

Государственное бюджетное учреждение  
«Санаторно – реабилитационный центр для несовершеннолетних  
«Лесная сказка» (город Дзержинск)»

**ПРИНЯТА:**  
ГБУ «ОСРЦН «Лесная сказка»  
(город Дзержинск)  
На заседании педагогического совета  
Протокол №5 «28» декабря 2023 г.



**УТВЕРЖДЕНА:**  
Приказом директора  
ГБУ «ОСРЦН «Лесная сказка»  
(город Дзержинск)  
«03» января 2024 г. № 5

**Дополнительная общеобразовательная программа –  
дополнительная общеразвивающая программа  
для детей с ограниченными возможностями здоровья**

**« Я и ТЫ »**

*(формирование навыков конструктивного взаимодействия через  
развитие эмоциональной грамотности и эмоциональной  
устойчивости)*

**ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ:** от 6 лет  
**СРОК РЕАЛИЗАЦИИ:** 12 часов

**Автор-составитель:**  
Ташланова Э.В.  
Педагог-психолог

Дзержинск 2023 г.

*Твоя личная, маленькая злость  
Может родить большое, общее зло.  
Управляй собой!  
японская народная мудрость*

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) часто находятся в «плёну эмоций», поскольку не могут и не хотят управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности поведения, осложнениями в общении со сверстниками и взрослыми. Проблема в том, что дети с ОВЗ часто болеют, физически ослаблены, требуют к себе повышенного внимания окружающих, им трудно подчиниться общепринятым правилам. Дети эгоцентричны, в отношении к другим людям у них часто преобладает значение собственного «Я», но, тем не менее, у них занижена самооценка. Как правило, эмоционально-волевая сфера отстаёт в развитии, преобладают эмоции негативной окраски. Отношение к себе и отношение к другим людям носит отрицательный эмоциональный фон.

В процессе реализации программы «Я и ТЫ» дети с ОВЗ будут учиться принимать себя таким, какой есть, различать свои и чужие эмоциональные состояния, управлять своими негативными эмоциями, сочувствовать и сопереживать близким, учиться понимать и принимать чувства других людей, преодолевать трудности в общении с детьми и взрослыми.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в современных условиях динамики информационного потока, отношения «человек - человеку» отходят на последнее место. Жестокосердие, «дай» «мое» «сделай». Культура общения, взаимоотношений, чувство сочувствия, сопереживания, зачастую оказываются невостребованными ровно до тех пор, пока у человека не возникает нужда, в том, чтобы сочувствовали ему.

В последние годы в специальной психологии и коррекционной педагогике закономерно растёт интерес к изучению эмоционального развития и внутреннего мира ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Дети с ограниченными возможностями - это дети, имеющие различные отклонения физического, психосоматического, психического плана обусловленные врожденными, наследственными, приобретенными заболеваниями или последствиями травм, приводящие к нарушению общего развития, и не позволяющие вести полноценную жизнь.

Дети с ОВЗ очень часто не понимают, что с ними происходит, какие эмоции испытывают они. Что делать с потоком эмоций, переживаний. Им кажется, что такое происходит только с ними, из-за особенностей их здоровья. Возникает чувство страха, ненужности, одиночества, поэтому или замыкаются в себе или требуют повышенного внимания со стороны других людей.

Соответственно они не могут понять чувства и эмоции другого человека его усталость, обиду, страх. То, что зачастую, для того, чтоб не возникла конфликтная ситуация, нужно просто научиться управлять своими эмоциями и понимать, что такие же чувства и эмоции может испытывать другой человек.

Эмоции человека проявляются во всех видах человеческой деятельности. У человека главная функция эмоций состоит в том, что благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше настроиться на совместную деятельность и общение.

А. В. Запорожец отмечал, что изучение и развитие эмоций имеет большое психологическое – педагогическое значение, так как для полноценного развития личности необходимо развитие не только всех познавательных процессов, овладение различными знаниями и навыками, но и формирование положительного эмоционального отношения к окружающей действительности, к людям, отношения, соответствующего заданным нравственным нормам, принятым в обществе.

Эмоции регулируют поведение ребенка, помогают ему приспособиться к той или иной ситуации, защищают организм от перенасыщения.

Эмоциональные нарушения представляют, с одной стороны, отклонения от нормы, а с другой стороны приводят к возникновению нарушений социальных контактов ребенка. Одно из наиболее ярких проявлений эмоционального неблагополучия - депрессивные состояния. Еще один вид эмоциональных расстройств - страхи и тревога. Страхи и фобии могут встречаться у детей, находящихся на любой стадии развития. Эмоциональные расстройства могут существовать и во множестве других форм. К их числу относятся ипохондрические состояния и реакции истерики.

Сейчас известны многочисленные данные о том, что полученный в детстве неадекватный эмоциональный опыт (в неблагополучных семьях, при нарушении взаимоотношений детей с родителями и родителей между собой) отражается на общем эмоциональном развитии ребенка.

Также эмоциональные нарушения тесно связаны с признаками семейного неблагополучия, такими как невроз матери, супружеские ссоры, раздражительность родителей и распад семей.

**Педагогической целесообразностью** программы является то, что на основе умений и знаний, приобретаемых по программе «Я и ТЫ» дети с ОВЗ учатся понимать и принимать себя, свои чувства, чувства других людей, соответственно возникает чувство сочувствия, сопереживания (другой тоже переживает, ему бывает страшно, грустно итп), что служит основой для обучения навыкам конструктивного взаимодействия. Так как отличительная особенность психики ребенка с ОВЗ - эмоциональная подвижность: за короткое время происходит неоднократная смена чувств. Хотя эти переживания непродолжительны, они захватывают его полностью. Вот почему так горьки детские обиды, ярка радость, а небрежное, равнодушное, суровое отношение к ребенку может нанести ему психическую травму. **Направленность программы:** социально – педагогическая, так как будет способствовать повышению уровня психологической компетентности детей с ОВЗ, (ознакомление с базовыми эмоциями человека), развитие устойчивости эмоциональной сферы у детей, преодоление эмоционального дискомфорта. Формирование умения конструктивно взаимодействовать с другими людьми, через повышение уровня эмпатии и обучения навыкам саморегуляции негативных личностных состояний.

**Специфика программы:** Учитывая специфику деятельности учреждения, построение программы является модульной, согласно Закону об образовании, ст.13 п.3[3], т.е. по способу организации своего содержания составлена из самостоятельных, устойчивых, целостных блоков (модулей). Каждый из предложенных модулей может быть реализован как в рамках настоящей программы, так и в рамках других, комплексных программ, используемых в учреждении. Участники программы могут обучаться как во всех модулях последовательно, так и в отдельных из них, в зависимости от желания обучающихся и их родителей.

**Адресат программы:** Материалы программы предназначены для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) Нижегородской области, испытывающие трудности в социальной адаптации, из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации и социально – опасном положении.

На занятия по программе зачисляются дети от 6 лет.

**Продолжительность реализации программы:** 12 часов

**Актуальность программы обеспечивается следующими факторами:**

преимуществом задач, средств и методов обучения;  
непрерывным совершенствованием качества методических материалов;  
правильным тематическим планированием с учетом возрастных особенностей;  
обновлением организационных форм обучения;  
обеспечением вариативности и свободой выбора.

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель программы:** формирование навыков конструктивного взаимодействия через развитие эмоциональной грамотности и эмоциональной устойчивости у детей с ОВЗ.

### **Модуль 1 «Я и мир моих эмоций»**

#### **Образовательные:**

- познакомить с понятиями «эмоции, мимика, жесты»;
- познакомить с основными эмоциональными состояниями;
- помочь овладеть «языком» эмоций как способом выражения собственного эмоционального состояния;
- научить как правильно отреагировать имеющиеся отрицательные эмоции препятствующие личностному росту
- научить вербализировать и адекватно выражать свое эмоциональное состояние
- обогащать и активизировать словарь детей за счет слов обозначающих различные эмоции
- учить детей планировать свою деятельность для достижения поставленной цели

#### **Развивающие:**

- формировать навык оценки собственного поведения;
- формировать способности к эмоциональной саморегуляции;
- развивать навык самоконтроля;
- формировать навык конструктивного выражения собственных чувств и эмоций;
- формировать способности определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям (мимике, графическим образам);
- развивать способность говорить о себе, своих переживаниях.

#### **Воспитательные:**

- воспитывать интерес к своим эмоциям и чувствам;
- формировать желание управлять своими эмоциями;
- формировать способность к саморегуляции эмоций;
- воспитывать внимательное отношение к окружающим,
- способствовать преодолению импульсивности в повседневной жизни

#### **Коррекционные:**

- корректировать, полученные ранее, негативные стереотипы поведения детей;
- корректировать уровень самоконтроля;
- коррекция эмоционально-волевой и коммуникативной сферы;
- коррекция навыков оценки собственного поведения

### **Модуль 2 «Ты чувствуешь»**

#### **Образовательные:**

- закреплять знания об основных эмоциях;
- систематизировать знания детей об эмоциональных состояниях с помощью зрительных образов, жестов, мимики, отражающих различные стороны человеческих эмоций;
- учить распознавать эмоциональные проявления других людей по различным проявлениям (мимике, пантомиме, голосу, жестам)
- развивать способности определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям (мимике, графическим образам);
- познакомить с понятием «эмпатия».
- учить детей отмечать и признавать достоинства своих товарищей.

#### **Развивающие:**

- способствовать обогащению эмоциональной сферы детей с ОВЗ;
- развивать умение различать индивидуальные особенности свои и других людей.
- способствовать открытому проявлению эмоций и чувств различными социально приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими);

- формировать способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить свое;
- развивать артистические способности

**Воспитательные:**

- воспитывать интерес к эмоциям и чувствам других людей;
- формировать желание найти настоящего друга;
- воспитывать внимательное отношение к окружающим,

**Коррекционные:**

- корректировать, полученные ранее, негативные стереотипы поведения детей;
- корректировать уровень самоконтроля;
- коррекция эмоционально-волевой и коммуникативной сферы.

**Модуль 3 « Я и ТЫ»**

**Образовательные:**

- обогащать и активизировать словарь детей за счет слов, обозначающих различные эмоции.
- формировать умение распознавать эмоции другого человека
- способы выражения негативных эмоций в социально-приемлемой форме
- формирование навыков конструктивного выражения собственных чувств и эмоций;
- учить снимать психоэмоциональное напряжение
- учить находить альтернативу конфликтному поведению.

**Развивающие:**

- развитие навыков сотрудничества;
- развитие конструктивных навыков взаимодействия с окружающими;
- развитие навыков конструктивного разрешения конфликтов с окружающими;
- развитие навыков оценки собственного поведения;
- развивать способности определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям (мимике, графическим образам);
- Развивать сочувствие, сопереживание;
- Развитие умение понимать и принимать позицию другого человека.

**Воспитательные:**

- Воспитывать желание учитывать и уважать интересы других, умение сотрудничать и находить общие решения в конфликтных ситуациях

**Коррекционные:**

- Повысить уровень самоконтроля.
- Развитие и коррекция эмоционально-волевой и коммуникативной сферы
- Коррекция навыков межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

### **3. НОРМАТИВНО – ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Конституция Российской Федерации;

Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 24.07.1998 N 124-ФЗ (ред. от 13.07.2015) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Закон РФ от 09.10.1992 г. № 3612-1 «Основы законодательства Российской Федерации о культуре»;

Федеральный закон от 28.12.2013 N 442-ФЗ (ред. от 21.07.2014) «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»;

Концепция развития дополнительного образования детей. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 года N 1726-р;

Письмо Министерства образования Нижегородской области от 30.05.2014 г. № 316-01-100-1674/14 «Методические рекомендации по разработке образовательной программы образовательной организации дополнительного образования»;

"Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года."  
Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р  
Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. СанПиН 2.4.4.3172-14. Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41.

Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» Начало действия документа: 11.12.2018. Зарегистрировано в Минюсте России: 29.11.2018 г. Регистрационный номер: 528310

#### **4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- Повышение уровня социально-психологической компетентности.
- Владение умениями и навыками конструктивного взаимодействия.
- Улучшение эмоционального состояния детей.
- Коррекция эмоционального состояния детей с ОВЗ, живущих в условиях психологической напряженности.

##### **Модуль 1 « Я и мир моих эмоций»**

###### **Знать:**

- основные эмоции человека
- свои эмоциональные состояния
- способы выражения негативных эмоций в социально-приемлемой форме
- распознавать кинестетические ощущения
- роль негативных и позитивных эмоций на здоровье человека выражающего эмоции и окружающих его людей

###### **Уметь:**

- узнавать, называть, изображать на рисунке и в мимике основные эмоции.
- узнавать, называть, описать эмоции, которые испытывает или испытывал сам
- выражать негативные эмоции в социально-приемлемой форме
- владеть различными мышцами (лица, рук, ног) – волей регулировать поведение
- осмысливать свои эмоциональные состояния
- вербализировать и адекватно выражать свое эмоциональное состояние
- снимать эмоциональное напряжение
- вслушиваться в звуки музыки, звуки природы, определяя свои эмоции

##### **Модуль 2 « Ты чувствуешь?»**

###### **Знать:**

- как распознать эмоции другого человека
- как определить характер музыки, звуков природы
- способы выражения негативных эмоций в социально-приемлемой форме
- способы снятия эмоционального напряжения
- что такое эмпатия
- собственные эмоции и эмоции другого человека
- что другие люди испытывают те же чувства и эмоции, что и ты
- что можно сделать, когда другой человек испытывает негативные эмоции.

###### **Уметь:**

- сопереживать, сочувствовать другим людям, понимать их чувства
- понимать друг - друга без слов с помощью мимики и жестов
- выражать негативные эмоции в социально-приемлемой форме
- проецировать свои позитивные чувства на другого человека
- вслушиваться в звуки музыки, определяя свои эмоции

- жестами, пластикой, копировать и передавать чувства другого человека
- уметь успокоить, поддержать, снять эмоциональное напряжение другого человека
- проецировать свои позитивные чувства на другого человека

### **Модуль 3 «Я и ТЫ»**

#### **Знать:**

- способы сплочения группы людей
- способы примерения, разрешения конфликта
- способы установления положительного настроения в группе людей
- способы коммуникации
- что такое эмпатия
- что такое эмоции, чувства, в чем похожи и чем отличаются
- как распознать эмоции свои, другого человека, группы людей.
- определять потенциальную опасность

#### **Уметь:**

- сплотить коллектив
- взаимодействовать без конфликтов
- доверять другим людям
- работать в паре
- сотрудничать
- выражать сочувствие, сопереживание,
- прислушиваться к мнению других
- уважать мнение другого человека
- находить положительные черты характера у другого человека
- находить внутренний ресурс в ТЖС

## **5. ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **Контингент обучающихся:**

Дети, с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), общеобразовательных школ Нижегородской области, испытывающие трудности в социальной адаптации, из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации и социально – опасном положении.

Минимальный возраст зачисления: 7 лет.

Программа рассчитана на детей от 7 лет.

Количество занимающихся в группах: 2 – 5 человек.

На занятиях продуктивно решается проблема дифференцированного подхода к каждому ребенку.

**Продолжительность реализации программы:** программа реализуется в рамках деятельности отделения социально-психологической реабилитации Государственное бюджетное учреждение «Областной санаторно-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Лесная сказка» (город Дзержинск)» в течение 12 часов.

#### **Основные принципы организации программы:**

Установление партнерских отношений с детьми. Использование способов и средств, учитывающих понимание того, что субъектом взаимодействия является ребенок с его интересами, потребностями, особенностями.

Интеграция, предполагающая взаимосвязь содержания социально-эмоционального развития с другими направлениями дошкольного образования (речевое, познавательное, художественное и др.).

Организация занятий с учетом развития ребенка.

#### **Принципы организации учебного процесса:**

- единство обучения и воспитания;

- сотрудничество педагога-психолога и обучающихся;
- общедоступность;
- преемственность;
- дифференциации и индивидуализации;
- свобода выбора;
- от простого к сложному.

**Форма организации процесса обучения:** занятия организуются в группе, сформированной с учетом возрастных закономерностей, возможностей здоровья и уровнем первоначальных знаний и умений детей на основе общей, входной диагностики. Модуль, для занятий с детьми выбирается исходя из возраста и начального уровня психоэмоционального развития детей (определяется диагностикой)

**Формы занятий** по программе соответствуют возрастным особенностям и уровню первоначальных знаний и умений детей.

- занятие – практикум
- занятие – лекция, беседа;
- комбинированное занятие;

**Формы организации деятельности детей на занятии:**

- групповая;
- дифференцированно-групповая;
- индивидуальная.

**Режим занятий:** групповые занятия организуются 2 раза в неделю по 2 занятия в день с 15 мин. перерывом. Занятия проводятся в течение 5-ти дневной недели в первой половине дня, продолжительность занятия – академический час (30 минут).

**Методы организации процесса обучения:**

- организация деятельности;
- продуктивные методы;
- репродуктивные методы;
- объяснительно – наглядный метод;
- методы стимулирования поведения и деятельности.

**Методы обучения:**

словесные (название упражнения, описание, объяснение, указание, распоряжение, вопросы к детям, беседа, рассказ, инструктаж);

наглядные (помощь педагога, показ демонстрационного материала, фото и видеоматериалов, наблюдение);

игровые;

практические (специальные, производные и комментированные упражнения, проигрывание этюдов на выражение и передачу различных эмоций и чувств, проблемные ситуации. творческие задания).

Эти системы методов включают в себя: воздействие словом и другими средствами, обращенными к разуму и чувству, с целью формирования нравственных представлений, организация деятельности и взаимодействия несовершеннолетних и взрослых с целью развития практических навыков, усвоения опыта и способов деятельности, формированию ценностных ориентаций.

На занятиях используются приёмы, способствующие сохранению и укреплению здоровья несовершеннолетних:

чередование различных видов деятельности,

динамические паузы,

физкультминутки.



**Формы учебной работы:**

- занятие ознакомительно-информационного характера;
- комбинированные занятия, на которых получают знания и закрепляют их;
- практические занятия, на которых полученные знания закрепляются выполнением конкретных заданий;
- обобщающие занятия после каждого модуля.

**Приемы педагогического воздействия:**

- убеждение;
- поощрение;
- требование;
- просьба;
- показ педагога;
- пример педагога;
- моральная поддержка и укрепление веры в собственные силы;
- создание ситуации успеха;
- вовлечение в интересную деятельность.

**Программа предусматривает использование в работе:**

- арт-терапевтических методик;
- психогимнастических упражнений;
- бесед;
- коррекционных упражнений;
- релаксационных упражнений;
- игровых методик.

**Формы аттестации:**

Диагностика, рефлексия, наблюдение, анализ самостоятельных действий, тестирование, опрос, упражнения.

Входной контроль:

- оценка исходного уровня знаний и умений перед началом образовательного процесса (определение базового уровня знаний по тематике модуля), диагностика эмоционального благополучия, определение уровня тревожности, агрессии, конфликтности.

Текущая аттестация:

- на каждом занятии педагог - психолог проводит наблюдение, устный опрос (рефлексия) учащихся, выявляя уровень освоения полученных знаний и умений.

Промежуточная аттестация:

- в конце каждого модуля педагог-психолог выводит средний бал по параметру «уровень освоения полученных знаний», выставляет итоговую оценку в журнал успеваемости;
- по окончании каждого модуля на занятии проводится диагностика эмоционального благополучия, уровня тревожности, агрессии, конфликтности. Итог выставляется в журнал успеваемости.

**Материально технические условия реализации программы.**

Помещения для занятий:

- 1 кабинет психолога находится в медицинском корпусе  
Оснащение кабинета психолога:
  - стол угловой;
  - компьютер «Samsung»;
  - стулья по количеству детей;
  - зеркало;
  - три шкафа;
  - методика диагностики дифференциаций эмоциональной сферы; ребенка «Домики»;
  - цветовой тест «Люшера».
- 2 кабинет игр и игротерапии - расположенная на 1 этаже административного корпуса.  
Оснащение кабинета игр и игротерапии:
  - детская ширма «Театрал»;
  - детский двусторонний мольберт;
  - угловой Диван «Уют» с полочкой;
  - доска магнитно-маркерная «Brauberg» 90\*120 двусторонняя передвижная;
  - телевизор «Samsung»;
  - мягкий модуль «Часики»;
  - световой стол для рисования песком;
  - сенсорный мяч;
  - кукольный театр «Василиса Прекрасная», «Кот и лиса», «Ладушки ладушки», «Свинопас», «Сказка» куколки на пальчиках»;
  - коврик «Деревня»;
  - метод пособие «Расскажи мне сказку».

В помещении для занятий соблюдены все санитарно – гигиенические требования.

Дидактические пособия и наглядный материал: презентации и иллюстрации по тематике модуля, карточки с заданиями, бланки для тестирования.

Инвентарь и материалы: цветные карандаши, фломастеры, альбомные листы, маркеры, простые карандаши, планшеты.

### **Кадровое обеспечение программы**

Педагог-психолог является непосредственным лицом, осуществляющим реализацию мероприятий программы. Он отслеживает динамику результатов освоения программы каждым ребенком, готовит и проводит согласно плану мероприятия, несет ответственность за жизнь и здоровье детей во время занятий по программе.

Заведующий отделением социально- психологической реабилитации осуществляет контроль образовательного процесса в соответствии с содержанием программы, создает условия для реализации программы.

## **6. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Учебный план**

### Модуль 1 «Я и мир моих эмоций»

Тема, название модуля	Всего часов	В том числе:		Формы аттестации
		Теория	Практика	
Модуль 1 «Я и мир моих эмоций»	12	7	5	Диагностика (рисунок/ тест)

### Календарный учебный график модуля

Наименование модуля	Дни недели																					
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	
Модуль 1 «Я и мир моих эмоций»		2ч		2ч					2ч		2ч					2ч		2ч	ПА		К	К

**Условные обозначения:**

**ПА – промежуточная аттестация**

**К - каникулы**

Наименование модуля, Тема занятия	Количество часов	Форма организации занятия	Форма текущего контроля
Модуль 1 «Я и мир моих эмоций»	<b>12</b>		
Введение в тематику модуля.	<b>1</b>	Практикум	Тестирование диагностика наблюдение
Психогимнастика «Зоопарк»	<b>1</b>	Комбинированное	Опрос, наблюдение упражнения
«Ежик и море»	<b>2</b>	Комбинированное	Опрос обсуждение. упражнения
«Такие разные эмоции»	<b>1</b>	Теоретическое занятие Беседа	Опрос обсуждение.
«Я и мир моих эмоций»	<b>1</b>	Теоретическое занятие Беседа	Опрос обсуждение.
«Управляю эмоциями»	<b>2</b>	Практическое занятие	наблюдение, продуктивная деятельность
«Волшебник Настроение»	<b>2</b>	Практическое занятие	Наблюдение. обсуждение
«Эмоции и здоровье»	<b>1</b>	Комбинированное	упражнения, задания
Итоговое занятие	<b>1</b>	Практикум	Тестирование диагностика наблюдение

### Модуль 2 «Ты чувствуешь»

## Учебный план

Тема, название модуля	Всего часов	В том числе:		Формы аттестации
		Теория	Практика	
Модуль 2 «Ты чувствуешь»	12	7	5	Диагностика (рисунок/ тест)

### Календарный учебный график модуля

Наименование модуля	Дни недели																					
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7								
Модуль 2 «Ты чувствуешь»		2ч		2ч				2ч			2ч				2ч		2ч	ПА			К	К

#### Условные обозначения:

ПА – промежуточная аттестация

К - каникулы

Наименование модуля, Тема занятия	Количество часов	Форма организации занятия	Форма текущего контроля
Модуль 1 «Ты чувствуешь»	<b>12</b>		
Введение в тематику модуля.	<b>1</b>	Практикум	Тестирование диагностика наблюдение
Психогимнастика «Лед и пламень»	<b>2</b>	Комбинированное	Диагностика, Опрос, наблюдение упражнения
«Ты такой же как и я»	<b>1</b>	Комбинированное	Опрос обсуждение. упражнения
«Эмоции мои и твои»	<b>1</b>	Теоретическое занятие Беседа	Опрос обсуждение.
«Эмпатия»	<b>1</b>	Теоретическое занятие Беседа	Опрос обсуждение.
«Волшебное путешествие в мире эмоций другого человека»	<b>2</b>	Практическое занятие	наблюдение, продуктивная деятельность
«Ты чувствуешь»	<b>2</b>	Практическое занятие	Наблюдение. обсуждение
«Не бойся, я рядом»	<b>1</b>	Комбинированное	упражнения, задания опрос
Итоговое занятие	<b>1</b>	Практикум	Тестирование диагностика наблюдение

Тема, название модуля	Всего часов	В том числе:		Формы аттестации
		Теория	Практика	
Модуль 2 «Я и Ты»	12	7	5	Диагностика (рисунок/ тест)

### Календарный учебный график модуля

Наименование модуля	Дни недели																					
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7								
Модуль 3 «Я и Ты»		2ч		2ч					2ч		2ч					2ч		2ч ПА			К	К

Условные обозначения:

ПА – промежуточная аттестация

К - каникулы

Наименование модуля, Тема занятия	Количество часов	Форма организации занятия	Форма текущего контроля
Модуль 3 «Я и Ты»	<b>12</b>		
Введение в тематику модуля.	<b>1</b>	Практикум	Тестирование диагностика наблюдение
«Становимся добрее, становимся умнее!»	<b>1</b>	Комбинированное	Опрос, наблюдение упражнения
Особенности эмоционального общения в группе»	<b>1</b>	Комбинированное	Опрос обсуждение. упражнения
«Социальные навыки»	<b>1</b>	Теоретическое занятие Беседа	Опрос обсуждение.
«Потенциальная опасность»	<b>1</b>	Теоретическое занятие Беседа	Опрос обсуждение.
«Созидатель и разрушитель»	<b>2</b>	Практическое занятие	наблюдение, продуктивная деятельность
«Прометей»	<b>2</b>	Практическое занятие	Наблюдение. обсуждение
«Я и ты»	<b>2</b>	Комбинированное	упражнения, задания опрос
Итоговое занятие	<b>1</b>	Практикум	Тестирование диагностика наблюдение

### 7. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ

Программа «Я и Ты» состоит из трех модулей. Каждый модуль состоит из 12 занятий, и включает в себя: 2 теоретических занятия, 4-5 практических, 4 комбинированных и 1 итоговое

Занятия проводятся в первой половине дня 2 раза в неделю по 2 занятия по 30 минут с перерывом между занятиями в 15 мин. Занятия проводятся в кабинете педагога-психолога, кабинете сенсорного развития «комната счастья».

### 7.1. Учебно – тематический план модуля 1: «Я и мир моих эмоций.»

№ п/п	Тема занятий	Характеристика деятельности	Дидактический материал/техническое оснащение
1	Введение в тематику модуля.	Ознакомление с темой модуля, с детьми группы, выработка правил группы, правил занятий.	Доска магнит-маркер, маркер
2	Первичная диагностика. Психогимнастика «Зоопарк».	Содействие сплочению коллектива путем создания условий для эффективного знакомства детей. (Психогимнастика «зоопарк» Знакомство с основными этапами курса (что такое эмоции,) Диагностика Эмоционального состояния	Бумага, (бланки для тестов «Эмоции в цвете», «Разноцветный паровозик») цветные карандаши, планшетники
3	«Ежик и море»	Развитие произвольного внимания, развитие умения максимально концентрироваться на произошедшем; вслушиваться в звуки музыки, звуки природы., Развитие зрительной памяти, умения фиксировать и вспоминать ощущение связанные с заданным зрительным образом, Развитие пластичности и выразительности движений пальцев рук, умение выполнять движение в нужном ритме и темпе.	массажные дорожки, кусок ткани (для дороги, длинная лента (для волны в море) звукозаписи: леса, моря, медленной спокойной музыки.
4	«Такие разные эмоции»	Закрепление знания детей об эмоциях радости и злости, понимание их схематического изображения. Обучение способам выражения негативных эмоций в социально приемлемой форме. Развитие умения владения различными мышцами (лица, рук, ног), развитие волевой регуляции поведения. Развитие кинестетических ощущений, восприятия формы предметов. Развитие пространственной ориентации, внимания и мышления. Способствовать сплочению детского коллектива и установлению положительного эмоционального настроения в группе.	конверт с письмом; волшебный мешочек с различными предметами, шарф; аудиозапись песен «Если добрый ты», «Улыбка»; 3 ладошки из цветного картона
5	«Я и мир моих эмоций»	Закрепление умения детей узнавать, называть описывать эмоции, которые испытывает или испытывал сам, осмысливать свои эмоциональные состояния Формирование умения вербализировать и	Демонстрационный материал, мяч, воздушные шарики или пакеты.

		адекватно выразить свое эмоциональное состояние	
6-7	«Управляю эмоциями»	Формирование умения вслушиваться в звуки музыки, звуки природы, определяя свои эмоции. Закреплять умение вербализировать и адекватно выразить свое эмоциональное состояние Ознакомление с приемами управления эмоциями, саморегуляции негативных чувств	Кукла-перчатка «Волк», доска-магнит-маркер. боксерская перчатка.
8-9	«Волшебник «Настроение» Развитие эмоциональной сферы детей.	Формирование умения распознавать настроение других (на иллюстрациях, картинках); Закрепление эмоциональный словарь (настроение: веселое, грустное, мрачное, спокойное, испуганное); Воспитание доброжелательности.	Оборудование: Доска магнит-маркер. Шапка волшебника, зонт, карандаши цветные, круги из цветной бумаги разноцветные, банка пластмассовая. Кукла «Волк» из кукольного театра. Картинки со сказочными героями, фотографии эмоций.
10-11	«Эмоции и здоровье»	Когнитивная проработка информации о том, что негативные эмоции отнимают здоровье, позитивные эмоции способствуют сохранению здоровья. Промежуточная аттестация	Ватман, вырезки из журналов, цветная бумага, ножницы клей для коллажа.
12	Итоговое занятие	«Обратная связь» по модулю. Какие знания, умения получили, какие впечатления получили. Ознакомление с итогами промежуточной аттестации. вручение аттестатов	Аттестаты, бланки диагностик

**7.2. Учебно – тематический план модуля  
Модуль 2: «Ты чувствуешь?!»**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Характеристика деятельности</b>	<b>Дидактический материал/техническое оснащение</b>
1.	Введение в тематику модуля.	Ознакомление с темой модуля, с детьми группы, выработка правил группы, правил занятий.	Доска магнит-маркер, маркер. бланки карандаши, ручки, планшетики
2-3	Психогимнастика «Лед и пламень»	Содействие сплочению коллектива путем создания условий для эффективного знакомства детей. Психогимнастика интегрированная с дыхательными упражнениями «Лед и пламень» для повышение уровня саморегуляции детей. Диагностика Эмоционального состояния Формирование умение навыков владения мышцами. (сжимание, расслабление), навыков регуляции дыхания. Овладение	Бумага, (бланки для тестов «Эмоции в цвете», «Разноцветный паровозик») цветные карандаши, планшетики

		приемами регуляции и силой воли регулировать поведение, мимику и жесты	
4	«Ты такой же как и я»	Закрепление знаний детей об эмоциях, Формировать умение распознавать эмоции других людей. Ознакомление с понятием глаза - зеркало души». Развитие умения определять положительные черты другого человека, а так же его эмоции, чувства, определять мотивы ответной реакции. (на негатив-негативом, на добро –добром) . Получение опыта прерывания цепочки негативных реакций человека через проекцию своих позитивных чувств на другого человека	Презентация «Мир эмоций» Платок для завязывания глаз, зеркало.
5	«Эмоции мои и твои»	Закрепление знаний детей об эмоциях, узнавание их схематических изображений. Обучение способам выражения негативных эмоций в социально приемлемой форме. Развитие умения владеть различными мышцами (лица, рук, ног), развитие волевой регуляции поведения. Понимания того, что другие люди испытывают те же чувства и эмоции, что и мы	Презентация «Эмоции», демонстрационный материал «Эмоции у сказочных героев»
6	«Эмпатия»	Формирование эмпатии. развитие понятийного аппарата (эмпатия, сочувствие, сопереживание). Когнитивная проработка ситуаций.	Карточки с ситуациями. К.м. м/ф «Подарок», «Каменный великан и фея»
7-8	«Волшебное путешествие в мире эмоций другого человека»	Развитие чувства эмпатии, развивать у детей познавательный интерес, воображение, фантазию по отношению к чувствам других людей; формирование у детей умение осознавать собственные чувства, ощущения, развитие чувства доверия к другим детям; способствование снятию напряжения, расслаблению; создание у детей интереса к играм и упражнениям с песком, превратив их в занимательную игру развитие речевой активности в процессе общения (веселый, интересный, захватывающий).	Презентация, клубок, емкости наполненные реквизитом (ракушки, песок, водоросли, вода, камушки, рыбки, планшет с песком для рисования,
9-10	«ТЫ чувствуешь»	Закрепление умения жестами, пластикой, копировать и передавать чувства другого человека Развитие эмпатии. Ознакомление с тем, что можно сделать, когда другой человек испытывает негативные эмоции (пожалеть, сказать приятные слова, выслушать)	Магнитно-маркерная доска, маркеры, магниты, ТВ, карточки с проблемными ситуациями, иллюстрации по теме.
11	«Не бойся, я рядом»	Развитие у детей умения понимать свое и эмоциональное состояние других людей. Развитие у воспитанников умение понимать друг друга без слов, работать в паре, сотрудничать. Развитие умения проецировать свои	Веревка, клубок ниток, платки, бумага, карандаш простой



		<p>позитивные чувства на другого человека. Закрепление умения успокоить, поддержать, снять эмоциональное напряжение другого человека. Промежуточная аттестация</p>	
12	Итоговое занятие	<p>«Обратная связь» по модулю. Какие знания, умения получили, какие впечатления получили. Ознакомление с итогами промежуточной аттестации. Вручение свидетельств.</p>	Аттестаты, бланки диагностик
<p><b>7.3. Учебно – тематический план модуля</b> <b>Модуль 3: « Я и ТЫ»</b></p>			
№ п/п	Тема занятий	Характеристика деятельности	Дидактический материал/техническое оснащение
1	Введение в тематику модуля.	Ознакомление с темой модуля, с детьми группы, выработка правил группы, правил занятий. Способствование сплочению детского коллектива и установлению положительного эмоционального настроения в группе.	Доска магнит-маркер, маркер, бланки карандаши, ручки, планшетики
2.	«Становимся добрее, становимся умнее!»	Обучение навыкам взаимодействия со сверстниками без конфликтов. Развитие Рефлексии. Когнитивная проработка «Что такое доброта» развитие чувства сопереживания другим, профилактика деструктивного поведения; развитие памяти; развитие внимания; развитие мелкой моторики рук.	Стульчики по количеству детей, пластмассовый цветок, бумага формата А4 или альбомные листы, цветные карандаши, 6 мягких игрушек
3.	Особенности эмоционального общения в группе»	Развитие коммуникативных навыков; Формирование бережного и позитивного отношения к партнеру; Снижение проявления симптомов агрессии, гиперактивности; Развитие воображения; Снятие мышечных зажимов, психоэмоционального напряжения	Мяч, бумага, фломастеры (маркеры),
4	«Социальные навыки»	Создание условий для формирования дружелюбного отношения несовершеннолетних друг к другу, сплочения детского коллектива, Воспитание умения прислушиваться к мнению других, уважать мнение другого человека..	Платки, мяч, бланки для диагностики, планшетики
5	«Шаг навстречу»	Актуализация представлений о своих сильных сторонах, развитие эмпатии, способности к конструктивному взаимодействию в группе.	м/ф «Лили и снеговик» мяч, коврик
6-7	«Созидатель и разрушитель»	Выражать сочувствие, сопереживание, уважать мнение другого человека	м/ф «Каменный великан»

		находить положительные черты характера у другого человека находить внутренний ресурс в ТЖС	доска магнит-маркер. Маркеры для доски разного цвета, карточки с ситуативными задачами
8-9	«Прометей»	Развитие эмпатии. Формирование способности пожертвовать своими интересами для оказания помощи ближнему.	Стулья, платок для глаз, теннисный мяч
10-11	«Я и ты»	Мотивирование в детях желание дальнейших самоизменений, формирование в подростках знания о наиболее ценимых человеческих достоинствах, о значении дружбы и тех качествах, которые необходимо развивать в себе, чтобы быть достойным дружбы.	Планшетники, бумага по количеству детей, ручки Аттестаты, бланки диагностик
12	Итоговое занятие	«Обратная связь» по модулю. Какие знания, умения получили, какие впечатления получили. Ознакомление с итогами промежуточной аттестации. вручение аттестатов	Аттестаты, бланки диагностик

## 8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

### 8.1. Текущий контроль успеваемости

В течении всего курса программы, на каждом занятии, психолог наблюдает за работой детей, отмечая их проблемы, успехи и достижения. В процессе изучения и закрепления учебного материала проводится устный опрос с целью выяснения и коррекции проблемных моментов. В конце каждого занятия подводятся итоги и отмечаются усвоенные детьми знания и умения на основе рефлексии, опроса и наблюдения.

Итоги оцениваются по трехбальной шкале, фиксируются в журнале учета успеваемости.

#### 8.1.1. Оценка показателей уровня развития по параметрам программы «Я и ТЫ»

Критерии оценки эффективности программы «Я и ТЫ».		
<i>3 б - Высокий</i>	<i>2 б - Средний</i>	<i>1 б - Низкий</i>
<b>Модуль 1 : « Я и мир моих эмоций»</b>		
Знаком с основными видами эмоций. Знает, называет, показывает (изображает их) может распознать на картинке . Знаком со способами выражения негативных эмоций в социально приемлемой форме. Значительное улучшение психоэмоционального благополучия.	Частично знаком с основными видами эмоций. Знает, называет, но стесняется, или не может их показать, изобразить, передать. Знаком со способами выражения негативных эмоций в социально приемлемой форме, но не владеет навыками, не может самостоятельно справиться с негативными эмоциями. Незначительное улучшение психоэмоционального благополучия.	Имеет поверхностные знания об основных видах эмоций. Совершенно не может контролировать негативные эмоции. Психоэмоциональное состояние не изменилось

<b><u>Модуля 2: «ТЫ чувствуешь?!»</u></b>		
Знает, понимает эмоции других людей, умеет проявлять сочувствие, сопереживание к другим людям. Значительное улучшение психоэмоционального благополучия.	Владеет знаниями об эмоциях, но не может оценить состояние близких людей. Не испытывает сочувствие (может смеяться, над падением или ошибкой другого) Незначительное улучшение психоэмоционального благополучия	Не может контролировать свои эмоции и оценивать состояние другого человека. Психоэмоциональное состояние не изменилось
<b><u>Модуля 3: «Я и ТЫ»</u></b>		
Владеет своими эмоциями. Может называет их. Хорошо развит самоконтроль. Способен помочь и пожалеть ближнего. Владеет навыками конструктивного взаимодействия. Умеет договариваться. Значительное улучшение психоэмоционального благополучия.	Знания об эмоциях хорошие, может распознавать эмоции близких, но не может взаимодействовать без конфликтов. Незначительное улучшение психоэмоционального благополучия	Не может контролировать себя, свои негативные эмоции, не владеет способами их регулирования, в общении конфликтен. Сам провоцирует конфликтные ситуации. Психоэмоциональное состояние не изменилось

## **8.2. Промежуточный контроль успеваемости учащихся**

По окончании каждого модуля, на итоговом занятии, проводится промежуточная аттестация учащихся, на котором определяется уровень освоения полученных знаний и умений, с подведением итогов освоения программы и диагностики психоэмоционального состояния детей с ОВЗ.

Итоги фиксируются в журнале учета успеваемости, на основании среднего балла обучающегося по программе и диагностики основных диагностических показателей (оценивается эмоциональное состояние детей, уровень тревожности, агрессии, конфликтности). Тесты подбираются индивидуально, исходя из возрастных особенностей и способностей детей.

### **8.2.1. Итоговая оценка уровня освоения параметров программы.**

По окончании модуля педагог-психолог выводит средний балл на основании оценок уровня освоения полученных знаний, умений за весь период обучения.

Оценки, набранные ребенком, складываются и полученная сумма делится на 10. Так определяется средний балл уровня усвоения полученных знаний:

От 2,5 до 3 баллов – высокий уровень;

От 1,4 до 2,4 балла – средний уровень;

Менее 1, 3 балла – низкий уровень.

Итоговые результаты освоения каждым конкретным ребенком отмечается в Журнале успеваемости.

### **8.2.2. Итоговая оценка уровня психолого-эмоционального благополучия.**

По окончании модуля проводится диагностика основных диагностических показателей, результаты фиксируются в журнале учета успеваемости.

### 8.2.3 Критерии оценки эффективности программы «Я и Ты». (промежуточная аттестация)

№ п/п	Критерии оценки	Метод оценки
1.	Эмоциональное состояние (стабильность - нестабильность)	Диагностика. Тестирование. Рефлексия Проективные методики. Методика диагностики дифференциаций эмоциональной сферы ребенка «Домики»
2.	Уровень тревожности	Опрос, наблюдение, рефлексия Диагностика. Тестирование. Проективные методики
3.	Уровень конфликтности	Опрос, наблюдение, Диагностика. Тестирование. Проективные методики
4.	Уровень агрессии	Опрос, наблюдение, Диагностика. Тестирование. Проективные методики

#### Методы оценки эффективности проведенных мероприятий:

Возможен индивидуальный подбор методов диагностики, его выбор зависит от интеллектуального уровня развития детей.

Проективные методики:

- «Эмоции в цвете»;
- «Разноцветный паровозик» (на основе цветовых выборов Люшера);
- Методика «Домики», «Несуществующее животное», ДДЧ и др.

Для детей умеющих делать осознанный выбор:

Тесты:

- Самооценка психических состояний Айзенка (тревожность, агрессия)
- Эмоциональное состояние Б.Н.Смирнов.
- «Незаконченные предложения».

#### Система поощрения обучающихся по программе.

По окончании курса программы несовершеннолетним, прошедшим не менее 80% курса модуля, выдается Свидетельство участника программы с указанием модуля.

Учащимся, которые прошли менее 80% курса, выдается справка о том, что они прослушали данный курс частично.

## 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПРОГРАММЫ.

### 9.1. Методика проведения занятий

#### 9.1.1. Структура построения занятия

1. Организационный момент. Мотивационно – ориентировочный этап (*Настрой детей на активную работу*) – 5 минут.

2. Основная часть. Реализация поставленных задач: получение знаний, формирование и отработка умений и навыков по изучаемой теме – 20 мин. (включая динамическую паузу).

3. Заключительная часть. Систематизация воспитанниками полученных знаний, рефлексия – 5 мин.

#### 9.1.2 Алгоритм построения занятия.

Алгоритм построения занятия:

1. закрепление пройденного материала;
2. выявление опорных знаний по тематике занятия;
3. получение знаний по теме занятия, знакомство с определениями;
4. осознание полученных знаний через упражнения и игру;
5. закрепление знаний и отработка умений через практические и творческие задания с последующим анализом;
6. анализ полученных знаний и работы воспитанников на занятии.

## 9.2. Литература, используемая при реализации программы

1. Воробьева Т. «Программно-методическое руководство по организации занятий эмоционально-экспрессивного восприятия для детей дошкольного и младшего школьного возраста». — М.: 1992.
2. Стишенок И.В. «Сказкотерапия для решения личных проблем» СПб. Речь 213 -141с
3. Чех Е. «Не страшно/расскажи мне сказку» СПб .Речь 2011-156с
4. Давыдова В.В Психическое развитие младших школьников – М. «Педагогика»1990-160с
5. Пасечник Л.В «Реабилитация депрессивного состояния у детей» «Сфера» М.2007-96
6. Пасечник Л.В «Основы специальной психологии /библиотека специального психолога». Нижний Новгород 2003
7. Закрепина А.В «Трудный ребенок/пути к сотрудничеству: методическое пособие» / М. «Дрофа» 2007-141
8. Алябьева Е.А «Занятия по психогимнастике с дошкольниками Методическое пособие». «Сфера» Москва 2003-160 с
9. Кошелева А. «Эмоциональное развитие дошкольника». — М.: «Просвещение», 1985.
10. Леви В. «Нестандартный ребенок». — СПб.: 1993.
11. «Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста. Психологические исследования»/ Под ред. А. Запорожца и Я. Не-веровича. — М.: «Педагогика», 1986.
12. Чистякова М. «Психогимнастика». — М.: «Просвещение», 1990.
13. Зеленина Н.Ю. «Социально-эмоциональное развитие ребенка с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]: учебное пособие. Направление подготовки – 050700.62 «Специальное дефектологическое образование», профилю подготовки «Дошкольная дефектология»/ Зеленина Н.Ю.— Электрон. текстовые данные.— Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2014.— 46 с.
14. «Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция»/ В.В. Лебединский, ОС. Никольская, Е.Р. Баевская и др. - М.: Изд-во МГУ, 1990. - 197с.
15. Закаблук, А. Г. «Особенности понимания эмоциональных состояний детьми в норме и патологии как основания их социальной адаптации» / А. Г. Закаблук // Коррекционная работа в специальных школах и дошкольных учреждениях. – Л., 1985. – С.30-39. 39
16. Аракелов, Г. Г., Лысенко, Н. Е., Шотт, Е. Е. «Психофизиологический метод оценки тревожности» / Г. Г. Аракелов, Н. Е. Лысенко, Е. Е. Шотт // Психологический журнал. – 1997 - № 2. – С.112-117.
17. Немов Р.С «Психология» в 3 книгах – 4е издание «Владос» 2002