ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №22 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 22
комбинированного вида
Красногвардейского района
Санкт Петербурга
(протокол от 28.09.2026 г. №2)

УТВЕРЖДЕНА
приказом от 30.09.2026 г. № 83 - ОД
заведующий ГБДОУ
детский сад № 22
комбинированного вида
Красногвардейского района
Санкт Петербурга

Заведующий Ю.В. Лебедева

с учетом мнения Совета родителей
ГБДОУ детский сад №22
комбинированного вида
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
(Протокол от 29.09.2026 г. №2)

Дополнительная общеобразовательная программа «Азбука общения»

(для детей 5-6 лет)
Срок реализации – 1 год

Составитель:
педагог
дополнительного образования
Некрасова Л.Н.

Санкт-Петербург
2026

Пояснительная записка

Актуальность. Направленность. В последние годы в системе дошкольного воспитания и обучения стала прослеживаться тенденция к интеллектуальному развитию ребенка. При этом развитию эмоциональной сферы часто уделяется недостаточное внимание. Как справедливо указывали Л.С. Выготский и А.В. Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем – эмоциональной сферы и интеллекта, их единство могут обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности.

Умственное развитие ребенка тесным образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний. Маленькие дети часто находятся в «плену эмоций», поскольку еще не могут управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми.

Всем известно, что дети эгоцентричны, поэтому так важно научить ребенка смотреть на ситуацию с позиции своего собеседника. Обучая ребенка «взгляду со стороны», мы тем самым помогаем ему по-другому взглянуть на себя, по-иному оценить собственные мысли, чувства и поведение. Так ребенок получает возможность более полно и адекватно выразить себя через общение.

Однако ни для кого не секрет, что лучший друг для современного ребенка – это телевизор или компьютер, а любимое занятие – просмотр мультиков или компьютерные игры. Дети стали меньше общаться не только со взрослыми, но и друг с другом. А ведь живое человеческое общение существенно обогащает жизнь детей, раскрашивает яркими красками сферу их ощущений. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения. Поэтому так актуальна и важна работа, направленная на развитие эмоциональной сферы.

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает непрерывное психологическое сопровождение и развитие ребенка на протяжении всего дошкольного возраста, с учетом динамики развития каждого психического процесса и каждой сферы психики по месяцам в течение каждого года.

Педагогическая целесообразность – интеграция и систематизация психологического материала, что предполагает объединение различных направлений деятельности педагога.

Отличительные особенности программы. Во время занятий дети сидят в кругу. Форма круга создает ощущение целостности, облегчает взаимопонимание и взаимодействие детей. В начале и в конце занятий может использоваться какая-либо ритуальная игра, упражнения для настроя детей. Почти каждое занятие завершается созданием детьми какого-либо рисунка в индивидуальных альбомах. Детский рисунок – итог работы на занятии, который объединяет в себе все эмоции, впечатления, знания и умения, полученные в ходе занятия. К каждому занятию прилагается домашнее задание для совместного выполнения ребенком и родителем.

Цель программы **–** социально-эмоциональное развитие детей среднего и старшего дошкольного возраста.

Задачи программы:

Старший дошкольный возраст

1. Знакомство детей с эмоциями радости, удивления, страха, гнева, горя, интереса.
2. Создавать условия для проживания определенного эмоционального состояния, формировать умение объяснять, что оно означает и давать ему словесное обозначение.

3. Создавать условия для свободного позитивного общения ребенка со сверстниками и взрослыми.
4. Создавать условия для позитивной обратной связи.
5. Создавать условия для возникновения чувства принадлежности к группе, для возникновения чувства защищенности.
6. Развивать навыки социального поведения: проявлять инициативу в общении, слушать других, задавать вопросы, оказывать сочувствие и помощь.

Формы организации: групповая

Адресат:

1. Дети старшего дошкольного возраста

Для детей старшего дошкольного возраста продолжительность занятий – 25 минут.

Количество занятий: 2 занятие в неделю. 64 занятия в год.

Общие правила проведения занятий

Система работы по эмоциональному развитию состоит из 64 заданий и рассчитана на 1 год: старшая группа (64 занятия в год).

Используются игры и упражнения, соответствующие данному возрасту, содержание которых качественно расширяется и углубляется. Таким образом, происходит развитие от простого к сложному, и любой ребенок может в своем индивидуальном темпе обучаться по этой программе.

Занятия с группой детей проводятся два раза в неделю, их продолжительность составляет 25 мин.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме. Для этого в основном используются:

- развивающие игры (игры-драматизации, сюжетно-ролевые игры, игры на развитие навыков общения);
- упражнения (подражательно-исполнительского и творческого характера, на мышечную релаксацию);
- этюды;
- рассматривание рисунков и фотографий;
- чтение художественных произведений;
- рассказ педагога и рассказы детей;
- сочинение историй;
- беседы;
- моделирование и анализ заданных ситуаций;
- слушание музыки;
- рисование;
- мини-конкурсы, игры-соревнования.

Оснащение занятий:

1. Фонотека.
2. Настольно-печатные игры.
3. Предметные игрушки.
4. Доска.
5. Цветные мелки.
6. Краски, карандаши, фломастеры.
7. Писчая и цветная бумага.

8. Большая песочница
9. Строительный материал.

Принципы проведения занятий согласно ООП:

1. Системность подачи материала.
2. Наглядность обучения.
3. Цикличность построения занятий.
4. Доступность.
5. Проблемность.
6. Развивающий и воспитательный характер учебного материала.
7. Актуальность
8. Рефлексивность

Этапы занятий:

1. Организационный этап.

Создание эмоционального настроя в группе.

Упражнения и игры с целью привлечения внимания детей.

2. Мотивационный этап.

Сообщение темы занятия, прояснение тематических понятий;

Выяснения исходного уровня знаний детей по данной теме.

3. Практический этап.

Подача новой информации на основе имеющихся данных;

Задания на развитие познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, воображения) и творческих способностей.

Обработка полученных навыков на практике.

4. Рефлексивный этап.

Обобщение полученных знаний.

Подведение итогов занятия.

Взаимодействие с родителями

В рамках этой формы работы родителей ориентируют на создание условий в семье, способствующих наиболее полному усвоению знаний, умений и навыков, полученных детьми на занятиях и реализации их в повседневной жизни.

Учебно-тематический план:

Система работы по эмоциональному развитию состоит из 5 разделов. При работе по этим разделам происходит постепенное психологическое развитие ребенка. Пространство вокруг ребенка начинает расширяться: в него включаются другие люди. Ребенок учится определять настроения, владеть своими чувствами. Затем в мир ребенка входят животные. Они по праву занимают одно из важных мест в его жизни и постепенно подводят к самому сложному – пониманию своего места в семье и своих взаимоотношений с близкими.

Тематический план занятий

Раздел	*Тема занятий*	*Хар-ка раздела*	*Время проведения*	*Всего*
				старший
1. **Я и Я**	«Тайна моего имени», «Автопортрет», «Мой внутренний мир», «Мой любимый сказочный герой»	Игры и упражнения, направленные на развитие навыков самообладания и самоанализа, внимания к самому себе, к своим переживаниям и желаниям; способности различать свои индивидуальные особенности (внешность, лицо, пол), свои мышечные и эмоциональные ощущения.	1-ая неделя ноября 2-ая неделя ноября 3-ая неделя ноября 4-ая неделя ноября	8 занятий 25*8= 200мин
2. **Я и другие**	«Мы так похожи», «Мы такие разные», «Язык жестов и движений», «Давайте жить дружно», «Мальчики и девочки»	Игры и упражнения, направленные на развитие у детей навыков совместной деятельности, чувства общности, понимания индивидуальных особенностей других людей; на формирование внимательного отношения к людям и друг к другу; развитие языка жестов, мимики и пантомимики, на понимание того, что кроме речевых существуют и другие средства общения.	1-ая неделя декабря 2-ая неделя декабря 3-ая неделя декабря 4-ая неделя декабря 2-ая неделя января 3-ая неделя января	12 занятий 25*12= 300мин
3. **Я и мои эмоции**	«Радость», «Удивление», «Страх», «Гнев», «Горе», «Интерес», «Наши эмоции» (итоговое занятие по разделу)	Игры и упражнения, направленные на знакомство с эмоциями человека, опознавание своих эмоций, а также на распознавание эмоциональных реакций окружающий и развитие умения адекватно выражать свои эмоции.	4-ая неделя января 5-ая неделя января 1-ая неделя февраля 2-ая неделя февраля 3-ая неделя февраля 4-ая неделя февраля 1-ая неделя марта	14 занятий 25*14= 350мин
4. **Я и животные**	«Мой ласковый и нежный зверь», «Общение с животными»	Игры и упражнения, направленные на развитие умения видеть отличия человека от животного, особенности общения разных	2-ая неделя марта 3-ая неделя марта 4-ая неделя марта	6 занятий 25*6= 150мин

		животных между собой; умения изображать животных, используя различные выразительные средства; умения переносить все хорошее из мира животных в общение с людьми; на снятие страха перед животными.		
5.**Я и моя семья**	«С кем я живу», «Правила домашнего этикета»	Игры и упражнения, направленные на осознание ребенком своего места в семье и понимание внутри внутрисемейных отношений; на осознание себя как полноправного, принимаемого и любимого домочадцами члена семьи; на развитие интереса к истории своей семьи.	1-ая неделя апреля 2-ая неделя апреля 3-ая неделя апреля 4-ая неделя апреля	8 занятий 25*8= 200мин
Итоговые годовые занятия	«Путешествие в сказку», «Я знаю, я умею, я могу!»	Игры и упражнения, направленные на повторение знаний и закрепление умений и навыков, полученных детьми в течение года, принятие ребенком самого себя и оптимизацию самооценки ребенка.	1-ая неделя мая 2-ая неделя мая 3-ая неделя мая 4-ая неделя мая	8 занятий 25*8= 200мин
ИТОГО				**56 занятия (1400 минут)**

Раздел1. «Я и Я»

Задачи

Старшая группа

- Способствовать самопознанию ребенка (обучение детей самонаблюдению, пониманию и принятию своих чувств).
- Учить детей описывать свои желания и чувства.
- Учить детей осознавать свои физические и эмоциональные ощущения.
- Помогать ребенку поверить в свои силы.
- Создавать условия для формирования потребности ребенка в социальном признании.

Содержание занятий

Тема «Тайна моего имени»
1. Чтение стихотворений М.Владимова «Был в старину такой обычай, Е.Долматовского «Октябрины» 2. Игра «Эхо» 3. Игра «Маленькое имя» 4. Беседа «Имена своих друзей» 5. Игра «Объясни имя 6. Игра «Ласковое имя» 7. Конкурс «Кто знает больше имен» 8. Оформление личной визитной карточки.
Тема «Автопортрет»
1. Чтение стихотворения Р.Сефа «Еще одно эхо» 2. Игра «Радио» 3. Игра «Ветер дует на…» 4. Рассказ про девочку Катю (по произведению Е.Пермяка «Про нос и язык») 5. Рисунок «Мой портрет»
Тема «Мой внутренний мир»
1. Упражнение «Слушаем себя» 2. Игра «Свет мой, зеркальце, скажи!» 3. Игра-разминка «Ветер дует на…» 4. Игра «Знакомство-представление» 5. Рисунок «Мне это нрвится»
Тема «Мой любимый сказочный герой»
1. Чтение русских народных присказок 2. Игра «Хоровод сказочных героев» 3. Загадки про сказочных героев 4. Игра «Любимый сказочный герой» 5. Придумывание сказки со всеми любимыми сказочными героями детей 6. Рисунок «Мой любимый сказочный герой»

Раздел 2. «Я и другие»

Задачи

Старшая группа

- Расширить представления детей о различных способах коммуникации с окружающими (понимать эмоции других, выражать свое эмоциональное состояние, выражать сочувствие)
- Дать детям дополнительные сведения о важности и значимости органов чувств, памяти, внимания, эмоций, жестов и движений в процессе общения.
- Сформировать позитивное отношение к сверстникам.
- Учить детей понимать собеседника по выражению лица, положению тела, жестам, проявлениям эмоций, а также выражать свои эмоциональные реакции, мысли, чувства.
- Учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведения.

Содержание занятий

Тема «Мы так похожи»
1. Игра «Ассоциация» 2. Игра «Подарок» 3. Игра «Мыльные пузыри» 4. Игра «Конкурс хвастунов» 5. Игра «Комната смеха» 6. Игра «Доброе животное»
Тема «Мы такие разные»
1. Игра «Башенка из игрушек» 2. Игра «Мы разные» 3. Игра «Заяц-хваста» 4. Игра «Спиной друг к другу» 5. Игра «Испорченный телефон» 6. Игра «Знакомство-предствление» 7. Игра «Встань на его место»
Тема «Язык жестов и движений»
1. Беседа «Как можно общаться без слов» 2. Чтение стихотворения П. Воронько «Лучше нет родного края» 3. Игра «Через стекло» 4. Упражнение «Артисты пантомимы» 5. Упражнение «Расскажи стихи руками» 6. Игра «Кто я?» 7. Игра «Заколдованный ребенок» 8. Игра «Говорящая рука»
Тема «Давайте жить дружно»
1. Чтение стихотворения З.Александровой «Шарик» 2. Игра «Путанка» 3. Игра «Поварята» 4. Игра «Психологическая лепка» 5. Упражнение «Договорись взглядом»

6. Игра «Волны» 7. Игра «Не намочи ноги» 8. Игра «Доброе животное»
Тема «Мальчики и девочки»
1. Чтение стихотворения А.Кузнецовой «Подружки» 2. Беседа «С кем бы я хотел дружить» 3. Игра «Петушки» 4. Упражнение «Приглашение на танец» 5. Игра « Лужа» 6. Игра « Найди свою пару» 7. Рисунок «Мальчик и девочка»

Раздел 3. «Я и мои эмоции»

Задачи

Старшая группа

- Продолжать знакомство детей с эмоциями радости, удивления, страха, гнева, горя.
- Расширять представления детей об этих эмоциях, предлагая сравнивать их.
- Учить понимать свои чувства и чувства других людей; рассказывать об этом.
- Учить контролировать свои эмоции.

Содержание занятий

Тема «Радость»
1. Чтение стихотворения Ю.Тувима «Про пана Трулялинского» 2. Беседа «Радость – это…» 3. Игра «Море волнуется» 4. Игра-ассоциация «На что похожа радость» 5. Этюды «Ласка», «Первый снег» 6. Игра «Что может поднять тебе настроение» 7. Рисунок «Я радуюсь»
Тема «Удивление»
1. Чтение отрывка из произведения А.Пушкина «Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях» 2. Беседа «Удивление-это…» 3. Игра «Море волнуется» 4. Игра-ассоциация «Удивление» 5. Этюд «Живая шляпа» 6. Рисунок «Удивленный человечек»
Тема «Страх»
1. Чтение стихотворения И.Демьянова «Трусов Федя» 2. Беседа «Страх-это…» 3. Игра «Расскажи свой страх» 4. Игра «Гуси-лебеди» 5. Игра-ассоциация «Страх»

6. Этюд «Момент отчаяния» 7. Чтение стихотворения К.Чуковского «Закаляка» 8. Рисунок «Мой страх» 9. Чтение рассказа С.Афонькина «Как побороть страх?» 10. Игра «Жмурки»
Тема «Гнев»
1. Чтение отрывка из произведения К.Чуковского «Мойдодыр» 2. Игра «Ругаемся овощами» 3. Игра «Море волнуется» 4. Игра-ассоциация «Злость» 5. Игра «Тигр на охоте» 6. Этюд «Гневная гиена» 7. Рисунок «Злой человек! 8. Упражнение «Уходи, злость, уходи!»
Тема «Горе»
1. Чтение сказки «Волк и семеро козлят» 2. Когда я грустил (рассказы детей) 3. Игра «Море волнуется» 4. Игра-ассоциация «Горе» 5. Этюд «Северный полюс» 6. Рисунок «Грустный человечек» 7. Упражнение «Дружба начинается с улыбки»
Тема «Интерес»
1. Чтение стихотворения Е.Тараховской «Скворушка» 2. Что меня интересует (рассказы детей) 3. Игра «Море волнуется» 4. Игра-ассоциация «Интерес» 5. Этюд «Что там происходит?» 6. Рисунок «Интересное занятие»
Тема «Наши эмоции» (итоговое занятие)
1. Рассказываем сказки 2. Игра «Кривые зеркала» 3. Игра «Повтори фразу» 4. Упражнение «Слушаем музыку» 5. Игра «Профессии» 6. Игра «Азбука настроения» 7. Рисунок «Разные человечки»

Раздел 4. «Я и животные»

Задачи

Старшая группа

- Закреплять знания детей о внешнем виде, повадках животных.
- Продолжать воспитывать заботливое отношение к животным, сострадание к бездомному животному.
- Продолжать учить подражать характерным движениям, позе, эмоциональным реакциям животных и видеть их аналоги в человеческом поведении.

Содержание занятий

Тема «Мой ласковый и нежный зверь»
1. Слушание аудиозаписи «Голоса животных» 2. Игра «Придумаем клички животным с картинки» 3. Игра «Большой-маленький» 4. Игра «Я и животное» 5. Игра «Изобрази животное» 6. Игра «Сказочная зверюшка»
Тема «Общение с животным»
Общение с Волком
1. Загадка про волка и трех поросят 2. Рассказывание сказки «Три поросенка» (пересказ С.Михалкова) 3. Беседа «Злой волк» 4. Упражнение «Разминка» 5. Конкурс на самого страшного волка 6. Игра «Сидит заяц на припеке» 7. Беседа «Добрый волк» 8. Рисунок «Добрый и веселый волк» 9. Упражнение «Доброе слово волку» 10. Игра «Иван царевич и серый волк»

Раздел 5. «Я и моя семья»

Задачи

Старшая группа

- Учить видеть достоинства и недостатки собственного поведения и поведения окружающих взрослых.

- Формировать у детей «кодекс чести», умение поступать по справедливости, подчинять свои желания общим интересам.

- Дать представление о важности и значимости различных профессий (на примере родителей).

- Продолжать учить детей проявлять уважение, доверие, взаимопонимание и взаимопомощь, заботливо отношение к членам семьи.

Содержание занятий

Тема «С кем я живу»
1. Чтение стихотворения О.Бедарева «Кто чей?» 2. Беседа «Что такое семья?» 3. Упражнение «Кто кому кто?» 4. Чтение стихотворения К.Тангрыкулиева «Прожила на свете мама…» 5. Беседа «Чем порадуем родителей?» 6. Игра «Мы очень любим» 7. Рисунок «Особый день моей семьи»
Тема «Правила домашнего этикета»
1. Чтение рассказа Я.Тайца «Карандаш» 2. Беседа с детьми о необходимости уступать друг другу 3. Чтение стихотворения С.Михалкова «Бараны»

4. Разыгрывание сценки 5. Игра «Не поделили игрушку» 6. Рисунок «Общая игрушка»

Содержание итоговых годовых занятий

Тема «Путешествие в сказку»
В гостях у маленькой Бабы-Яги
1. Введение в сказку 2. Игра «Клеевой дождик» 3. Игра «По кочкам» 4. Игра «Ромашка с настроением» 5. Игра «Гармоничный танец» 6. Игра «Комплименты» 7. Рисунок «Рисуем сказку»
Тема «Я знаю, я умею, я могу!»
1. Чтение русской народной сказки «Заяц-хвастун» (обработка О.Капицы) 2. Игра «Заяц-хваста» 3. Игра «Я и другие» 4. Игра «Колдун» 5. Игра «Я знаю» 6. Рисунок «Наш дом»

Ожидаемые результаты
Старшая группа

Пройдя подготовку по системе работы «Азбука общения!», дети старшей группы будут знать и уметь следующее:

1. Осознавать свои физические и эмоциональные ощущения.
2. Иметь первичные знания о базовых эмоциях.
3. Уметь различать определенные эмоциональные состояния взрослых и детей по особенностям жестов, мимики, движений и обозначать их словесно.
4. Уметь выражать эмоции в соответствии с настроением.
5. Уметь проявлять инициативу в общении.
6. Уметь свободно позитивно общаться со сверстниками (слушать, задавать вопросы, учитывать мнения других).
7. Уметь свободно позитивно общаться со взрослыми (слушать, задавать вопросы, прислушиваться к мнению взрослых).
8. Уметь сочувствовать и оказывать помощь другим.

Список используемой литературы

1. Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет: Пособие для практических работников детских садов/ Автор-составитель И.А. Пазухина. СПб, 2004.
2. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению: характер, коммуникативность. Ярославль, 1997.
3. Крюкова С.В., Слободняк Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь: Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. М.,1999.
4. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль, 1997
5. Чистякова М.И. Психогимнастика. М.,1995.

Список литературы для старшей группы:

1. М.Владимов «Был в старину такой обычай»
2. Е.Долматовский «Октябрины»
3. Р.Сеф «Еще одно эхо»
4. Рассказ про девочку Катю (по произведению Е.Пермяка «Про нос и язык»)
5. З.Александрова «Шарик»
6. А.Кузнецова «Подружки»
7. Ю.Тувим «Про пана Трулялинского»
8. И.Демьянов «Трусов Федя»
9. Сказка «Три поросенка»(пересказ С.Михалкова)
10. С.Афонькин «Как побороть страх?»
11. Е.Тараховская «Скворушка»
12. О.Бедарева «Кто чей?»
13. К.Тангрыкулиева «Прожила на свете мама…»
14. Я.Тайц «Карандаш»
15. С.Михалкова «Бараны»
16. О.Пройслер «Маленькая Баба-Яга»
17. В.Берестов «Змей-хвастунишка»