

Муниципальное образовательное учреждение
«Центр образования»

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета
Протокол № 4
от «28» мая 2021 г.

Утверждаю
и.о. директора МОУ «Центр образования»
И.Н.Пуговкина
Приказ № 128 от «29» сентября 2021 г.



Рабочая программа

Развитие эмоционально – волевой сферы младших школьников

(срок реализации – 1 год, возраст обучающихся – 7 – 10 лет, количество часов в год - 34).

Составитель:
Зорина И.Е.
педагог-психолог

Олонец, 2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
 2. Цель и задачи программы
 3. Планируемые результаты
 4. Учебный план
 5. Содержание учебного плана
 6. Календарный учебный график
 7. Формы аттестации, оценочные материалы
 8. Методические и информационные материалы
 9. Материально-техническое обеспечение
 10. Информационное обеспечение
- Приложение 1
- Приложение 2

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по развитию психических процессов и мелкой моторики «Развитие эмоционально – волевой сферы младших школьников» имеет **социально-гуманитарную** направленность.

Актуальность

Для решения основных задач образовательного учреждения большое значение имеет учет особенностей эмоционального развития младших школьников. Развитие эмоционально-волевой сферы личности – это сложный процесс, который происходит под воздействием ряда внешних и внутренних факторов. Факторами внешнего воздействия являются условия социальной среды, в которых находится ребёнок, факторами внутреннего воздействия - наследственность, особенности его физического развития. Неадекватные формы эмоционального реагирования на изменение ситуации (от пассивности и равнодушия до агрессии и враждебности), повышенная склонность к возникновению аффективных реакций, имеются трудности в распознавании эмоциональных состояний других людей. Данные качества затрудняют процесс социальной адаптации школьников, а также оказывают влияние на качество коррекционно-образовательного процесса.

Обнаружено, что эмоционально стабильным детям учеба дается легче, и они дольше сохраняют положительное отношение к ней. У детей с высоким уровнем тревожности, повышенной эмоциональной чувствительностью и моторно-расторможенных часто наблюдается отрицательное отношение к учебному труду, учителю и его требованиям.

Для полноценного психического развития ребенка огромное значение имеет его полноценное общение с окружением. От того, как складываются эти отношения, во многом зависит его эмоциональное благополучие, формирование позитивной самооценки, становление и закрепление личностного стиля поведения и то, как ребенок будет относиться к окружающему миру. Предлагаемая программа ориентирована на оказание помощи и поддержки детям младшего школьного возраста, имеющим трудности в эмоциональной и коммуникативной сферах, способствует поиску эффективных путей преодоления возникающих трудностей в совместной учебно-игровой деятельности.

Основание программы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства образования Республики Карелия от 02.07.2019 г. №721 «Об утверждении Регламента проведения независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ».
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11. 2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. №189 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно–эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях». Опубликовано 16 марта 2011 г. Зарегистрировано в Минюсте РФ 3 марта 2011 г. Регистрационный № 1993.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 24 марта 2009 г. № 95 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогических консилиумах».

Адресат: дети младшего школьного возраста, имеющие высокий уровень тревожности, повышенную эмоциональную чувствительность, моторную расторможенность, **дети с ограниченными возможностями здоровья.**

Срок реализации программы – 1 год.

Количество часов в год – 34.

Возраст обучающихся –7- 10 лет.

Возрастные особенности

Эмоциональная сфера младших школьников характеризуется:

- 1) легкой отзывчивостью на происходящие события и окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности эмоциями;
- 2) непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний - радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия;
- 3) готовностью к аффекту страха; в процессе учебной деятельности страх ребенок переживает как предчувствие неприятностей, неудач, неуверенности в своих силах, невозможность справиться с заданием; школьник ощущает угрозу своему статусу в классе, семье;
- 4) большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений (на общем фоне жизнерадостности, бодрости, веселости, беззаботности), склонностью к кратковременным и бурным аффектам;
- 5) эмоциогенными факторами для младших школьников являются не только игры и общение со сверстниками, но и успехи в учебе и оценка этих успехов учителем и одноклассниками;
- 6) свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются; мимика других воспринимается часто неверно, так же как и истолкование выражения чувств окружающими, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников; исключение составляют базовые эмоции страха и радости, в отношении которых у детей этого возраста уже имеются четкие представления, которые они могут выразить вербально, называя пять синонимичных слов, обозначающих эти эмоции.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность 1 академического часа составляет:

6-7 лет - 30- мин

8-10 лет - 35 мин.

На занятиях предусматривается групповая (мелкогрупповая) **форма организации учебной деятельности**

Формы и методы работы: игровые технологии, здоровьесберегающие технологии, технологии проблемного обучения, элементы арт-терапии.

2. Цель и задачи программы

Успешное развитие межличностного общения в рамках программы идет параллельно развитию эмоционально-волевого развития. То, в какой мере ученики умеют понимать и отражать свои чувства, настроение друг друга, воспринимать и понимать других, а через них и самих себя, будет во многом определять процесс общения, качество отношений и способы, с помощью которых они будут осуществлять совместную деятельность.

Цель программы: развитие эмоционально-волевой и личностной сферы учащихся, а также формирование коммуникативных компетенций.

Основные задачи программы:

- снижение психоэмоционального напряжения, коррекция тревожности и агрессии;
- коррекция настроения и негативных черт характера;
- формирование навыков саморегуляции и самоконтроля;
- развитие системы самосознания и самооценки, рефлексивных способностей, формирование адекватного отношения к себе и другим;
- формирование позитивного отношения к своему «Я», адекватной самооценки и повышение уверенности в себе;
- формирование и развитие коммуникативных умений: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, развитие способности к эмпатии, сопереживанию;
- формирование навыков применения полученных знаний и умений в процессе изучения школьных дисциплин и в практической деятельности.

3. Планируемые результаты:

Результаты отразятся, во-первых, на индивидуальных особенностях развития ребенка, связанных с Я-концепцией, мотивацией достижения успеха, развитием эмоциональной сферы и компетентности в общении, во-вторых – в улучшении адаптации в школе и, возможно, повышении продуктивности учебной деятельности.

По итогам освоения программы у обучающихся произойдет:

- повышение уровня стабильности эмоционально-волевой регуляции продуктивной деятельности;
- снятие (уменьшение) психического напряжения, тревоги, страхов;
- сформированность умения правильно выражать свои чувства, умение управлять своими эмоциями, понимать и оценивать отношение к себе других людей, сверстников;
- овладение учащимися умениями и навыками эффективного взаимодействия, снятие барьеров в общении;
- улучшение социально-психологического климата класса;

4. Учебно-тематический план

№ занятия	Тема	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Диагностика эмоционально-волевой сферы;	1	0,2	0,8	Наблюдение, практические задания, фиксация результата.
2	Мой внутренний мир Кто Я? Какой Я?	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
3-4	Познай самого себя и других	2	0,5	1,5	Наблюдение, рефлексия.
5	Моя самооценка	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
6-7	Мои способности	2	0,5	1,5	Наблюдение, рефлексия.
8	Мой характер	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
9	Мое настроение	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
10	Эмоции – внутренние друзья и враги	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
11-12	Радость. Удовольствие. Интерес. Счастье.	2	0,5	1,5	Наблюдение, рефлексия.
13-14	Грусть. Обида. Гнев.	2	0,5	1,5	Наблюдение, рефлексия.
15	Страх. Он помогает или мешает?	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
16	Как управлять эмоциями?	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
17	Конкурс чувствоведов. Тестовое задание	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия. промежуточная аттестация
18	Я и мир вокруг меня	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
19	Общение в жизни человека	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
20	Я глазами других	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
21	Почему люди ссорятся? Споры и ссоры	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
22-23	Предотвращение конфликтов	2	0,5	1,5	Наблюдение, рефлексия.
24	Учимся слушать друг друга	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
25	Уверенное и неуверенное поведение	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
26	Нужна ли агрессия?	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
27	Я и мои друзья Правила дружбы	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
28	Мы – дружный класс	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
29	Дружба девочек и мальчиков	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
30	Я и моя школа	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
31	Я и моя семья	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.

32	Мое настоящее и будущее	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
33	Будь собой, но в лучшем виде	1	0,2	0,8	Наблюдение, рефлексия.
34	Итоговое занятие «Всем спасибо» Диагностика	1	0,2	0,8	Наблюдение, практические задания, фиксация результата.
	Итого	34	7	27	

5. Содержание

№	Тема занятия	Содержание
Раздел 1. Самопознание «Какой «Я»?		
1.	Диагностика эмоционально-волевой сферы.	Тест «Дом – дерево – человек», Методика «Волшебная страна чувств», "Несуществующее животное", Методика "Лесенка" Дембо – Рубинштейна
2.	Мой внутренний мир Кто Я? Какой Я?	Обследование эмоционально-волевой сферы Определение принципов работы на занятиях Сплочение группы. Социометрия.
3.	Познай самого себя и других	Определение достоинств и недостатков своих и других людей, понимание причин их поступков Закрепление знаний учащихся о положительных и отрицательных качествах характера человека Развитие интереса к себе
4.	Моя самооценка	Создание условий для самоанализа собственных достоинств и недостатков Повышение уровня самопринятия Формирование уверенности в себе
5.	Мои способности	Осознание детьми своих особенностей и способностей других людей Развитие внимания, памяти, мышления, речи, активного и пассивного словаря
6	Мой характер	Развитие способности к самоанализу и рефлексии Развитие системы самосознания и самооценки, формирование адекватного отношения к себе и другим Формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе
Раздел 2. Мир эмоций. «Я и эмоции»		
7	Мое настроение	Развитие способности осознавать и выражать свои эмоциональные состояния Развитие творческой активности учащихся
8	Эмоции – внутренние друзья и враги	Знакомство учащихся с эмоциями Обучение умению определять эмоциональное состояние других людей Тренировка умения владеть своими эмоциями.
9	Радость. Удовольствие. Интерес. Счастье.	Определение понятия положительных эмоций Способствование адекватному самовыражению, рефлексии эмоциональных состояний
10	Грусть. Обида. Гнев.	Определение понятия отрицательных эмоциональных переживаний Развитие способности отличать отрицательные эмоции от положительных.
11	Страх. Он помогает или мешает?	Определение понятий «страх», «тревога», «одиночество» Помощь в преодолении страхов, в обретении уверенности в себе, в понимании того, что вера в себя необходима для

		развития человека
12	Как управлять эмоциями?	Осознание своих эмоций, обогащение адекватными способами выражения своего настроения Обучение самоконтролю и закреплению этих навыков Обучение навыкам релаксации
13	Конкурс чувствоведов	Формирование умения распознавать эмоциональные реакции других людей Развитие взаимопонимания Повышение самооценки
Раздел 3. Позитивное общение «Мой язык общения»		
14	Я и мир вокруг меня	Повышение самооценки Развитие чувства принадлежности к группе Формирование умения увидеть в другом человеке его достоинства
15	Общение в жизни человека	Определение первоначального представления о значении общения в жизни человека Формирование представлений о различных средствах общения Развитие социально-коммуникативных навыков Сплочение коллектива
16	Я глазами других	Формирование способности к самоанализу Способствование возникновению желания самосовершенствоваться Развитие способности принимать друг друга
17	Почему люди ссорятся? Споры и ссоры	Знакомство учащихся с понятием «конфликт» Выявление особенностей поведения в конфликтной ситуации Обучение способам выхода из конфликтной ситуации
18	Предотвращение конфликтов	Знакомство с вербальными барьерами общения Обучение альтернативным вариантам поведения Обучение анализу различных состояний
19	Учимся слушать друг друга	Помощь в осознании собственного «Я» Формирование понимания необходимости жить в согласии с собой и другими Формирование адекватных эмоциональных реакций в ходе совместного взаимодействия
20	Уверенное и неуверенное поведение	Знакомство с понятием о сильной личности Выработка навыков уверенного поведения
21	Нужна ли агрессия?	Познакомить учащихся с признаками агрессивного поведения Определить приемлемые способы разрядки гнева и агрессии
22	Я и мои друзья Правила дружбы	Развитие коммуникативных навыков Помощь в осознании качеств настоящего друга Сплочение коллектива
23	Мы – дружный класс	Сплочение коллектива Развитие чувства эмпатии Развитие навыков координации совместных действий
24	Дружба девочек и мальчиков	Формирование нравственных качеств: умение дружить, беречь дружбу Определение – что такое дружба девочек и мальчиков Сплочение классного коллектива
25	Я и моя школа	Помощь детям в осознании особенностей позиции ученика Развитие умения высказывать свое мнение

		Развитие навыков общения
26	Я и моя семья	Актуализация опыта семейного взаимодействия Анализ наиболее часто встречающихся трудностей в отношениях с родителями Оптимизация взаимоотношений «родитель-ребенок»
27	Мое настоящее и будущее	Определение интересов детей Отработка навыков преодоления препятствий на пути к достижению цели Актуализация личностных ресурсов
28	Будь собой, но в лучшем виде	Обследование эмоционально-волевой и коммуникативной сфер Активизация процесса самопознания Закрепление благоприятного отношения к себе
29	Итоговое занятие «Всем спасибо» Диагностика	Подведение итогов Закрепление полученных навыков Развитие эмпатии, рефлексии

6. Календарный учебный график (Приложение № 1).

Учебный год в организации длится с 01 сентября по 31 мая (сроки учебного года согласовываются с администрацией Олонецкого национального муниципального района и утверждаются директором МОУ «Центр образования» ежегодно).

Продолжительность учебного года – 34 учебные недели.

Количество учебных дней – 34.

Каникулы: осенние, зимние, весенние (в соответствии с графиком каникул).

Сроки реализации программы	I учебный период/четверть		Каникулы	II учебный период/четверть		Каникулы	III учебный период/четверть		Каникулы	IV учебный период/четверть	
01 сентября-31 мая		1 – 9 неделя		10 – 17 неделя			18 – 27 неделя			28 – 34 неделя	

 Стартовая, промежуточная и итоговая диагностика

 занятия по программе

7. Формы аттестации, оценочные материалы

Отслеживание результатов по программе проводится в течение всего периода обучения: первичная и **итоговая аттестация** проводится в форме диагностики. Диагностика проводится с целью изучения развития эмоционально-волевой сферы обучающихся их коммуникативных навыков. **Промежуточная аттестация** проводится в форме игрового задания.

Для **отслеживания результатов** предусматриваются в следующие **формы контроля**:

Стартовый, позволяющий определить исходный уровень развития учащихся (по методикам);

Текущий:

-рефлексивный - контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;

-контроль по результату, который проводится после осуществления действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

Итоговый:

-диагностика;

-творческие работы учащихся

Циклограмма мониторинга отслеживания уровня развития эмоционально – волевой и коммуникативной сфер младших школьников

Методика исследования	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Тест «Дом – дерево – человек» Джоржа Бука	+			+
Методика «Волшебная страна чувств»		+		+
Тест Люшера	+			+
"Несуществующее животное"			+	+
Методика "Лесенка" Дембо – Рубинштейна		+		+
Социометрический тест	+			+
Метод наблюдения	+	+	+	+

8. Методические и информационные материалы

Методы и приемы работы подобраны в соответствии с возрастными особенностями детей, способствуют развитию и коррекции познавательных процессов, способствуют общему развитию мелкой моторики, зрительно-двигательной координации детей старшего дошкольного возраста.

В процессе реализации программы используются различные технологии: игровые технологии, здоровьесберегающие технологии, технологии проблемного обучения, элементы арт-терапии.

Используются все основные методы обучения: словесные, наглядные и практические, сочетающиеся и дополняющие друг друга. В качестве словесных методов применяются: инструкции педагога, объяснение заданий. Наглядные и практические методы активизируют деятельность обучающихся, развивают их психические процессы.

Основными **формами** образовательного процесса являются:

При реализации программы используются следующие формы и методы работы:

- беседа,
- практические задания;
- самостоятельная работа;
- психогимнастика,
- упражнения на развитие мелкой моторики,
- ролевая игра,
- арт-терапевтические техники (Мозартика, мандала),
- сказкотерапия,
- дискуссия,
- релаксационные методы,
- когнитивные методы (упражнения на развитие памяти, внимания, мышления).

Основное содержание занятий составляют тренировочные упражнения, специальные задания, дидактические и развивающие игры.

9. Материально-техническое обеспечение

- Для реализации программы необходимо следующее оборудование: принадлежности для рисования; клей, степлер, скотч-лента, ножницы; кнопки или магниты для крепления продуктов на доске, мяч; тетрадь для занятий, ручки для каждого участника; необходимое оборудование при проведении психологических игр индивидуально для каждой игры, цветные фломастеры и карандаши, листы А4, игрушки, магнитная доска, маркеры, дидактический материал, к

- Детская мебель в соответствии с ростом детей, диагностический инструментарий, картотека физминуток, картотека динамических пауз, картотека пальчиковых игр, картотека нейропсихологических игр.
- Мягкие игрушки. Дидактические игры. Предметные изображения, отличающиеся по одному или нескольким признакам. Кинетический песок, стол с подсветкой.

10. Информационное обеспечение

Список литературы:

1. Бендас Т.В., Нагаев В.В. Психология чувств и их воспитание. - М., 2002.
2. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. - М., 2000.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? - М., 2007.
4. Захаров А.И. Как преодолеть отклонения в поведении ребенка. - М., 2009.
5. Зинкевич-Евстигнеева. Практикум по сказкотерапии. - СПб., 2003.
6. Изард К.Е. Эмоции человека. - М., 2008.
7. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей.- М., 2003.
8. Практикум по арттерапии. Под ред. А.И.Копытина.- СПб., 2001.
9. Сарган Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. - М., 1999.
10. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. - М., 2003.
11. Слободяник Н.П. Формирование эмоционально-волевой регуляции у учащихся начальной школы: Практическое пособие. - М., 2004.
12. Субботина Л.Ю. «Игры для развития и обучения. Дети Методическое обеспечение:
13. Субботина Л.Ю. «Игры для развития и обучения. Дети 5-10 лет», Ярославль: Академия развития, 2001
14. Субботина Л.Ю. «Учимся играя: развивающие игры для детей 5-10 лет», Екатеринбург: У – Фактория, 2005
15. Тихомирова Л.Ф. «Познавательные способности. Дети 5 -7 лет», Ярославль,: Академия развития, 2006
16. Фоппель К. Как научить детей сотрудничать? (1 – 4 части) - М., 1998.
17. Шевандрин Н.И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. - М.: ВЛАДОС, 1998.

Интернет-ресурсы:

<https://www.art-talant.org/publikacii/7876-kartoteka-kommunikativnyh-igr-dlya-doshkolnykh-na-razvitiye-kommunikativnyh-umeniy>

<https://malyschok.edusite.ru/p74aa1.html>

Приложение 1

Календарный учебный график

№	Месяц	Число	Время занятия	Форма занятия	Количество во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1								

Приложение 2

Психологический профиль

(эмоционально-волевая сфера).

Ф.И.О. _____
Дата рождения _____
Проблема _____

Дата обследования:
« » _____ 20____
« » _____ 20____
« » _____ 20____
« » _____ 20____

Уровни развития:
1 – низкий
2 – ниже среднего
3 – средний
4 – выше среднего
5 – высокий

