

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №276 Первомайского района г. Ростова -на- Дону

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ №276
А.М. Николаева
№ 36-09 от «14» 08 2022г.



Уроки добра

(программа занятий с детьми старшего дошкольного
возраста) Автор С.И. Семенака.

Педагог-психолог: Н.Л. Воробьева

г.Ростов-на-Дону
2022-2023 уч.год.

Этапы реализации программы:

Тема занятия	Сроки	Цели
Занятие № 1 «Добро» и «Зло».	декабрь	Раскрыть сущность полярных понятий «добро» и «зло», показать, каким эмоциональным состояниям они соответствуют; учить дифференцировать эмоциональный мир человека по мимике, жестам, пантомимике.
Занятие № 2 Наше настроение		Познакомить с понятием «настроение» и его проявлением у добрых и злых людей; учить понимать настроение другого человека, познакомить со способами управления и регуляции настроения.
Занятие № 3 Хорошо ли быть злым?		Продолжать знакомить с полярными понятиями «добро» и «зло», закреплять умение понимать настроение другого человека, побуждать к оказанию помощи; учить конструктивным способам снятия напряжения, связанного с чувством злости.
Занятие № 4 Учимся справляться с гневом.		Продолжать учить различать эмоции злости и радости; познакомить детей со способами выражения отрицательных эмоций и управления ими.
Занятие № 5 Что делать, если ты злишься?	январь	Учить различать добрые и злые чувства и поступки; продолжать знакомить со способами снятия напряжения.
Занятие № 6 Настроение Бабы-Яги.		. Учить различать добрые и злые чувства и поступки; продолжать знакомить со способами снятия напряжения; учить дифференцировать поступки сказочных персонажей и давать им моральную оценку.
Занятие № 7 Поговорим о добrote		Обобщить представление детей о добrote; вызвать стремление совершать добрые поступки.

Занятие №8 Ссора	февраль	Учить анализировать поступки, находить причину конфликта; Знакомить с конструктивными способами решения конфликтных ситуаций.
Занятие №9 Как справляться с упрямством?		Знакомить с правилами доброжелательного поведения; формировать навыки саморегуляции поведения, контроля эмоций.
Занятие №10 Чувства одинокого человека		Учить анализировать свое эмоциональное состояние, вербализировать собственные переживания, формировать внимательное отношение к другим;
Занятие №11 Знакомство с понятиями «физическая и эмоциональная боль»		Познакомить с понятиями «физическая и эмоциональная боль»; научить различать ощущения, которые люди испытывают во время физической и эмоциональной боли.
Занятие №12 Учимся понимать чувства других	март	Закрепить понятия «физическая и эмоциональная боль»; учить понимать переживания других; формировать навыки социального поведения.
Занятие №13 Учимся доброжелательности		Развивать стремление к дружелюбию по отношению к другим; развивать положительную самооценку.
Занятие №14 Учимся анализировать поведение в конфликтной ситуации		Учить детей анализировать конфликтные ситуации; развивать эмоциональную устойчивость в ситуациях проявления агрессии; формировать адекватные формы поведения и коммуникативные навыки.
Занятие №15 Наши мечты		Закреплять знания детей о поведении в конфликтных ситуациях; формировать дружелюбное отношение к окружающим; способствовать формированию адекватной самооценки.

3. Учить видеть эмоциональное состояние другого и собственный эмоциональный образ, соотнося его с конкретной ситуацией;
4. развивать эмоциональную произвольность;
5. Учить конструктивным способам управления собственным поведением.

Используемые методы:

1. Имитационные игры.
2. Психогимнастика.
3. Социально-поведенческий тренинг.
4. Чтение и обсуждение художественных произведений.
5. Обыгрывание конфликтных ситуаций и моделирование выхода из них.
6. Примеры выражения своего эмоц. состояния в рисунке, музыке.

Численность группы: 25 человек

Частота занятий: 1 раза в неделю

Длительность занятия: 40 минут.

Форма проведения: групповая.

Программа рассчитана на 15 занятий.