровня развития детей. Рекомендуется диагностика психологическая, которая поможет определить уровень развития эмоционального интеллекта детей. Ее проводит психолог при помощи классических, адаптированных к дошкольному возрасту тестов (проективная методика «Три желания», методика «Что? Почему? Как?», методика «Страна эмоций» Громовой Т.).

Оценка развития познавательных представлений, умений дошкольников 5-7 лет осуществляется 2 раза в год (октябрь – март).

### **6. Учебно-тематическое планирование программы.**

№ п/п	Название блока	Кол-во часов	Период проведения занятий					
			октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март
0	Диагностика		X					
1	Встреча детей. Долина Монсиков и Компас Эмоций	1	1					
2	Хохотайка и Краска Смеха	2	2					
3	Нескучайка и Краска Приключения	2	1	1				
4	Бесстрашный и Краска Смелости	2		2				
5	Помогайка и Краска Внимательности	2		1	1			
6	Грустякин и Краска Осмысления	2			2			
7	Мими и Краска Красоты	2			1	1		
8	Сомневайка и Краска Сомнения	2				2		
9	Успевайка и Краска Пунктуальности	2				1	1	



10	Миротворец и Краска Ответственности	2					2	
11	Смыслики и Краска Находчивости	2					1	1
12	Диагностика							X
13	Всего	21	4	4	4	4	4	1

### **7.Взаимодействие с родителями.**

В течение года: индивидуальные консультации, беседы.

### **8.Условия реализации программы.**

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:

Иметь: расписание занятий, методическую литературу, комплект из 11 рабочих тетрадей, набор дидактических игр и пособий, календарно-тематический план, результативность каждого занимающегося по итогам года.