

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 368 г. Челябинска»  
Адрес: 454129 г. Челябинск, ул. Суркова, 22, тел. (351) 253-08-72  
Электронный адрес: mdou368@eandex.ru

Принята на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

Утверждена:  
Зав. МБДОУ «ДС №368 г.Челябинска»  
Барабаш Н.Л. \_\_\_\_\_

Дополнительная программа  
педагога-психолога  
«Эмоциональное развитие  
детей от 3 до 7 лет»

Выполнила:  
Поповичева М.Г.

Челябинск 2023

## Содержание

1. Целевой раздел.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Принципы и подходы в реализации программы.....	4
1.3 Возрастные особенности развития детей.....	7
2. Содержательный раздел.....	14
2.1 Тематическое планирование деятельности детей.....	14
3. Организационный раздел.....	19
3.1 Планируемые результаты.....	19
3.2 Взаимодействие с семьей.....	19
Заключение.....	20
Список литературы.....	21

## 1. Целевой раздел

### 1.1 Пояснительная записка

Программа эмоционального развития детей дошкольного возраста составлена с учетом программы «Я-ты-мы», автор О.Л. Князева.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного стандарта дошкольного образования (далее ФГОС ДО) приказ № 1155 Минобрнауки РФ от 17.10.13 г.;
- Конвенция о правах ребенка.

Многие годы дошкольное образование было ориентировано на обеспечение познавательного развития детей. Однако особенность дошкольного возраста заключается не только в овладении ребенком знаниями, умениями и навыками, но и в становлении базовых свойств его личности: самооценки и образа «Я», эмоционально-волевой сферы, нравственных ценностей и установок, психологических особенностей в системе отношений с другими людьми.

Каждое из обозначенных направлений развития нашло свое отражение в отечественной детской и социальной психологии в работах таких выдающихся ученых, как Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин, М. И. Лисина, Л. И. Божович, а также их учеников и последователей (Т. И. Репина, Е. О. Смирнова, Л. П. Стрелкова и др.). К сожалению, результаты их научных исследований многие годы не были востребованы педагогической практикой в полной мере.

Основным приоритетом сегодня выступает личностно-ориентированное взаимодействие педагога с ребенком - принятие и поддержка его индивидуальности, интересов и потребностей, развитие творческих способностей и забота о его эмоциональном благополучии.

Основной целью программы является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ

базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе.

Задачи:

1. Охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, их эмоциональное благополучие;
2. Обеспечить равные возможности для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства;
3. Создавать благоприятные условия для развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
4. Способствовать природному процессу умственного и физического развития детей через организацию игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, продуктивной деятельности;
5. Развивать общую культуру личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка.

## 1.2 Принципы и подходы в реализации программы

Эффективность программы предусматривают реализацию следующих принципов:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение детского развития;
- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка субъектом образования;

- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;

- творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;

- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка.

В ДОУ создана предметно-пространственная среда, включающая в себя: содержательную насыщенность, трансформируемость, полифункциональность, вариативность, доступность и безопасность, которая рассматривается как система, представляющая собой обогащающий фактор детского развития, направляющая и интегрирующая детские виды деятельности, способствующая развитию различных задатков и способностей дошкольников. При создании предметно-пространственной среды педагоги руководствуются современными средствами, которые заключаются в ее развивающем характере, индивидуально-ориентированном подходе, информативности, обогащенности, обеспечивающих разнообразие деятельности ребенка и развития его различных задатков и способностей.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию программы.

Образовательное пространство оснащается средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем. Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивают:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой); двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное

благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей.

Трансформируемость пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Полифункциональность материалов способствует:

- возможности разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;
- наличие в учреждении и группах полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность среды способствует:

- наличие в учреждении или группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;
- периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды способствует:

- доступности для воспитанников всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;
- свободный доступ детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды даёт возможность соответствовать всем ее элементам требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

### 1.3 Возрастные психологические особенности развития дошкольников

Дошкольный возраст является периодом интенсивного формирования психики на основе тех предпосылок, которые сложились в раннем детстве.

По всем линиям психического развития возникают новообразования, сложные социальные формы психики (личность, характер, интересы и др.), субъекты общения, познания и деятельности, и их основные компоненты – способности и склонности.

#### Возрастные психологические особенности развития детей 2-3 лет

Показатели	Характеристика
Ведущая потребность	Психологическое отделение от матери
Ведущая функция	Восприятие
Игровая деятельность	Ведущий тип игры – предметно-манипулятивный. Используемые ребенком предметы наделяются игровым смыслом.
Отношения со взрослыми	Потребность в общении формируется при активном взаимодействии взрослого и ребенка. Решающая роль в общении принадлежит взрослому.
Отношения со сверстниками	Общение кратковременно, не учитывается желание другого. Дети играют «рядом, но не вместе».
Эмоциональная сфера	Восприимчивы к эм. состоянию окружающих. Настроение подвержено частой смене, поведение импульсивно.
Способ познания	Метод проб и ошибок.
Объект познания	Предметы, игрушки. Усвоение предметных действий происходит методом подражания.
Восприятие	Ребенок знакомится с формой, величиной, цветом предметов, выделяя наиболее яркие признаки.
Внимание	Непроизвольное. Устойчивость внимания – 10-15 минут, зависит от привлекательности предмета и действий с ним.
Память	Непроизвольная.
Речь	Часто задает вопросы «Почему?», «Когда?», «Зачем?». Имеет словарный запас – 400-1500 слов. Использует сложные

	предложения, понимает прочитанные короткие рассказы. Знает свое имя, фамилию, пол, возраст.
Мышление	Наглядно-действенное (познание мира через манипуляции с предметами).
Воображение	Репродуктивное (воссоздание репродукции знакомого образа).
Условия успешного развития	Зависит от того, сложился ли контакт со взрослым, интересная развивающая среда и деятельность в ней.
Возрастные страхи	Незнакомых людей, животных, новых ситуаций, темноты.
Кризис	Кризис 3 лет (становление самосознания): строптивость, упрямство, негативизм.
Новообразование возраста	Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого, формируется образ «я».

### Возрастные психологические особенности развития детей 3-4 лет

Показатели	Характеристика
Ведущая потребность	Потребность в общении, признании самостоятельности ребенка.
Ведущая функция	Восприятие.
Игровая деятельность	Партнерская со взрослыми, индивидуальная с игрушками, игровое действие.
Отношения со взрослыми	Ситуативно-деловые, взрослый – источник способов деятельности, партнер по игре и творчеству.
Отношения со сверстниками	Эмоционально-практические: сверстник малоинтересен.
Эмоциональная сфера	Эм. состояние зависит от физического комфорта.
Способ познания	Экспериментирование, конструирование.
Объект познания	Непосредственно окружающие предметы, их свойства и назначения.



Восприятие	Восприятие сенсорных эталонов: цвет, форма, размер.
Внимание	Непроизвольное, быстро переключается с одной деятельности на другую. Удерживает внимание 5-10 минут. Объем внимания 3-4 предмета.
Память	Непроизвольная, кратковременная. Объем памяти: 3-4 предмета из 5.
Речь	Воспроизводит содержание рассказов и сказок и увиденного с помощью наводящих вопросов взрослого. Знает наизусть несколько стихов и песенок. Словарный запас более 1500 слов, сложные предложения. Должен произносить все гласные и согласные, кроме шипящих и сонорных. Понимает прошедшее и настоящее время, время суток.
Мышление	Переход от наглядно-действенного к наглядно-образному (от действий с предметами – к действию с образами).
Воображение	Репродуктивное.
Условия успешного развития	Разнообразие окружающей среды, партнерские отношения со взрослыми.
Возрастные страхи	Сказочных героев, темноты.
Новообразование возраста	Самопознание, усвоение первичных нравственных норм.

### Возрастные психологические особенности развития детей 4-5 лет

Показатели	Характеристика
Ведущая потребность	Познавательная активность. Потребность в новых знаниях, впечатлениях, ощущениях.
Ведущая функция	Наглядно-образное мышление.
Игровая деятельность	Появляется и развивается сюжетно-ролевая игра.
Отношения со	Взрослый – источник увлекательной и компетентной

взрослыми	информации.
Отношения со сверстниками	Сверстник становится значимым, дети видят различия между мальчиками и девочками.
Эмоциональная сфера	Фон настроения выравнивается, менее подвержен перепадам.
Способ познания	Совместная деятельность.
Объект познания	Отношения людей.
Восприятие	Начинают интересоваться причины и следствия возникновения тех или иных явлений.
Внимание	Развивается устойчивость внимания и возможность произвольного переключения внимания с одного предмета на другой.
Память	Развивается произвольная память. Прилагает усилия, чтобы запомнить.
Речь	Способен понять абстрактные понятия, осмыслить значения слов, усваивает правила грамматики, запоминает буквы. Словарный запас – более 2000 слов. Понимает пассивную конструкцию, составляет рассказ по картинке, правильно произносит звуки, применяет будущее время, использует прошедшее.
Мышление	Наглядно-образное.
Воображение	Развивается фантазирование.
Условия успешного развития	Переход от соучастия к сотрудничеству в разных видах деятельности.
Возрастные страхи	Сказочных персонажей, уколов, боли, неожиданных звуков, одиночества, темноты, замкнутого пространства.
Новообразование возраста	Завершение формирования активной речи, появление элементов творческого воображения в сюжетно-ролевой игре, появление произвольности.

### **Возрастные психологические особенности развития детей 5-6 лет**

<b>Показатели</b>	<b>Характеристика</b>
-------------------	-----------------------

Ведущая потребность	Познавательная активность. Потребность в новых знаниях, впечатлениях, ощущениях.
Ведущая функция	Наглядно-образное мышление, воображение.
Игровая деятельность	Сюжетно-ролевая игра, игры с правилами.
Отношения со взрослыми	Общение с окружающими и их морально-нравственная оценка.
Отношения со сверстниками	Ребенок ориентирован на сверстников своего пола.
Эмоциональная сфера	Развивается произвольность поведения, формируются волевые качества: ребенок может ограничивать свои желания, преодолевать препятствия, оценивать результаты своих действий.
Способ познания	Экспериментирование, самостоятельная деятельность.
Объект познания	Представления о животном, растительном мире, о явлениях живой природы, труде, отношениях, событиях.
Восприятие	Складывается представление о пространстве, развивается ориентировка в нем, представляет форму, части предметов.
Внимание	Более устойчивое, расширяется объем. Появляется произвольное внимание.
Память	Появляется произвольная.
Речь	Развитие диалоговой речи, зарождается монолог.
Мышление	Наглядно-образное, появляется критичность мышления.
Воображение	Развивается фантазирование.
Условия успешного развития	Приобретает навыки конструктивного общения, познавательный интерес.
Возрастные страхи	Смерти, темноты, медицинских процедур, животных, сказочных персонажей, страшных снов, огня, пожара, нападения. У девочек – страх заболеть, наказания, страх перед засыпанием.
Новообразование	Соподчинение мотивов: может подавлять свои желания,

возраста	преобладают обдуманные действия.
----------	----------------------------------

### Возрастные психологические особенности развития детей 6-7 лет

Показатели	Характеристика
Ведущая потребность	В уважении, взаимопонимании и сопереживании взрослого.
Ведущая функция	Воображение, элементы логического мышления.
Игровая деятельность	Сюжетно-ролевая игра.
Отношения со взрослыми	Происходит разделение сферы человеческих взаимоотношений на нормативные (в деятельности) и человеческие (по поводу деятельности).
Отношения со сверстниками	Зарождается детская дружба, усвоение определенных способов поведения.
Эмоциональная сфера	Преодолевает ситуативные эмоции, культурно управляет чувствами, сопереживает, может справляться с агрессивностью.
Способ познания	Экспериментирование, самостоятельная деятельность.
Объект познания	Представления о животном, растительном мире, о явлениях живой природы, труде, отношениях, событиях.
Восприятие	Расширение представлений о форме, цвете, величине предметов, ориентируется на все признаки предмета.
Внимание	Увеличивается объем, устойчивость, развивается произвольное внимание.
Память	Механическое запоминание, произвольная память.
Речь	Речь включается в усвоение знаний, развитие мышления, в сенсорное развитие, в нравственное, эстетическое воспитание, в формирование деятельности и личности ребенка.
Мышление	Формирование словесно-логического мышления.
Воображение	Становится богаче и оригинальнее, логичным и последовательным.

Условия успешного развития	Познавательная активность, коммуникативные способности.
Возрастные страхи	Смерти, темноты, медицинских процедур, несоответствие социальным требованиям.
Кризис	Кризис 7 лет (кризис саморегуляции, рождение социального «я» ребенка).
Новообразование возраста	Возникает соподчинение мотивов, складывается мировоззрение, активно развивается самооценка, появляется учебно-познавательный мотив.

## 2. Содержательный раздел

### 2.1 Тематическое планирование деятельности детей

Первый раздел программы «Уверенность в себе» предполагает решение следующих задач: помочь ребенку осознать свои характерные особенности и предпочтения, понять, что он, как и каждый человек, уникален и неповторим. Для того чтобы быть успешным в делах, уметь общаться с разными людьми, каждый ребенок должен знать, что он может, а что ему пока не удастся. Его возможности еще ограничены, но они совершенствуются и развиваются - завтра он обязательно сделает то, чего не смог сегодня. Поэтому педагогу необходимо постоянно поддерживать каждого ребенка в разных ситуациях — как успеха, так и неудачи. Иными словами, в любом случае взрослые должны помогать ребенку поверить в свои силы.

Второй раздел программы «Чувства, желания, взгляды» призван научить детей осознанно воспринимать свои собственные эмоции - чувства и переживания, а также понимать эмоциональные состояния других людей.

Педагог знакомит детей с языком эмоций, выразительными средствами которого являются позы, мимика, жесты; обучает им пользоваться как для проявления собственных чувств и переживаний, так и для понимания эмоционального состояния других.

Педагог способствует постепенному осознанию детьми того, что одни и те же предметы, действия, события могут быть причиной различных эмоциональных состояний, вызывать разное настроение; что свое внутреннее отличие от других людей и схожесть с ними мы познаем, сравнивая чужие и свои собственные ощущения и переживания.

Третий раздел «Социальные навыки» предполагает обучение детей этически ценным формам и способам поведения в отношениях с другими людьми. Это формирование коммуникативных навыков; умение установить и поддерживать контакты, кооперироваться и сотрудничать, избегать конфликтных ситуаций.

Реализация программы осуществляется на всем протяжении пребывания ребенка в детском саду начиная с младшего дошкольного возраста. Начиная с

младшей группы, одну и ту же тему проходят в разных возрастных группах, при этом 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 развиваться по данной программе.

Непосредственно образовательная деятельность с подгруппой детей проводится один раз в неделю, их продолжительность составляет от 15 до 30 минут (в зависимости от возраста детей). НОД проводится в кабинете психолога или в помещении группы детского сада, в котором участники могут свободно располагаться и передвигаться. Процесс развития личности ребенка обеспечивается в различных видах общения, а также в игре, познавательно-исследовательской деятельности.

Образовательный процесс строится на основе партнерского характера взаимодействия участников образовательных отношений.

План работы по эмоциональному развитию

Младший возраст

№	Наименование разделов	Время проведения
1.	<i>Уверенность в себе</i>	
	Ребенок и кукла	3 неделя октября
	Отражение в зеркале	4 неделя октября
	Какого цвета твои глаза и волосы?	1 неделя ноября
	Все мы такие разные	2 неделя ноября
	Что тебе нравится?	3 неделя ноября
	Выбор игры любимая игрушка	4 неделя ноября
	Вкусный - невкусный	1 неделя декабря
	Обычный - странный	2 неделя декабря
	Подведение итогов	3,4 неделя декабря
2.	<i>Чувства, желания, взгляды</i>	
	Грусть и радость	3 неделя января
	Изменение настроения	4 неделя января
	Страшно	1 неделя февраля
	Подведение итогов	2 неделя февраля
3.	<i>Социальные навыки</i>	
	Друзья	3 неделя февраля
	Ссора	4 неделя февраля
	Как помириться	1 неделя марта
	Совместная игра	2 неделя марта
	Совместное дело	3 неделя марта
	Подведение итогов	4 неделя марта



Средний возраст

№	Наименование разделов	Время проведения
1.	<i>Уверенность в себе</i>	
	Разгляди себя в зеркале	3 неделя октября
	Что между нами общего	4 неделя октября
	Представь и изобрази себя другим	1 неделя ноября
	Твоя любимая еда	2 неделя ноября
	Животное, которое тебе нравится	3 неделя ноября
	Твоя любимая игра, игрушка	4 неделя ноября
	Красивый – безобразный	1 неделя декабря
	Обычный – странный	2 неделя декабря
	Подведение итогов	3 неделя декабря
2.	<i>Чувства, желания, взгляды</i>	
	Грусть, радость, спокойствие	3 неделя января
	Печаль, горе	4 неделя января
	Злость	1 неделя февраля
	Страх	2 неделя февраля
	Никто меня не любит	3 неделя февраля
	Подведение итогов	4 неделя февраля
	3.	<i>Социальные навыки</i>
	Друзья	1 неделя марта
	С кем ты хочешь дружить?	2 неделя марта
	Ссора	3 неделя марта
	Как помириться	4 неделя марта
	Ласковые слова	1 неделя апреля
	Что можно делать, а чего нельзя	2 неделя апреля
	Совместные игры	3 неделя апреля
	Подведение итогов	4 неделя апреля

Старший возраст

№	Наименование разделов	Время проведения
1.	<i>Уверенность в себе</i>	
	Изобрази себя	1 неделя октября
	Узнай по голосу	2 неделя октября
	Ты и твоё имя	3 неделя октября
	Что ты любишь поесть?	4 неделя октября
	Проба на вкус и запах	1 неделя ноября
	Что ты хочешь носить?	2 неделя ноября
	Что ты умеешь делать?	3 неделя ноября
	Какой ты, что тебе нравится?	4 неделя ноября
	Красивое - безобразное	1 неделя декабря
	Робкий	2 неделя декабря
	Смелый	3 неделя декабря
	Подведение итогов	4 неделя декабря
2.	<i>Чувства, желания, взгляды</i>	
	Мимические признаки эмоций	3 неделя января
	Твои поступки и чувства других	4 неделя января
	Спорящие лица	1 неделя февраля
	Горе	2 неделя февраля
	Подведение итогов	3 неделя февраля
3.	<i>Социальные навыки</i>	
	Я считаю себя хорошим	
	С кем я дружу	1 неделя марта
	Одиночество	2 неделя марта
	Дразнить, обижать	3 неделя марта
	Как можно объяснить все взрослым	4 неделя марта
	Вместе с друзьями	1 неделя апреля
	Совместные игры	2 неделя апреля
	Подведение итогов	4 неделя апреля

### 3. Организационный раздел

#### 3.1 Планируемые результаты

1. Ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.

2. Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других,

3. Сопереживать неудачам и радоваться успехам других, проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты.

4. Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам.

5. Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками.

6. Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями. Ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

#### 3.2 Взаимодействие с семьей

В рамках данной программы взаимодействие с родителями (законными представителями) осуществляется через: индивидуальные и групповые консультации, оформление информационных стендов в группах, организации выставки детского творчества, ознакомление с программой на официальном сайте ДОУ.

## Заключение

Представляемая программа способствует созданию условий для построения образовательного процесса, направленного на эмоциональное развитие детей.

Программа позволяет скоординировать и интегрировать деятельность педагогов в направлении работы с детьми по эмоциональному развитию.

## Список литературы

1. Ветрова В.В. Уроки психологического здоровья. Руководство для психологов, педагогов и родителей по развитию личности ребенка дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Педагогическое общество России, 2000.
2. Данилина Т. А., Зедгенидзе В. Я., Степина Н.П. В мире детских эмоций: Пособие для практических работников ДОУ. – М.: Айрис – Пресс, 2004.
3. Дьяченко О. М. и др. «Психолог в детском дошкольном учреждении: методические рекомендации к практической деятельности», М.: Новая школа, 2004;
4. Князева О. Л., Стеркина Р. Б.; Я, ты, мы. Учебно-методическое пособие по социально-эмоциональному развитию детей дошкольного возраста.— М.: Дрофа, ДиК, 1999.
5. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программа эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: «Генезис», 2006