

Управление образования администрации Ростовского муниципального района
Ярославской области

**МУ Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи «Содействие»**



**Дополнительная общеобразовательная
программа коррекции и развития
эмоционально-волевой сферы детей
«Путешествие в страну эмоций и чувств»**

Авторы программы:

**Зеленкова Дарья Сергеевна,
педагог-психолог МУ Центра «Содействие»**

**Ростов
2016**

Пояснительная записка

Психологическое здоровье детей долгое время оставалось вне внимания взрослого. Модель психологически здоровой личности должна включать следующие компоненты:

- наличие позитивного образа “Я”, то есть абсолютного принятия самого себя и других людей;
- владение рефлексией, как средством познания себя;
- наличие у ребенка потребности в саморазвитии, самоизменении, личностном росте.

Основываясь на результатах современных исследований, можно говорить о сильной зависимости между нарушениями психологического здоровья и учебной успешности детей. Нарушениям психологического здоровья соответствует выраженное повышение тревожности, которое может привести к существенному снижению внимания, в особенности произвольного.

Развитие ребенка теснейшим образом связано с особенностями его чувств и переживаний. Эмоции являются показателем состояния ребенка. Зачастую дети находятся в плену эмоций, поскольку не могут управлять ими. Это приводит к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. Для детей с ОПФР к этому добавляются незрелость эмоционально-волевой сферы, двигательная расторможенность, повышенная аффективная возбудимость или повышенная тормозимость, неуверенность, медлительность, несамостоятельность, а также нарушения внимания, памяти, мышления и поведения.

Цель программы: коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста и младшего школьного возраста с особенностями психофизического развития

Задачи

1. Познакомить детей с миром эмоций. Способствовать формированию умения определять по верbalным и невербальным проявлениям состояние других людей.
2. Научить детей осознавать собственное эмоциональное состояние.
3. Способствовать формированию адекватной самооценки.
4. Обеспечить освоение детьми моделей конструктивного поведения в различных ситуациях.
5. Способствовать развитию эмпатии.

Ожидаемые результаты

- формирование способности к осознанию собственного эмоционального состояния и эмоционального состояния других людей;
- гармонизация эмоционального состояния детей;
- снижение уровня тревожности и страхов;
- стабилизация самооценки.

Режим проведения занятий

Программа предназначена для проведения занятий с детьми в групповой форме, но может использоваться и для индивидуальных занятий. Занятия проводятся 1 – 2 раза в неделю. Продолжительность каждого занятия – 30 – 40 минут.

Формы и методы работы

Занятия проводятся в доступной для детей форме с включением в себя приёмов активного обучения:

1. Психогимнастические упражнения (мимические и пантомимические) проводятся на заданную тему и позволяют ребёнку почувствовать нужное эмоциональное состояние через движение и мимику.
2. Элементы арт-терапии (музыка, изодеятельность).
3. Сюжетно-ролевые игры.

4. Релаксационные упражнения.
5. Телесно-ориентированная терапия.
6. Сказкотерапия.

Контингент

- дети с нарушениями эмоционально- волевой сферы;
- дети с ССРПР;
- дети с запинками в речи.

Оптимальные условия

- наличие у ведущих опыта коррекционно-развивающей работы с детьми;
- наличие специального оборудования сенсорной комнаты;
- количественный состав группы 4-6 человек;
- при формировании группы учитывать характер эмоциональных нарушений каждого ребенка.

Стоит отметить, что при работе с эмоциональной сферой необходимо повышение психолого-педагогической компетентности родителей. В связи с этим, родители могут получить индивидуальные консультации и рекомендации по оптимизации отношений с ребенком и влиянию негативных факторов, возможно проведение практических занятий для родителей, а также процессное консультирование.

Достаточно необходимые условия

- при отсутствии специально оборудованной сенсорной комнаты возможно проведение занятий в игровой комнате при наличии в ней мягких игрушек, необходимого раздаточного материала, аудиотехники, матов (ковриков) для проведения релаксационных процедур;

- в процессе практической работы допустимо сокращение игр и упражнений или, наоборот, внесение различных дополнений, в соответствии с потребностями и индивидуальными особенностями детей.

При использовании программы в развивающих целях, достаточно проведения по одному занятию по ознакомлению с эмоциями «страх» и «гнев». Предлагаемый избыточный объём материала по этим темам предназначен для коррекционной работы с детьми, имеющими соответствующие эмоциональные проблемы. Это следует учитывать при планировании и проведении занятий. Программа предусматривает изменение количества занятий в зависимости от индивидуальных особенностей детей типа нарушений и поведения.

Мониторинг эффективности программы осуществляется с помощью:

- использование обратной связи от участников занятий;
- получение обратной связи от родителей (воспитателей);
- сравнительного анализа результатов начальной и итоговой диагностики.

Рекомендуемые методики

- 1) Методика «Лесенка» (Модификация методики Т.Дембо).
- 2) Тест тревожности (Авторы Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен).
- 3) Проективная рисуночная методика «Автопортрет».
- 4) Методика «Паровозик». Цель: определение степени позитивного и негативного психического состояния. (Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. Сост.: С.В. Велиева. СПб.: Речь, 2007, с. 92).
- 5) Пиктограмма. Цель: выявление уровня знаний основных эмоций на основе распознавания различных эмоциональных состояний человека с помощью пиктограмм (Грабенко Т.М., Михаленкова И.А.

№	Тема	Кол-во занятий	Цели, задачи занятия
1.	Вводные	5	Развивать групповую сплоченность; способствовать развитию самоуважения детей: взаимопонимание между детьми; гармонизация притязания на признание.
2.	Радость	5	Создать эмоционально положительный фон; знакомство с чувством радости, закрепление новых представлений, обобщение имеющегося у детей опыта
3.	Страх	5	Закрепление знаний о чувстве страха, помочь детям в проявлении чувств по отношению к предмету страха; способствовать формированию у детей умения любить окружающих.
4.	Удивление	1	Познакомить с чувством удивления; закреплять мимические навыки.
5.	Самодовольство	1	Познакомить с чувством самодовольства
6.	Гнев	3	Познакомить с чувством злости; тренировать умение различать эмоции.
7.	Робость	1	Познакомить с чувством робости, развивать уверенность в себе, сплоченность детей
8.	Грусть	2	Познакомить с чувством грусти, обучение распознаванию и произвольному проявлению чувств; активизировать положительные эмоции для устранения или снижения интенсивности переживаемой грусти; научить ребенка справляться с отрицательными эмоциями, не подавляя их, направлять в новое, рациональное русло.
9.	Обида	2	Познакомить с чувством обиды и действиями, связанными с ним; формировать адекватную оценку негативных поступков, связанных с проявлением чувства обиды; познакомить со способами управления негативными эмоциями; выражать негативные чувства в безопасной форме
10.	Презрение	1	Знакомство с эмоцией и чувством презрения; способствовать развитию спонтанности детей; развивать рефлексию эмоциональных состояний
11.	Вина	2	Знакомство с чувством вины; развивать волевую регуляцию поведения; знакомить со способами релаксации для снятия напряжения
12.	Брезгливость	1	Познакомить с чувством отвращения.
13.	Интерес	1	Знакомство с чувством интереса, совершенствовать чувство интереса
14.	Веселые путешествия	9	Закреплять полученные знания об эмоциях и чувствах; развивать умения правильно выражать свои эмоции и чувства посредством мимики; развивать выразительность

			жестов; снятие психомышечного напряжения; развивать умения чувствовать настроение других и сопереживать окружающим.
15.	Заключительное	1	Учить распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимика, пантомимика, интонация); обогащать и активизировать словарь детей за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения, их оттенки; способствовать обогащению эмоциональной сферы ребенка
	Итого:	40	

ПЛАНЫ – КОНСПЕКТЫ