**Исследовательско-творческий проект по психологии**

**«МИР ЧУВСТВ И ЭМОЦИЙ»**

**На тему : «СТРАНА НАСТРОЕНИЙ»**

 Выполнила: педагог-психолог

 МБОУ «СОШ№5»

Зернова Оксана Валерьевна

**Паспорт проектной работы**

**Название проекта:** «Страна настроений».

**Руководитель проекта:** педагог-психолог Зернова Оксана Валерьевна.

**Место реализации:** МБОУ «СОШ№5».

**Учебный предмет, в рамках которого выполнен проект:** коррекционно-развивающие занятия по развитию эмоционально-волевой сферы у младших школьников по программе «Гармония» (раздел 1 «Я и эмоции»).

**Возраст учащихся, на который рассчитан проект:** 7-8 лет.

**Категория детей:** дети с ограниченными возможностями здоровья.

**Состав проектной группы:** педагог-психолог, родители, дети.

**Вид проекта**:долгосрочный, групповой.

**Тип проекта:** исследовательско-творческий.

**Необходимое оборудование:** проектор, экран, ноутбук, аудиомагнитофон, ковер, цветная бумага, цветные карандаши, альбомы, клей, кисти, краски, пиктограммы, мяч, ножницы.

**Цель проекта:**способствовать развитию эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста.

**Задачи проекта:**

Для детей:

Коррекционно-образовательные:

* познакомиться с базовыми эмоциями и способами их выражения;
* формировать представление о положительных и отрицательных эмоциях;
* преодолевать негативные эмоциональные проявления (злость, агрессия, страх).

Коррекционно-развивающие:

* развивать стремление сопереживать, помогать, поддерживать друг друга;
* развивать у себя исследовательские, творческие умения (выделение проблем, сбор информации, наблюдение, обобщение, представление результатов);
* развивать навыки взаимодействия в коллективе.

Коррекционно-воспитательные:

* получать удовольствие, интерес от совместно проделанной работы;
* воспитывать стремление довести начатую работу до конца, получить продукт деятельности.

Для родителей:

* совместно с детьми учиться выражать свои эмоции с помощью слов, мимики, жестов;
* закреплять с детьми полученную информацию дома.

Для педагога-психолога:

* изучить психолого-педагогическую литературу по данной теме и определить основные направления работы;
* разработать программу занятий и подобрать комплекс упражнений, направленных на развитие эмоциональной сферы дошкольника.

**Вопросы проекта:**

Для детей:

* Всегда ли одинаковое у нас настроение?
* Каким бывает наше настроение?
* Почему настроение у всех людей разное?
* Можем ли мы управлять своим настроением, менять его? Как это сделать?
* Как мы можем помочь нашим друзьям, родственникам улучшить настроение?

Для педагога-психолога:

* Зачем надо формировать у детей знания об эмоциональных состояниях?
* Какова роль эмоций в повседневной жизни?
* Какую роль выполняют родители в эмоциональном развитии ребенка?
* Как научить ребенка выражать и контролировать свои чувства и понимать чувства окружающих?

**Гипотеза:** Если дети с ранних лет будут знать эмоции и учиться правильно выражать свое эмоциональное состояние, то они смогут контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние окружающих людей, правильно, адекватно на него реагировать.

**Аннотация:** Современному обществу уже давно стал очевиден тот факт, что развитие ребенка необходимо начинать с раннего возраста.Однако, некоторыми родителями, а иногда и педагогами, под развитием понимается только интеллектуальное, познавательное, сформированность определенных учебных навыков, физическое здоровье и самочувствие ребенка. Но это лишь одна сторона гармонично развивающейся личности ребенка. Обратная сторона – эмоционально-личностное развитие, которому мало кто всерьез уделяет должное внимание. Как справедливо указывали педагоги Л.С Выготский и А.В. Запорожец, ребёнок будет гармонично развиваться, когда будет учитываться согласованное развитие эмоциональной и интеллектуальной систем.

Человек – существо эмоциональное, все, с чем он сталкивается в повседневной жизни, вызывает у него ту или иную реакцию, какое-то отношение, чувства. Что-то нам нравится, вызывает восхищение, умиляет, успокаивает, а что-то злит, тревожит, пугает. Парадокс состоит в том, что одна и та же ситуация может вызывать разные чувства. И два разных человека по-своему отреагируют на ситуацию. Взрослый человек так или иначе может контролировать свои чувства, поведение, ребенок не всегда способен это сделать в силу своей импульсивности, непосредственности.

Дошкольный и младший школьный период является сензитивным для развития многих психических процессов. Элементарные нравственные представления и чувства, простейшие навыки поведения, навыки общения со сверстниками и взрослыми, приобретенные в данный период ребенком в последствии станут фундаментом для развития новых форм поведения, правил и норм.

У детей с ограниченными возможностями здоровья, в особенности с задержкой в психическом развитии, умственной отсталостью, становление и понимание эмоциональной сферы протекает длительно, со множеством различных нарушений. У них затруднено осознание своих переживаний, настроений. Часто дети с трудом дифференцируют свои чувства, не умеютвыражать свое эмоциональное состояние социально - приемлемым способом. Что уж тут говорить о понимании чувств другого и адекватной реакции на них. Дети становятся менее отзывчивыми к чувствам других. Из-за этого возникают конфликты внутри детской группы, у дошкольников появляются внутриличностные проблемы, которые вытекают в тревожность, агрессивность, гиперактивность, застенчивость, замкнутость.Именно поэтому с ними нужно проводить более углубленную и тщательную работу, чем раньше эта работа начнет проводится, тем больше вероятность успешной социализации ребенка, адаптации к постоянно меняющимся условиям жизни. В проекте учитываются эмоциональные и личностные особенности детей данной категории,ведется детальное и широкое изучение эмоциональной сферы человека.

В проекте кроме детей и педагога-психолога задействованы и родители. Это не случайно и имеет важное значение для успешной реализации проекта и качественного обучения детей. Дети легко перенимают образцы агрессивного поведения взрослых, повсеместно их демонстрируя. Как подчеркивал А. В. Запорожец эмоциональное неблагополучие в общении с близкими ведет к нарушениям в формировании личности. Важно знакомить родителей (на всеобучах, практикумах и т. д.) с особенностями эмоциональной сферы ребенка и даже навыкам эффективного общения, где родители учатся открыто высказывать свои чувства по отношению к ребенку. Родители сами недостаточно грамотно дифференцируют свои чувства и показывают их ребенку. А ведь именно на родителя ориентируется ребенок – как на образец!

Ценность занятий по проекту «Страна настроений»состоит в том, что благодаря развитиюэмоциональной сферы, дети расширяют круг осознаваемых чувств, они начинают глубже понимать себя и окружающих людей, им становится легче наладить дружеские отношения внутри коллектива сверстников.Целенаправленная совместная работа педагогов и родителей по социально-эмоциональному воспитанию позволит выявить и скорректировать нежелательные эмоциональные проявления детей и сформировать у них чувство уверенности в себе и осознанно правильное отношение к миру посредством выражения положительных эмоций.

**Ожидаемые результаты проекта:**

Для детей:

* должны знать чувства: радость, удивление, страх, гнев, горе, спокойствие;
* понимать и описывать свои чувства;
* выражать свои чувства с помощью мимики, пантомимики, голоса;
* понимать и выражать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации;
* появление у детей позитивных поведенческих реакций и переживаний;
* навыки управления своими эмоциями и чувствами;
* уступать друг другу в конфликтных ситуациях;
* умение работать в группе.

Для педагогов:

* повысится уровень психологической культуры, эмоциональной стабильности;
* познакомятся с методами коррекции и развития эмоционального контроля у детей (3,4 уровень базовой аффективной регуляции по К. С. Лебединской, О. С. Никольской).

Для родителей:

* осознание своей роли в эмоциональном благополучии ребенка;
* совместное творчество сблизит взрослых с детьми, гармонизирует детско-родительские отношения.

**Предполагаемые продукты проекта:**

Для детей:

* Альбом с работами «Мои эмоции»
* Карта «Страна настроений»
* Выставка рисунков «Волшебная страна настроений»

Для психолога:

* Кубик «Мои эмоции»
* Д/и «Разрезные картинки» (пиктограммы)
* Конспект итогового занятия «Азбука настроений»
* Коррекционно-развивающая программа для детей с эмоционально-волевыми нарушениями «Страна настроений»
* Брошюра для родителей «Игры для детей с эмоциональными нарушениями»

**Этапы работы над проектом**:

Подготовительный этап - проведение анкетирования родителей, диагностики детей. Ознакомление родителей с результатами диагностики и анкетирования, озвучивание проблемы. Изучение методической литературы по данному направлению работы. Разработка плана занятий с детьми. Подбор дидактических игр, наглядного материала и оборудования для занятий. Проведение вводной беседы с детьми, по актуальным вопросам проекта для выявления их осведомленности и выработки мотивации на совместную работу по проекту.

Основной этап – проведение цикла занятий по развитию эмоционально-волевой сферы детей в рамках коррекционно-развивающей программы «Гармония», проведение игр и упражнений, выразительных этюдов, мини-инсценировок. Привлечение родителей к совместной деятельности.

Заключительный этап – подведение итогов реализации проекта, выставка    детских рисунков «Волшебная страна настроений», завершение работы над альбомом «Волшебная страна настроений», подготовка коррекционно-развивающей программы, брошюры для родителей, диагностика детей и анкетирование родителей. Сообщение результатов работы.

**Этапы реализации проекта**:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Формы работы** | **Мероприятия** | **Сроки** |
| **1 этап. Подготовительный** |   |
| 1. |  Индивидуальное обследование | Диагностика эмоционального развития ребенка, базовой аффективной регуляцииБеседа с ребенком по вопросам проекта | Сентябрь |
| 2. | Групповая консультация родителей | Анкетирование родителей по выявлению представления родителей об особенностях эмоционального развития детей.Сообщение результатов диагностического обследования детей, их эмоционального благополучия. | Сентябрь |
| 3. |   | Изучение литературы по вопросу эмоционального развитиядетей | Сентябрь |
| 4. |  | Составление перспективного плана работы с участниками проекта | Сентябрь |
| **2 этап. Основной** |  |
| Работа со специалистами |  |
| 1. | Индивидуальные консультации | Особенности работы с детьми с трудностями в развитии и обучении, эмоционально-волевой сфере в рамках реализации проектаПодготовка к проекту, оформление паспорта проекта  | В течение реализации проекта |
| 2. | Открытое занятие | Итоговое занятие «Азбука настроений» | Декабрь  |
| 3. | Обмен опытом | Картотека игр по коррекции эмоционально-волевой сферы | Декабрь |
| Работа с родителями |   |
| 1 | Индивидуальные консультации | Сообщение успехов, трудностей ребенка в ходе реализации проекта, предоставление материалов для занятий с ребенком дома | В течение реализации проекта |
| 2 | Брошюра | «Игры для детей с эмоциональными нарушениями» | Ноябрь |
| 3 | Групповая консультация | Подведение итогов проекта | Декабрь |
| Работа с детьми |   |
| 1 | Групповые занятия | Коррекционно-развивающие занятия по программе «Гармония» (раздел 1 «Я и эмоции») с использованием дидактических игр, наблюдения, проигрывания и обсуждения ситуаций, пластических этюдов, рисования, аппликации и т. д. (Приложение 1) | Сентябрь-декабрь |
| **3 этап.Заключительный** |   |
| 1. |  Выставка работ детей | «Волшебная страна настроений» | Декабрь |
| 2. |   | Оформление паспорта проекта | Декабрь |
|  |  | Оформление картотеки игр по коррекции эмоционально-волевой сферы | Декабрь |
|  |  | Разработка коррекционно-развивающей программы для детей с эмоциональными нарушениями «Волшебная страна настроений» | Декабрь |

**Результаты проекта:**

Конечно тема эмоции очень сложная, не только для малышей, но и для взрослых. А тем более маленькому человечку, который только постигает все в этом мире, который еще не умеет себя контролировать и обладает лишь небольшим количеством инструментов, чтобы показать свои чувства (смех, плачь, раздражение, радость).Тем не менее, детям очень понравилось путешествовать по миру эмоций, там они узнали, что все эмоции важны для человека. Дети познакомились с основными эмоциями человека, узнали, как выплеснуть свои эмоции и никому не навредить. Проект способствовал снижению тревожности и агрессивности у детей, творческих способностей, а, главное, приобретению навыков позитивного общения не только со сверстниками, но и с взрослыми.Дети стали более сплоченными в играх, они научились конструктивному способу управлению гнева, разрешению конфликтов.

Специалисты учреждения повысили свой уровень психологической культуры. Почерпнули для себя новые методы развития эмоциональных процессов детей. Познакомились с особенностью ведения проектной деятельности в рамках реализации коррекционно-развивающей программы. Родители глубже осознали свою роль в эмоциональном благополучии ребенка. Совместное творчество, способствовало сближению взрослых с детьми.   В путешествии дети были активны и заинтересованы.

Очень удачен выбор именно этой формы – проект, для работы с детьми с задержкой в развитии, они через практические задания и игры быстро смогли принять на себя необходимые роли, осознать свои и чужие чувства глубже.

В перспективе планирую продолжать работу по данному проекту, увеличить количество занятий по программе «Страна настроений». Планирую внедрение проектной деятельности с детьми других возрастов с эмоциональными нарушениями.

**Литература:**

1. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: Практическое пособие — М.: Генезис.
2. Семенака С. И. Учимся сочувствовать, сопереживать. Коррекционно-развивающие занятия для детей 5-8 лет.- М.: АРКТИ,2004.-79с.
3. Ковалец И.В. Практическое пособие для работы с детьми, имеющими отклонения в психофизическом развитии и эмоциональной сфере.-М.:Владос,2003. -136с.
4. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Козлова И.А. Цветик-семицветик. Программа психолого-педагогических занятий для дошкольников 5-6 и 6-7 лет. -СПб.: Речь; М.: Сфера, 2014.- 159 с.
5. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста.-М.: ТЦ Сфера, 2004.
6. Шипицина Л.М. Азбука общения: Развитие личности ребёнка, навыков общения со взрослыми и сверстниками.-М.: Детство-Пресс, 1998.
7. Громова Т.В. Страна Эмоций. Методика как инструмент диагностической и коррекционной работы с эмоционально-волевой сферой ребёнка / Т.В.Громова. - М.: УЦ «Перспектива»
8. Данилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ / Т.А.Данилина.- М.: Изд-во Айрис-Пресс, 2006.
9. Ковалец И. В. Азбука эмоций Владос 2004 г.
10. Мирилова, Т.Л. Эмоциональное развитие ребёнка. – Волгоград: Корифей, 2009. Минаева В.М. «Развитие эмоций дошкольников» изд. «Аркти», Москва, 2003
11. Семенака С.И. «Учимся сочувствовать, сопереживать», изд. «Аркти», Москва, 2003

 **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по формированию эмоционально-волевой сферы**

**«Гармония»**

**дополнительной образовательной программы дополнительного образования детей социально-педагогической направленности**

**«Этика и правила поведения»**

Возраст – 6-8 лет

Категория детей – дети с нарушениями эмоционально-волевой сферы

Срок реализации программы – 1 год

Автор – составитель:

педагог-психолог Зернова О.В.

**Пояснительная записка**

Личность ребенка дошкольного и младшего школьного возраста характеризуется в первую очередь преобладанием положительных эмоций над отрицательными и закреплением их в чертах характера и личности детей: положительная самооценка, доброжелательность, уверенность в своих силах. Однако, не у всех детей в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте эмоциональное развитие протекает благополучно, что проявляется во внутренних переживаниях (наличие тревожности, низкая самооценка и др.) и нарушениях в поведении (расторможенность, негативизм, конфликтность, агрессивность и т.д.). Спектр эмоциональных нарушений в детском возрасте чрезвычайно велик. Это могут быть тяжелые невротические конфликты, неврозоподобные состояния ребенка вследствие органического поражения центральной нервной системы, преневротические состояния и др. В психологической литературе эмоциональное неблагополучие у детей рассматривается как отрицательное состояние, возникающее на фоне трудно разрешимых личностных конфликтов.

**Симптомы эмоциональных нарушений у детей.**

**1. Затруднение в общении со сверстниками и взрослыми:**

- неуравновешенность;

- возбудимость;

- бурные аффективные реакции (гнев, истерический плач, демонстрация обиды), которые

сопровождаются соматическими изменениями (покраснение, усиленное потоотделение);

- негативизм;

- упрямство;

- неуступчивость;

- конфликтность;

- жестокость;

- устойчивое негативное отношение к учению;

- застревание на отрицательных эмоциях;

- эмоциональная холодность;

- отчуждение, скрывающее неуверенность в своих силах;

**2. Особенности внутреннего мира:**

- острая восприимчивость;

- болезненная чувствительность;

- наличие страхов: не являющимися возрастными, мешающими нормальной жизнедеятельности

детей;

- впечатлительность;

- тревожность;

- мнительность.

Данная классификация является условной, так как внутреннее неблагополучие ребенка непосредственно влияет на его поведение и общение с окружающими. Необходимость более четкого выделения детей с различными уровнями социально-эмоционального развития способствует созданию классификации, представленной ниже.

**Низкий (неблагополучие):**

- нежелание и неумение действие совместно со взрослыми и сверстниками;

- отсутствие инициативы в общении;

- отсутствие самоконтроля в действиях, поведение и эмоциях;

- исключительная ориентация на собственные действия;

- непризнание правил и норм общения и деятельности;

- отсутствие понятий «хорошо – плохо»; или не желание им следовать;

- конфликтность, агрессивность.

**Средний:**

- недостаточная инициативность в общении;

- ситуативная регуляция аффективных проявлений, неумение улаживать конфликты;

- принятие помощи и возможность ее оказания;

**Высокий:**

- желание вступать в общение, взаимодействовать длительное время;

- успешное выполнение лидерских и пассивных ролей;

- умение уладить конфликт, уступить или настоять на своём;

- признание и адекватное выполнение правил, предложенных взрослым;

- заботливое отношение к миру чувств людей;

- умение занять себя;

- владение адекватными способами выражения своего внутреннего состояния.

Формирования у детей дошкольного и младшего школьного возраста умения преодолевать свое неблагополучие происходит в деятельности, в непосредственном общении со взрослыми и сверстниками. Традиционно выделяют три группы факторов, приводящих к возникновению эмоциональных нарушений у детей: биологические, психологические, социально-психологические. Биологические предпосылки эмоциональных нарушений включают в себя генетические факторы. Так, в исследовании зарубежных авторов была обнаружена отчетливая связь между депрессивными состояниями у детей и аналогичными состояниями у их родителей. К биологическим факторам, предрасполагающим возникновению эмоционального неблагополучия у ребенка можно отнести соматическую ослабленность вследствие частых заболеваний. Ряд авторов указывают на повышенную частоту эмоциональных нарушений у детей с хроническими соматическими заболеваниями, отмечая, что нарушения эти не являются прямым результатом болезни, а связаны с трудностями социальной адаптации больного ребенка и с особенностями его самооценки. К собственно психологическимпричинам возникновения эмоционального неблагополучия у детей авторы относят особенности эмоционально-волевой сферы ребенка, в частности нарушение адекватности его реагирования на воздействия извне, недостаток в развитии навыков самоконтроля поведения и др. Условно эмоциональные нарушения можно разделить на две подгруппы. В основе этого деления лежат те сферы, в которых проявляется социально-эмоциональное неблагополучие: с одной стороны, во взаимоотношениях с другими людьми, с другой – в особенностях внутреннего мира ребенка.

Старший дошкольный и младший школьный возраст характеризуется становлением адекватной самооценки, развитием уверенности в себе, эмпатии, социальных навыков. Именно в старшем дошкольном возрасте формируется нравственная сфера человека, воля, самосознание. В старшей и подготовительной группе детского сада межличностные отношения со сверстниками являются существенными факторами, влияющими на здоровье, эмоциональное состояние детей (М.Лисина). Тревожность, страхи также существенно препятствуют адекватному общению, развитию личности ребенка и являются предметом коррекции. Наблюдение за игрой и в повседневной деятельности детей показывают, что часто дети неадекватным образом выражают свои эмоции (злость, страх, удивление, стыд, радость, грусть); имеют недостаточно развитую выразительность движений, что является существенным барьером в установлении контактов с другими людьми, доброжелательных взаимоотношений, умения конструктивно общаться. Поведение ребенка в данном возрасте еще не устойчиво: он умеет выражать некоторые эмоции, умеет выразить сочувствие своим товарищам и взрослым, однако не всегда делает это в общении и повседневной жизни. Не все дети умеют конструктивно общаться со сверстниками, что является причиной возникновения нарушений во взаимоотношениях с товарищами. Хотя они хорошо знакомы с нравственными нормами поведения, но в общении забывают пользоваться правилами, бывают импульсивны, не всегда проявляют эмоциональную отзывчивость по отношению друг к другу. Развитие произвольного поведения, преодоление импульсивности является существенной предпосылкой формирования дружеских взаимоотношений в группе детского сада, в начальных классах и отраженны в программе. В данном возрасте начинается становление самооценки, которая происходит под влиянием семьи, сверстников, личного опыта, взрослых. Соответственно, в программу включена работа по развитию уверенности в себе, веры в собственные силы. Становление адекватной самооценки у ребенка, развитию нормальных взаимоотношений со сверстниками способствует формирование эмпатии – способности эмоционально отзываться на переживания другого, мысленно или эмоционально встать на место другого человека, переживающего какие-либо чувства. Яркую оценку эмпатии дал известный педагог В.А. Сухомлинский: «Глухой к другим людям останется глухим к самому себе: ему будет недостаточно самое главное в самовоспитании – эмоциональная оценка собственных поступков…» Таким образом, видна взаимосвязь между формированием чувства эмпатии и становлением адекватной самооценки у ребенка. Развитие эмпатии также включено в задачи работы по коррекции эмоциональных нарушений у детей дошкольного и младшего школьного возраста. Эмоции играют большую роль в формировании у ребенка способов и приемов овладения любой деятельности. Иначе говоря, эмоции в значительной степени определяют эффективность обучения, а также принимают участие в становлении любой творческой деятельности ребенка.

Так, свойственные ребёнку положительные эмоциональные реакции (удовольствие, радость, восхищение, симпатия, сострадание) способствуют развитию таких черт характера, как оптимизм, доброжелательность, жизнерадостность, великодушие. Если же закрепляются отрицательные переживания (раздражение, недовольство, отчаяние, разочарование, страх), это может способствовать появлению таких черт личности, как агрессивность, боязливость, малодушие, пессимизм. Закрепившись, негативные состояния начинают регулировать психическую деятельность и поведение ребёнка нежелательным образом, приводят к заниженной самооценке, негативизму, упрямству. Если в детстве ребёнок постоянно чувствует себя неуспешным, то у него накапливается отрицательный опыт, нарастают беспомощность, страх, скованность, робость, ощущение неуверенности в себе. Это может сопровождаться постоянным повышенным стремлением к внешней похвале, одобрению, а также готовностью соглашаться с мнениями других.

От того, как будет происходить формирование жизненных навыков ребёнка, зависит, станет ли его последующая деятельность творческой, а сам он превратиться в человека, стремящегося к знаниям, способного приобретать и использовать их. Только тогда он войдёт во взрослую жизнь человеком, понимающим ценность знаний, умеющим трудиться и получать радость, т.е. будет счастливым человеком.

**Цель программы:** содействие полноценному психическому и личностному развитию ребёнка, которое даст возможность ему адаптироваться в постоянно меняющихся обстоятельствах жизни.

**Задачи программы:**

- способствовать обогащению эмоциональной сферы ребёнка положительными эмоциями;

- обучать детей способам выражения эмоций;

- формировать позитивное отношение к своему «Я»;

- способствовать формированию механизмов эмоциональной адаптации нового (более высокого) уровня регуляции;

- развивать адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей;

- развивать навыки общения детей в различных жизненных ситуациях;

- способствовать формированию положительных черт характера.

**Программа включает в себя четыре этапа:**

1 этап – диагностический*.*

Цель: изучение нарушений у детей.

2 этап – информационный.

Цель: информирование родителей и педагогов об имеющихся нарушениях в развитии детей.

3 этап – практический*.*

Цель: профилактика и коррекция нарушений детей.

4 этап – контрольный*.*

Цель: определение эффективности работы.

**Методы и техники, используемые в программе:**

1. Релаксация и психогимнастика.

Подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего и нервного напряжения.

1. Концентрация.

Сосредоточение на своих зрительных, звуковых и телесных ощущениях, на эмоциях, чувствах и переживаниях.

3. Функциональная музыка*.*

Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряжённости, переключает внимание.

4. Игротерапия*.*

Используется для снижение напряженности, мышечных зажимов. Тревожности. Повышения уверенности в себе.

5. Телесная терапия.

Способствует снижению мышечных зажимов, напряжения, тревожности.

6. Арттерапия.

Снижение напряжения, тревожности. Выброс эмоциональных образов, переформирование, насыщение творческого полушария.

7. Сказкотерапия.

Поиск и нахождение ресурсов внутри себя – открытие в себе новых возможностей, признания со стороны окружающих.

**Сроки реализации и возраст детей**

Данная программа коррекционно - развивающих занятий рассчитана на детей дошкольного и младшего школьного возраста (6 –8 лет). Занятия проводятся 1-2 раза в неделю (34/68 часов) с группой детей, состоящей из 3-8 человек.

**Условия проведения занятий:**

1. Принятие ребёнка таким, какой он есть.

2. Нельзя ни торопить, ни замедлять игровой процесс.

3. Учитывается принцип поэтапного погружения и выхода из травмирующей ситуации.

4. Начало и конец занятий должны быть ритуальными, чтобы сохранить у ребёнка ощущение целостности и завершённости занятия.

5. В любой игре ребёнку предлагается возможность импровизации.

В содержании программы занятий выделяются три блока, которые обеспечивают решение поставленных задач.

**Первый блок –** ориентировочный (2/4 занятия) включает решение следующих задач: объединение детей, создание доброй, безопасной ситуации, где участники чувствуют поддержку, желание помочь в решении проблем.

**Второй блок –**коррекционно – развивающий (30/60 занятий) – осуществляет коррекционно - развивающую работу с детьми. Задачи: коррекция эмоционально-психического напряжения, обучение социально - желаемым формам общения, снижение тревожности, страхов, формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе и в своих возможностях

**Третий блок** (2/4 занятия) **-** закрепление полученных навыков.

**Структура игрового занятия:**

Ритуал приветствия – 2 минуты.

Разминка - 3 минуты.

Коррекционно-развивающий этап- 20 минут

Подведение итогов - 2 минута.

Ритуал прощания – 3 минут.

**Критерии эффективности программы:**

1. Повышение уровня самооценки ребёнка;
2. Умение распознавания эмоционального состояния окружающих;
3. Формирование положительного общения с окружающими;
4. Адекватное отношение к окружающим: взрослым и сверстникам;
5. Формирование положительных черт характера.

**Ожидаемые результаты:**

Дети должны уметь*:*

* понимать и описывать свои желания и чувства;
* осознавать свои физические и эмоциональные ощущения;
* различать определённые эмоциональные состояния взрослых и детей по особенностям жестов, мимики, движений;
* сравнивать эмоции;
* контролировать свои эмоциональные реакции;
* оценивать поступки и видеть достоинства и недостатки собственного поведения;
* уступать друг другу в конфликтных ситуациях;
* вести доброжелательный диалог, используя различные средства выразительности;
* выражать благодарность за проявление к ним внимания и доброты.
* понимать свою индивидуальность, свой внешний и внутренний мир;
* устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать и решать конфликтные ситуации, находить компромиссные решения;
* выражать свои чувства и понимать чувства других людей с помощью мимики, жестов, движений, пантомимики;
* рисовать пиктограммы, обозначающие различные эмоции;
* переносить доброту, чуткость, бескорыстие из мира животных в общении с людьми;
* общаться, несмотря на разницу желаний, и возможностей, высказывать своё мнение о друзьях, замечая их хорошие и плохие поступки;
* оказывать помощь другим детям в трудной ситуации;
* изображать на рисунке своё внутреннее состояние.

**Средства оценки программы:**

1. Методика самооценки «Лесенка». В.Г. Щур.
2. Социометрическая проба «День рождения». М.А. Панфилова.
3. Цветовой тест отношений. А.М. Эткинд.
4. Методика эмоциональные лица. Н.Я. Семаго.
5. Анкеты для родителей «Особенности эмоциональной сферы ребёнка»

Контроль эффективности программы осуществляется с использованием всех первоначальных диагностических материалов. Результаты фиксируются, сравниваются с первоначальными данными диагностики. Программа предусматривает проведение систематической (не менее 2-х раз в течение каждого курса занятий) психологической диагностики.

**Учебно-тематический план**

рабочей программы по формированию эмоционально-волевой сферы

«Гармония»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование темы, название занятия | Количество часов |
| Теоретические | Практические | Всего |
| **Раздел 1. «Я и эмоции»** |  |  | **13/27** |
| 1. | Введение. Знакомство детей с целями и задачами раздела | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 2. | Наше настроение | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 3. | Радость | 0,5 (1) | 0,5 (2) | 1 (3) |
| 4. | Удивление | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 5. | Грусть. Горе | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 6. | Страх | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 7. | Гнев. Злость | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 8. | Стыд. Вина | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 9. | Мимика. Пантомимика | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 10. | Учимся выражать эмоции | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 11. | Азбука настроения | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 12. | Учимся менять свое настроение | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 13. | Повторение знаний о чувствах | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| **Раздел 2. «Я и Я»** |  |  | **11/22** |
| 14. | Тайна моего имени | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 15. | Автопортрет | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 16. | Узнай себя | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 17. | Мой внутренний мир | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 18. | Мой волшебный дом | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 19. | Мой любимый сказочный герой | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 20. | Я знаю, я могу | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 21. | Я хочу. Мои желания | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 22. | Я нужен | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 23. | Я особенный | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 24. | Я взрослый | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| **Раздел 3. «Я и другие»** |  |  | **10/19** |
| 25. | Я и моя семья | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 26.  | Я и мои друзья | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 27. | Мальчики и девочки | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 28. | Мы похожи | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 29. | Мы разные | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 30. | Когда и почему мы ссоримся? | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 32. | Давайте жить дружно | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 33. | Секрет волшебных слов | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 34. | Понимаю других — понимаю себя | 0,5 (1) | 0,5 (1) | 1 (2) |
| 35. | Как мы изменились | 0,5 (0,5) | 0,5 (0,5) | 1 (1) |
| **ИТОГО:** |  |  | **34/68** |

**Содержание**

рабочей программы по формированию эмоционально-волевой сферы «Гармония»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Тема занятия** | **Содержание** | **Используемые упражнения, игры** |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Раздел 1. «Я и эмоции»** |
| 1.1 | Введение. Знакомство детей с целями и задачами раздела | - Расширять представления детей об эмоциональных состояниях;- учить детей понимать свои чувства и чувства других людей; - учить передавать своё эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства;- формировать умение преодолевать негативные настроения; - развивать эмпатию, воображение;- развивать выразительность речи и движений;- развивать умение определять настроение по схемам, пиктограммам, рисункам, мимике, движениям, жестам; - способствовать снятию напряжения, зажатости, повышению уверенности в себе; - упражнять в регуляции своего эмоционального состояния  | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение на знакомство «Клубок»Упражнение «Я люблю...»Упражнение-энергизатор «Настроение дождя»Правила поведения в группеУпражнение «Встаньте те, кто...»Д/и «Зоопарк настроений»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.2 | Наше настроение | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Мое настроение»Упражнение «На что похоже настроение»Упражнение «Веселая зарядка»Вспоминаем правила группыИгра «Угадай эмоцию»Д/и «Зоопарк настроений»Игра «Дотронься до...»Упражнение «Похвали себя»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.3 | Радость | Ритуал приветствия «Искорка добра»Загадка про радостьРабота с пиктограммой «Радость»Беседа «Что такое радость?»Беседа «Что может поднять тебе настроение?»Игра-ассоциация «На что похожа радость?»Этюд «Ласка»Этюд «Первый снег»Этюд «Солнечный зайчик»Д/и «Настроение и походка»Д/у «Театр»Упражнение «Хохотушки»Сказка «Я хочу быть счастливым!»Обыгрывание сказки.Рисование «Что может поднять настроение»Конструктор «Притворщик»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.4 | Удивление | Ритуал приветствия «Искорка добра»Вспоминаем тему предыдущего занятия.Беседа «Удивительные вещи»Работа с пиктограммой «Удивление»Игра-ассоциация «Удивление»Рассказ «Живая шляпа»Обыгрывание рассказа Рисунок «Удивленный человек»Беседа «Удивительный остров»Конструктор «Притворщик»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.5 | Грусть. Горе | Ритуал приветствия «Искорка добра»Конструктор «Притворщик»Вспоминаем знакомые чувстваЭтюд «Покажи животное»Работа с пиктограммой «Грусть. Горе»Игра-ассоциация «Горе»Этюд «Северный полюс»Рисунок «Грустный человек»Упражнение «Дружба начинается с улыбки»Беседа «Остров грусти»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.6 | Страх | Ритуал приветствия «Искорка добра»Вспоминаем изученные чувстваРабота с пиктограммой «Страх»Беседа «Я боюсь»Игра «Расскажи свой страх»Игра «Гуси-лебеди»Игра «Жмурки»Игра-ассоциация «Страх»Этюд «Момент отчаяния»Рисование «Мои страхи»Работа с рисунками.Конструктор «Притворщик»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.7 | Гнев. Злость | Ритуал приветствия «Искорка добра»Вспоминаем изученные эмоцииОтрывок из стихотворения К. Чуковского «Мойдодыр»Работа с пиктограммой «Гнев. Злость»Игра-ассоциация «Злость»Игра «Ругаемся овощами»Этюд «Тигр на охоте»Этюд «Гневная гиена»Рисование «Злость»Работа с рисункамиИгра «Добрые и злые сказочные герои»Упражнение «Уходи, злость!»Конструктор «Притворщик»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.8 | Стыд. Вина | Ритуал приветствия «Искорка добра»Вспоминаем изученные эмоцииРабота с пиктограммойЭтюд «Проблемная ситуация»Беседа на тему «Как можно помочь себе честно признаться в проступке?»Л. Н. Толстой «Косточка»Работа по рассказу, разыгрывание историиИгра «Подарки»**Упражнение «Возьми себя в руки»****Упражнение «Дыши и думай красиво»**Игра «Ручеек радости»Конструктор «Притворщик»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.9 | Мимика. Пантомимика | Ритуал приветствия «Искорка добра»Вспоминаем изученные чувстваУпражнение «Изобрази эмоцию»Появление персонажа СловоежкиИгра «Узнай по голосу»Игра «Угадай жест»Упражнение «Объясни без слов»П/и «Подмигалы»Упражнение «Нарисуй эмоцию»Упражнение «Логический квадрат»П/и «Запретное движение»Упражнение «Сложи картинку» (в парах)Рисование «Рисунок без слов»Подведение итогов, рефлексияРитуал прощания «Искорка добра» |
| 1.10 | Учимся выражать эмоции | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Вспоминаем чувства»Этюд «Веселый-грустный»Игра «Кривые зеркала»Упражнение «Профессии»Упражнение «Разные человечки»Д/и «Зоопарк настроений»Д/и «Злой, веселый, грустный»Игра «Прочитай письмо»Упражнение «Попугай»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.11 | Азбука настроения | Ритуал приветствия «Искорка добра»Сказка-задание «Азбука настроений»Игра «Кубик настроения»Упражнение «Азбука эмоций»Упражнение «Мое настроение»Упражнение «Нарисуй эмоции»Упражнение «Остров Настроений»Упражнение «Угадай музыкальное настроение»Игра «Что изменилось?»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 1.12 | Учимся менять свое настроение | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Слушаем музыку»Упражнение «Я очень хороший»Д/и «Злой, веселый, грустный»Д/и «Азбука эмоций»Упражнение «Изобрази чувство»Упражнение «Закончи предложение»П.и «Баба-Яга»Упражнение «Походка»Упражнение «Зеркало»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| **Раздел 2. «Я и Я»** |
| 2.1 | Тайна моего имени | -Способствовать гармонизации осознания ребёнком своего имени;- развивать представления детей о себе и о своих отличиях от других; - развивать позитивное представление о своём «Я»;- помочь ребёнку обрести уверенность в своих силах, формировать у детей адекватную самооценку;- учить детей описывать свои желания, чувства;- учить осознавать свои физические и эмоциональные ощущения; - продолжать учить детей позитивным способностям общения со сверстниками и развивать навыки совместной деятельности;- развивать внимание детей к себе, своим переживаниям;-способствовать самовыражению ребёнка;- продолжать учить средствами жестикуляции и мимики передавать наиболее характерные черты - развивать воображение детей, выразительность их движений;- преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;- сплочение группы, воспитание способности к согласованному взаимодействию; - развитие внимания и интереса к партнёрам по общению;- развитие самосознания и индивидуальности; - снижение эмоционального напряжения. | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Эхо»Упражнение «Маленькое имя»Игра «Объясни имя»Беседа «Кто я?»Упражнение «Ласковое имя»Игра-соревнование «Кто знает больше имен»Оформление визитной карточкиОбсуждение визитной карточкиРитуал прощания «Искорка добра» |
| 2.2 | Автопортрет | Ритуал приветствия «Искорка добра»Игра «Радио»Упражнение «Ветер дует на...»Упражнение «Дотронься до...»Упражнение «Свет мой, зеркальце, скажи...»Рисование «Мой портрет»Обсуждение рисунковУпражнение «Выбери картинку»Упражнение «Ласковушки»Игра «Презентация»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 2.3 | Узнай себя | Ритуал приветствия «Искорка добра»Беседа «Кто я?»Игра «Незнайка»Упражнение «Телепередача»Игра «Гадкий утенок»Упражнение «Я умею!»Упражнение «Отгадай, кого опишу»Рисование «Я люблю больше всего...»Обсуждение рисунковРелаксация, снятие мышечного напряженияРитуал прощания «Искорка добра» |
| 2.4 | Мой внутренний мир | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Слушаем себя»Упражнение «Свет мой, зеркальце, скажи...»Игра «Ветер дует на...»Упражнение «Что запомнил о соседе»Игра «Знакомство-представление»Рисование «Мне это нравится»Упражнение «Пальчики»Беседа «Человечки внутри нас»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 2.5 | Мой волшебный дом | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Строители»Упражнение «Дорожки»Пластический этюд «Стройка»Упражнение «Робот в доме»Беседа «Мой волшебный дом»Рисунок «Мой волшебный дом»Беседа по рисункуРитуал прощания «Искорка добра» |
| 2.6 | Мой любимый сказочный герой | Ритуал приветствия «Искорка добра»Р.н.с. «Присказка»Беседа о сказках, которые читают детиЗагадки по сказкамИгра «Любимый сказочный герой»Этюд «Я — сказочный герой»Упражнение «Отгадай, кого опишу»Рисование «Мой любимый сказочный герой»Беседа по рисункамИгра-задание «Путаница»Упражнение «Сказочная зверюшка»Рисование «Сказочная зверюшка»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 2.7 | Я знаю, я могу | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Я и другие»Игра «Колдун»Игра «Я знаю...»Игра «Я умею...»Упражнение «Я знаю, я умею, я могу»Игра «Ежик»Рисунок «Наша группа»Обсуждение рисунковИгра «На кого я похож?»Рисование «Портрет товарища»Обсуждение рисунковРитуал прощания «Искорка добра» |
| 2.8 | Я хочу. Мои желания | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Кто я?»Игра «Разыщи радость»Игра «Хваста»Игра «Стул любви»Игра «Мое желание»Упражнение «Желаю тебе...»Рисование «Мое желание»Слушание музыки, обсуждение чувств, мыслей от услышанного произведенияУпражнение «Я хочу...»Упражнение «Нехочуха»Лепка «Моя Нехочуха»Обсуждение поделокРитуал прощания «Искорка добра» |
| 2.9 | Я нужен | Ритуал приветствия «Искорка добра»Ролевая гимнастикаУпражнение «Скала»Игра «Ладошки»Упражнение «Я знаю»Рисунок «Моя ладонь»Обсуждение рисунков«Сказка про старшую дочку»Беседа по сказкеРазыгрывание ситуацийКоллективная работа «Я нужен» Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 2.10 | Я особенный | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Эхо»Игра «Волшебный сундучок»Беседа «Одинаковые — разные»Игра «Ласковое имя»Игра «Кто позвал?»Игра «Волшебный стул»Упражнение «Игрушки»Упражнение «Кто лишний?»Игра «Люди к людям»Медитативное упражнение «Волшебный цветок»Коллективная работа «Волшебное дерево»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 2.11 | Я взрослый | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Маленькое и большое имя»Проблемная ситуацияСказка «Как Маша хотела стать большой»Беседа по сказкеИгра «Карлики и великаны»Упражнение «Взрослый человек — это...»Игра «Я — маленький, я — большой»Упражнение «Я расту»Рисование «Я взрослый»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| **Раздел 3. «Я и другие»** |
| 3.1 | Я и моя семья | - Формировать у каждого ребёнка чувство принадлежности к группе;- продолжать расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими;- учить различать индивидуальные особенности детей в группе, особенности мальчиков и девочек, развивать навыки общения мальчиков с девочками;- учить определять свои вкусы и предпочтения по отношению к играм, занятиям, животным и сравнивать их со вкусами других людей;- развивать групповую сплоченность; - преодолевать трудности в общении;- формировать позитивное отношение со сверстниками;- учить детей взаимопомощи, взаимовыручке. | Ритуал приветствия «Искорка добра»Отгадывание ребусаД/и «Чьи детки?»Беседа «Что такое семья?»Беседа «Чем порадуем родителей?»Игра «Кто кому кто?»Упражнение «Мы очень любим»Рисование «Особый день моей семьи»Обсуждение рисунковРассматривание фотографий, рисунков членов семьиСказка «Сон»Беседа по сказкеП/и «Заячья семья»Упражнение «Верно-неверно»Игра «Ассоциации»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 3.2 | Я и мои друзья | Ритуал приветствия «Искорка добра»Слушание песни «Настоящий друг» или «Когда мои друзья со мной»Упражнение «Приятное слово»Игра «Спина к спине»Упражнение «Подарок»Игра «Найди друга»Игра «Чьи ладошки пришли к тебе в гости»Упражнение «Подари камешек»Рисование «Мой друг»Упражнение «Вместе с другом»Пальчиковая гимнастика «Дружба»П/и «Змея»Упражнение «Угадай настроение»Упражнение «Комплименты»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 3.3 | Мальчики и девочки | Ритуал приветствия «Искорка добра»Беседа «Мальчики и девочки»Игра «Петушки»Упражнение «Приглашение на танец»Упражнение «Найди пару»Игра «Лужа»Рисование «Какие мальчики, какие девочки»Обсуждение рисунковУпражнение «Мальчики и девочки умеют»Упражнение «Ручеек радости»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 3.4 | Мы похожи | Ритуал приветствия «Искорка добра»Беседа «Чем мы похожи»Упражнение «Ассоциации»Игра «Подарок»Игра «Мыльные пузыри»Упражнение «Кривое зеркало»Упражнение «Комната смеха»Упражнение «Найди одинаковое»Игра «Назови одним словом»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 3.5 | Мы разные | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Шум растет»Упражнение «Башенка игрушек»Игра «Мы такие разные»Игра «Спиной друг к другу»Упражнение «Знакомство-представление»Чтение рассказа «Самый-самый»Беседа по рассказуРисование «Мы — разные»Упражнение «Похвалилки»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 3.6 | Когда и почему мы ссоримся? | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Добрые-злые»Упражнение «Пальцы — звери добрые, пальцы — звери злые»Беседа «Когда и почему мы ссоримся»Упражнение «Звери поссорились»упражнение «Кто больше знает мирилок»Пластический этюд «Друзья»Упражнение «Утро — вечер»Рисование «Злые и добрые цвета»обсуждение рисунковРитуал прощания «Искорка добра» |
| 3.7 | Давайте жить дружно | Ритуал приветствия «Искорка добра»Игра «Путаница»Пословицы о дружбеБеседа «Что такое дружба»Слушание песни «Дружба»Обсуждение песниИгра «Поварята»Упражнение «Договорись взглядом»Сказка «Незабудка не смогла подружиться»Беседа по сказкеУпражнение «Какие чувства мешают дружить»Пластический этюд «Цветок дружбы»Рисование «Цветок дружбы»Упражнение «Танец мира»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 3.8 | Секрет волшебных слов | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Словоежка»Беседа «Волшебные слова»Игра «Кто больше назовет волшебных слов»Упражнение «Ругаемся овощами»Сказка «Вежливый кролик»Беседа по сказкеУпражнение «Что говорим...»Этюд «Приветливые люди»Упражнение «Вежливая скульптура»Игра «Разгадай слова»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 3.9 | Понимаю других — понимаю себя | Ритуал приветствия «Искорка добра»Упражнение «Рисунок по кругу»Рисование «Варежки»Беседа «Что я знаю о друзьях»Пословица «Скажи кто твои друзья и я скажу кто ты» - обсуждениеИгра «Запрещенное движение»Беседа «Наши отношения»Упражнение «Хлопни дружно»Ритуал прощания «Искорка добра» |
| 3.10 | Как мы изменились | Ритуал приветствия «Искорка добра»Беседа «Как побороть плохие чувства и стать добрым»Притча «Про змею и мудреца»Беседа по притчеРелаксация «Солнечный зайчик»Упражнение «Как я изменился за год»Рисование «Каким я стал»Обсуждение рисунковУпражнение «Чемодан в дорогу»Ритуал прощания «Искорка добра» |

**Методическое и материально-техническое обеспечение**

рабочей программы по формированию эмоционально-волевой сферы

«Гармония»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел или темапрограммы | Формыпроведения занятий | Приёмы и методы организации учебно-воспитательного (образовательного) процесса (в рамках занятия) | Дидакти-ческий материал | Техническоеоснащение занятий | Формыподведения итогов |
| 1 | Я и эмоции | Практические занятия | Вербальный, наглядный,практический,репродуктивный | Альбомы,краски, карандаши,игровые пособия | Музыкальное сопровожде-ние | Диагностика |
| 2 | Я и Я | Практические занятия | Вербальный, наглядный,практический,репродуктивный | Альбомы,краски, карандаши,игровые пособия | Музыкальное сопровожде-ние | Диагностика |
| 3 | Я и другие | Практические занятия | Вербальный, наглядный,практический,репродуктивный | Альбомы,краски, карандаши,игровые пособия | Музыкальное сопровожде-ние | Диагностика |

**Список литературы**

1. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: Практическое пособие — М.: Генезис.
2. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Тузаева А.С., Козлова И. А. Программа психолого- педагогических занятий для дошкольников 6-7 лет.-Спб.: Речь, 2014.-208с.
3. Семенака С. И. Учимся сочувствовать, сопереживать. Коррекционно-развивающие занятия для детей 5-8 лет.- М.: АРКТИ,2004.-79с.
4. Ковалец И.В. Практическое пособие для работы с детьми, имеющими отклонения в психофизическом развитии и эмоциональной сфере.-М.:Владос,2003. -136с.
5. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Козлова И.А. Цветик-семицветик. Программа психолого-педагогических занятий для дошкольников 5-6 и 6-7 лет. -СПб.: Речь; М.: Сфера, 2014.- 159 с.
6. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста.-М.: ТЦ Сфера, 2004.
7. Шипицина Л.М. Азбука общения: Развитие личности ребёнка, навыков общения со взрослыми и сверстниками.-М.: Детство-Пресс, 1998.