

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение детский сад комбинированного вида № 82
муниципального образования городской округ город -курорт Сочи Краснодарского края

Рассмотрена и рекомендована

к утверждению
протокол педсовета № 1 от 25.08.2021 г.

Утверждена:

заведующий МДОУ № 82
О.А. Пугачевская
приказ № 48-ОД от 26.08.2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

направленная на развитие коммуникативных навыков детей 5,5-7 лет
(старшая группа)

Составлена на основе тренинга коммуникативных навыков у дошкольников «Учусь дружить!» И.Л. Арцишевской
на 2021-2022 г. г.

Разработчик программы:
Глазунова Т.В. - педагог-психолог

Программа рассчитана на 6 мес.

Сочи, 2021 г.

Цель программы: развитие коммуникативных навыков, которые включают в себя:

- 1) умение распознавать, выражать и обозначать словами эмоциональные состояния как свои, так и других людей,
- 2) развитость эмоциональной децентрации и эмпатии,
- 3) умелое владение своим телом и мимикой, передача эмоциональных состояний невербальным способом и умение адекватно «читать» невербальные сигналы другого человека
- 4) отношение к другому как к субъекту, а не объекту, внимание к личности другого, стремление к сотрудничеству, а не конкуренции, умение договариваться и уступать,
- 5) определенный уровень развития произвольного поведения, позволяющий отсрочивать проявление своих негативных эмоций и сиюминутных желаний, справляться с импульсивностью.

Задачи программы:

- 1) развить у детей невербальные формы общения: с помощью мимики и пантомимики научиться выражать различные эмоции и желания, лучше чувствовать свое тело,
- 2) научить детей распознавать, выражать и называть эмоции, возникающие как у самого ребенка, так и у других детей,
- 3) развить у детей умение «видеть другого», быть внимательным и наблюдательным по отношению к другому ребенку, научиться «эмоциональной децентрации и эмпатии»,
- 4) научить детей согласовывать свои действия, сотрудничать с другими детьми,
- 5) повысить уровень произвольного поведения, контроля за проявлением своих эмоций и импульсивным поведением.

Данная программа состоит из 20 занятий-тренингов продолжительностью 30-35 минут каждое и предназначен для детей старше 5,5 лет.

Данная программа подразделена на 4 блока, каждый блок решает свои задачи:

1. Блок телесности (5 занятий). Его задачи:
 - 1) научить детей лучше чувствовать свое тело,
 - 2) развивать координацию движений, управление своим телом,
 - 3) научить детей передавать свои эмоции через мимику,
 - 4) развивать контроль за своими движениями и поведением.
2. Блок эмоциональности (6 занятий). Его задачи:
 - 1) научить детей лучше осознавать свои эмоциональные состояния (радость, злость, грусть, обида, страх),
 - 2) научить детей вербализировать свои эмоциональные состояния,
 - 3) развивать у детей восприимчивость к состояниям других людей,
 - 4) научить детей преодолевать негативные эмоциональные состояния,
 - 5) развивать у детей умение управлять выражением своих эмоций.
3. Блок эмоциональной децентрации (4 занятия). Его задачи:
 - 1) развивать у детей наблюдательность, внимание к окружающим,
 - 2) развивать сочувствие, понимание чувств и переживаний другого ребенка,
 - 3) развивать умение видеть ситуацию глазами другого ребенка.
4. Блок сотрудничества (5 занятий). Его задачи:

- 1) развивать умение согласовывать свои действия с действиями другого ребенка,
- 2) учить детей помогать друг другу, выручать в сложных ситуациях,
- 3) учить детей решать конфликтные ситуации мирным, конструктивным путем, уступать друг другу,
- 4) развивать произвольное поведение.

Оснащение занятий: ковер, стулья по количеству детей, карандаши, бумага, магнитофон, диск со спокойной музыкой, повязка на глаза, колокольчик, гимнастические обручи, игрушечная птица, волшебная палочка, фотографии веселых и грустных детей, зеркало, мяч, лента, мяч, снежинки, пиктограммы эмоций, картинки, разрезанные на две части.

Все занятия имеют произвольную структуру, и как правило, посвящены общей теме.

Структура занятий:

1. Приветствие.
2. Разминка.
3. Основные (тематические) игры и упражнения.
4. Заключительное упражнение («Прощание»).

В занятиях могут участвовать как дети с проблемами в общении (застенчивые, конфликтные, обидчивые, агрессивные), так и дети, успешно коммуницирующие. При отборе детей в группу учитывают мнения и просьбы воспитателей, используют метод наблюдения.

Календарно-тематическое планирование

Месяц	Название занятия	Оснащение	Содержание занятия
Ноябрь	1. Блок телесности. Задачи: научить детей лучше чувствовать свое тело, развитие координации движений, управления своим телом, научить детей передавать эмоции через мимику, развитие контроля за своими движениями и поведением.		
	1.1. Звери в лесу.	Ковер, стулья по количеству детей, карандаши и бумага, запись спокойной музыки, повязка на глаза.	1.1.1. Приветствие (с. 10). 1.1.2. Игра «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем». (с. 12-13). 1.1.3. Игра «Животные» (с. 13). 1.1.4. Игра «Заяц и волки». 1.1.5. Прощание. «Нарисуй свое животное» (с. 13).
	1.2. Зоопарк.	Колокольчик, обручи по количеству детей, спокойная музыка, лист бумаги с нарисованным посередине квадратом размером 5х5 см и простые карандаши по количеству детей	1.2.1. Приветствие (с. 14). 1.2.2. Разминка «Рыбки и акула» (с. 14). 1.2.3. Игра «Зоопарк» (с. 14). 1.2.4. Игра «Тигры, львы, львята и тигрята» (с. 14-15). 1.2.5. Прощание «Нарисуй в клетке слона» (с. 15).
	1.3. Птицы.	Записи маршевой музыки, игрушечная птичка	1.3.1. Приветствие (с. 15). 1.3.2. Разминка. Игра «Будь внимателен!» (с. 15). 1.3.3. Упражнение «Птенцы» (с. 15-16). 1.3.4. Упражнение «Птичья стая» (с. 16). 1.3.5. Упражнение «День и ночь» (с. 16). 1.3.6. Упражнение «Птички» (с. 16). 1.3.7. Прощание (с. 16).
	1.4. Игрушки.	«Волшебная палочка», карандаши и листы бумаги по количеству детей	1.4.1. Приветствие (с. 17). 1.4.2. Разминка. «Молекулы» (с. 17). 1.4.3. Упражнение «Игрушки» (с. 17). 1.4.4. Упражнение «Буратино» (с. 17-18). 1.4.5. Прощание. «Нарисуй свою любимую игрушку» (с. 18).
Декабрь	1.5. Случай из жизни.	«Волшебная палочка», бумага и карандаш	1.5.1. Приветствие. «Я посылаю тебе привет» (с. 18). 1.5.2. Разминка «Я умею...» (с. 18). 1.5.3. Упражнение «Робот» (с. 18). 1.5.4. Упражнение-драматизация «Детский сад» (с. 18-19). 1.5.5. Прощание. Рисунок «Я в детском саду» (с. 19).

Месяц	Название занятия	Оснащение	Содержание занятия
Декабрь	2. Блок эмоциональности. Задачи: научить детей лучше осознавать свои эмоциональные состояния (радость, злость, грусть, обида, страх), научить детей вербализировать свои эмоциональные состояния, развивать у детей восприимчивость к состояниям других людей, научить детей преодолевать негативные эмоциональные состояния, развивать у детей умение управлять выражением своих эмоций.		
	2.1. Радость и грусть.	«Волшебная палочка», фотографии или картинку веселых и грустных детей	2.1. Приветствие «Здравствуйте все!» (с. 20). 2.1.2. Разминка. Упражнение «Подари улыбку» (с. 20-21). 2.1.3. Беседа на тему радость и грусть (с. 21). 2.1.4. Игра «Покажи эмоцию» (с. 21). 2.1.5. Игра «Грустное животное, веселое животное» (с. 21). 2.1.6. Прощание. Упражнение «Доброе животное» (с. 22).
	2.2. Радость и грусть (продолжение).	Мелкие наклейки по количеству детей, игрушки (кукла, машинка, кубики, пазл)	2.2.1. «Приветствие «Я рад(а) тебя видеть!» (с. 22). 2.2.2. Разминка. Упражнение «Доброе животное» (с. 22). 2.2.3. Игра «Покажи эмоцию» (с. 22). 2.2.4. Игра «Наклейки» (с. 22-23). 2.2.5. Игра-драматизация (с. 23). 2.2.6. Прощание (с. 23).
	2.3. Злость и обида.	«Волшебная палочка, лента (5 м), сшитая краями в кольцо, зеркало	2.3.1. Приветствие. Упражнение «Здравствуйте все!» (с. 23). 2.3.2. Разминка. Игра «Паутинка» (с. 23-24). 2.3.3. Беседа на тему грусть и злость (с. 24). 2.3.4. Упражнение «Уходи злость!» (с. 24). 2.3.5. «Сказка о сердитом льве» (с. 24-25). 2.3.6. Психологический этюд на тему сказки (с. 25). 2.3.7. Прощание (с. 25).
Январь	2.4. Злость и обида (продолжение).	Мяч (желательно тряпичный), «волшебная палочка»	2.4.1. Приветствие «Я рад(а) видеть...» (с. 25). 2.4.2. Разминка. Упражнение «Поменяйтесь местами» (с. 25). 2.4.3. Обсуждение сказки про льва (с. 25). 2.4.4. Упражнение «Мне бывает обидно, когда...» (с. 25-26). 2.4.5. Рассказ о Мите (с. 26). 2.4.5. Психологический этюд на тему рассказа (с. 26). 2.4.6. Прощание (с. 26).
	2.5. Страх.	«Волшебная палочка», пиктограммы лиц в различных эмоциональных состояниях (радость, грусть, обида, удивление, страх) в 2 экз. каждая, сказка Л. Муур «Крошка Енот и тот, кто сидит в пруду», карандаши, бумага	2.5.1. Приветствие (с. 27). 2.5.2. Разминка (с. 27). 2.5.3. Игра «Покажи эмоцию» (с. 27). 2.5.4. Сказка «Крошка Енот» (с. 27). 2.5.5. Упражнение «Чего я боюсь» (с. 27). 2.5.6. Прощание. «Нарисуй свой страх» (с. 27).

Месяц	Название занятия	Оснащение	Содержание занятия
	2.6. Страх и удивление.	«Волшебная палочка», карандаши по количеству детей, рассказ Н.Н. Носова «Живая шляпа», рисунки детей «Чего я боюсь»	2.6.1. Приветствие. Упражнение «Я умею...» (с. 28). 2.6.2. Разминка. Упражнение «Незнайка» (с. 28). 2.6.3. Беседа о сказке «Крошка Енот» (с. 28). 2.6.4. Упражнение «Измени свой рисунок, так, чтобы он перестал быть страшным» (с. 28). 2.6.5. Чтение рассказа Н.Н. Носова «Живая шляпа». 2.6.6. Прощание. Упражнение «Я не боюсь...» (с. 28).
Февраль	3. Блок эмоциональной децентрации. Задачи: развивать у детей наблюдательность, внимание к окружающим, развивать сочувствие, понимание чувств и переживаний другого ребенка, развивать умение видеть ситуацию глазами другого ребенка.		
	3.1. Потребность в признании.	Повязка на глаза, бумага и карандаши для каждого ребенка	3.1.1. Приветствие (с. 29). 3.1.2. Разминка (с. 29). 3.1.3. Игра «Паровозик с именем» (с. 29-30). 3.1.4. Игра «1,2,3,4,5 я хочу вас отгадать!» (с. 30). 3.1.5. Игра «Найди по описанию» (с. 30). 3.1.6. Прощание. Рисунок «Я и мой друг» (с. 30).
	3.2. Зимние забавы.	Спокойная и веселая музыка, бумага и цветные карандаши	3.2.1. Приветствие. Упражнение «Комплименты» (с. 30-31). 3.2.2. Разминка «Зимние забавы» (с. 31). 3.2.3. Упражнение «Елочка» (с. 31). 3.2.4. Упражнение «Снеговик» (с. 31). 3.2.5. Прощание. Рисунок «Что мы делали зимой» (с. 31).
	3.3. Внимание к другому.	Детские стульчики	3.3.1. Приветствие (с. 31). 3.3.2. Упражнение «Зеркало» (с. 31-32). 3.3.3. Упражнение «Внимательные глазки» (с. 32). 3.3.4. Упражнение «Внимательные ушки» (с. 32). 3.3.5. Упражнение «Подарок» (с. 32). 3.3.6. Прощание. Рисунок «Подарок для друга» (с. 32).
	3.4. Взаимопомощь.	Спокойная музыка, кусок легкой ткани 1,5x1,5 м, снежинка, бумага и карандаши для каждого ребенка	3.4.1. Приветствие (с. 33). 3.4.2. Разминка «Снежинки» (с. 33). 3.4.3. Стихотворение Е. Благиной «Посидим в тишине» (с. 33-34). 3.4.4. Разыгрывание этюдов «Что нужно сделать» (с. 34). 3.4.5. Прощание. Рисунок «Как я помогаю маме, папе или бабушке» (с. 34).

Месяц	Название занятия	Оснащение	Содержание занятия
Март	4. Блок сотрудничества. Задачи: развивать умение согласовывать свои действия с действиями другого ребенка, учить детей помогать друг другу, выручать в сложных ситуациях, учить детей решать конфликтные ситуации мирным, конструктивным путем, уступать друг другу, развивать произвольное поведение.		
	4.1. «Сотрудничество».	Обручи (5-6 шт.), спокойная музыка, низкая гимнастическая скамейка, 2 ленты (5 м), мяч	4.1.1. Приветствие (с. 35). 4.1.2. Разминка. Упражнение «Передай по кругу» (с. 35). 4.1.3. Игра «Пловцы и акулы» (с. 35-36). 4.1.4. История «2 барана». Игра «Пройди и не упали» (с. 36). 4.1.5. Прощание. Упражнение «Что хорошо делать одному, а что вместе?» (с. 36-37).
	4.2. Взаимодействие.	Мяч, повязка на глаза, изображение мячей с различными узорами, разрезанные на две части, 3 цветных карандаша для каждого ребенка	4.2.1. Приветствие (с. 37). 4.2.2. Разминка (с. 37). 4.2.3. Упражнение «Слепой и поводырь» (с. 37-38). 4.2.4. Упражнение «Сиамские близнецы» (с. 38). 4.2.5. Прощание. «Раскрась мячи» (с. 38).
	4.3. Работа в парах.	Ленты длиной 5 м, спокойная музыка, лист бумаги формата А3, цветные карандаши	4.3.1. Приветствие (с. 38). 4.3.2. Разминка. Игра «Четыре стихии» (с. 38). 4.3.3. Упражнение «Лабиринт» (с. 38-39). 4.3.4. История (с. 39). 4.3.5. Совместный рисунок (с. 39). 4.3.6. Прощание. Упражнение «Насос и мяч» (с. 39).
	4.4. Лес.	Листы бумаги А4, листы для рисования и цветные карандаши, картинки, разрезанные на 2 части	4.4.1. Приветствие (с. 40). 4.4.2. Разминка. Упражнение «Прогулка по зимнему лесу» (с. 40). 4.4.3. Игра «Камень и путник» (с. 40). 4.4.4. Игра «Кочки» (с. 40-41). 4.4.5. Прощание. Рисунок «Ангела-хранителя»
Апрель	4.5. Подведение итогов	Спокойная музыка, карандаши и листы бумаги с нарисованными на них варежках с одинаковым орнаментом для левой и правой руки (для каждой пары детей – свой орнамент), листы с нарисованными парами носков с одинаковым орнаментом для каждой пары	4.5.1. Приветствие (с. 41). 4.5.2. Разминка. Игра «Слушай хлопки» (с. 41). 4.5.3. Упражнение «Слепой паровозик» (с. 41-42). 4.5.4. Упражнение «Совместное рисование» (с. 42).

Подробные конспекты занятий представлены в пособии: *Арцишевская Л.И. Учись дружить! Тренинг коммуникативных навыков у дошкольников.* – М.: ООО «Национальный книжный центр», 2016. – 43 с. - (Психологическая служба).