Утверждаю:

Директор МКОУ

«Белоярская ШИ VIII вида»

Т.А.Донченко

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г.

**Рабочая программа развития эмоционально – волевой и коммуникативной сферы**

**младших школьников**

**Составитель: Педагог-психолог - Зенкина М.Ю.**

**2015-2016 учебный год**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа развития эмоционально – волевой и коммуникативной сфер младших школьников составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009г. №373, зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009г., рег. № 17785 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. №189 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно–эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях». Опубликовано16 марта 2011 г. Зарегистрировано в Минюсте РФ 3 марта 2011 г. Регистрационный № 1993.
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 24 марта 2009 г. № 95 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогических консилиумах».

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

Программа данного курса представляет систему развивающих занятий для учащихся начальных классов и рассчитана на 1 год обучения - 1 час в неделю (34 часа).

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

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

**Основные задачи программы:**

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

**Содержание программы** соответствует поставленным целям и задачам.

Программа состоит из трех разделов, каждый из которых имеет свои отдельные задачи.

Первый раздел - Самопознание «Какой «Я»?. Это первые занятия, которые дают ребятам возможность исследовать себя, узнать, что все люди имеют как хорошие качества, так и те или иные недостатки. На этих занятиях развивается рефлексия и толерантность учащихся устанавливается дружелюбная атмосфера.

Второй раздел – Мир эмоций. «Я и эмоции» - помогает детям научиться понимать и контролировать свое эмоциональное состояние.

Третий раздел - Позитивное общение «Мой язык общения» - одна из самых интересных для ребят этого возраста. Именно на этих занятиях впервые затрагиваются понятие дружбы, тема взаимоотношений, конфликтов. Что такое настоящая дружба и умеют ли ребята дружить – ответы на эти вопросы учащиеся ищут совместно с педагогом. Далее идут занятия на тему сотрудничества. Ребятам дается само понятие сотрудничества, принципы эффективного сотрудничества, в игровой форме отрабатываются навыки эффективного взаимодействия. И завершают программу заключительные занятия, основная цель которых – отрефлексировать изменения, произошедшие с ними за учебный год, окунуться в свой внутренний мир, сформировать установку на веру в себя и в свой успех.

Во время занятий у детей младшего школьного возраста происходит становление развитых форм самосознания, самоконтроля и самооценки, совершенствование социально-бытовой и социокультурной компетенции, развитие коммуникативных навыков. Отсутствие отметок снижает тревожность и необоснованное беспокойство учащихся, исчезает боязнь ошибочных ответов. В результате у детей формируется отношение к данным занятиям как к средству развития своей личности.

**Формы работы**

При реализации программы используются следующие формы и методы работы: беседа, психогимнастика, ролевая игра, арт-терапевтические техники, дискуссия, проблемные ситуации, эмоционально-гимнастические методы, релаксационные методы, когнитивные методы. Основное содержание занятий составляют тренировочныхе упражнения, специальные задания, дидактические и развивающие игры.

**Организационная структура занятий**

Материал каждого занятия рассчитан на 30-35 минут.

1.- Ритуал приветствия и разминка

Цель: создание атмосферы доверия в группе, положительный настрой участников на работу.

2. - Основная часть

Направлена на решение задач данной программы.

3.- Заключительная часть

Подведение итогов, получение обратной связи. Ритуал прощания.

Разумеется, при необходимости структура может быть изменена, ее отдельные составляющие могут быть более или менее насыщены, длительны и дифференцированы.

Задания построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим, различные темы и формы подачи материала активно чередуются в течение урока. Это позволяет сделать работу динамичной, насыщенной и менее утомляемой.

**Ожидаемые результаты:**

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

Критерии положительной оценки:

-повышение уровня стабильности эмоционально-волевой регуляции продуктивной деятельности;

-снятие (уменьшение) психического напряжения, тревоги, страхов;

-сформированность умения правильно выражать свои чувства, умение управлять своими эмоциями, понимать и оценивать отношение к себе других людей, сверстников;

-овладение учащимися умениями и навыками эффективного взаимодействия, снятие барьеров в общении;

-улучшение социально-психологического климата класса;

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

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

**Текущий:**

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

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

**Итоговый:**

-тестирование;

-творческие работы учащихся

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Задачи, решаемые на каждом занятии** | **Кол. часов** |
|  | **Раздел 1 Самопознание «Какой «Я»?** | | **7** |
| 1. | Мой внутренний мир   Кто Я? Какой Я? | Обследование эмоционально-волевой сферы  Определение принципов работы на занятиях Повышение самооценки  Сплочение классного коллектива | 1 |
| 2. | Познай самого себя и других | Определение достоинств и недостатков своих и других людей, понимание причин их поступков  Закрепление знаний учащихся о положительных и отрицательных качествах характера человека  Развитие интереса к себе | 2 |
| 3. | Познай самого себя и других | Определение достоинств и недостатков своих и других людей, понимание причин их поступков  Закрепление знаний учащихся о положительных и отрицательных качествах характера человека  Развитие интереса к себе |
| 4. | Моя самооценка | Создание условий для самоанализа собственных достоинств и недостатков  Повышение уровня самопринятия  Формирование уверенности в себе | 1 |
| 5. | Мои способности | Осознание детьми своих особенностей и способностей  Развитие внимания, памяти, мышления, речи, активного и пассивного словаря | 2 |
| 6. | Мои способности |
| 7. | Мой характер | Развитие способности к самоанализу и рефлексии  Развитие системы самосознания и самооценки, формирование адекватного отношения к себе и другим  Формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе | 1 |
|  | **Раздел 2 Мир эмоций. «Я и эмоции**» | | **10** |
| 8. | Мое настроение | Развитие способности осознавать и выражать свои эмоциональные состояния  Повышение самооценки  Развитие творческой активности учащихся | 1 |
| 9. | Эмоции – внутренние друзья и враги | Знакомство учащихся с различными видами эмоций.  Обучение умению определять эмоциональное состояние других людей  Тренировка умения владеть своими эмоциями. | 1 |
| 10. | Радость. Удовольствие. Интерес. Счастье. | Определение понятия положительных эмоций.  Способствование адекватному самовыражению, рефлексии эмоциональных состояний | 1 |
| 11. | Грусть.  Обида.  Гнев. | Способствование рефлексии эмоциональных состояний  Определение понятия отрицательных эмоциональных переживаний  Развитие способности отличать отрицательные эмоции от положительных. | 2 |
| 12. | Грусть.  Обида.  Гнев. |  |
| 13. | Страх. Он помогает или мешает? | Определение понятий «страх», «тревога», «одиночество»  Помощь в преодолении страхов, в обретении уверенности в себе, в понимании того, что вера в себя необходима для развития человека | 1 |
| 14. | Как управлять эмоциями? | Осознание своих эмоций, обогащение адекватными способами выражения своего настроения  Обучение самоконтролю и закрепление этих навыков  Обучение навыкам релаксации | 2 |
| 15. | Как управлять эмоциями? |
| 16. | Конкурс чувствоведов. | Формирование умения распознавать эмоциональные реакции других людей  Развитие взаимопонимания  Повышение самооценки | 1 |
|  | **Раздел 3 Позитивное общение «Мой язык общения»** | | **17** |
| 17 | Я и мир вокруг меня | Повышение самооценки  Развитие чувства принадлежности к группе  Формирование умения увидеть в другом человеке его достоинства | 1 |
| 18. | Общение в жизни человека | Определение первоначального представления о значении общения в жизни человека  Формирование представлений о различных средствах общения | 2 |
| 19 | Общение в жизни человека | Развитие социально-коммуникативных навыков  Сплочение класса |
| 20 | Я глазами других | Формирование способности к самоанализу  Способствование возникновению желания самосовершенствоваться Развитие способности принимать друг друга | 1 |
| 21. | Почему люди ссорятся?  Споры и ссоры | Знакомство учащихся с понятием «конфликт»  Выявление особенностей поведения в конфликтной ситуации  Обучение способам выхода из конфликтной ситуации | 1 |
| 22. | Предотвращение конфликтов | Знакомство с вербальными барьерами общения  Обучение альтернативным вариантам поведения  Обучение анализу различных состояний | 2 |
| 23 | Предотвращение конфликтов |
| 24. | Учимся слушать друг друга | Помощь в осознании собственного «Я»  Формирование понимания необходимости жить в согласии с собой и другими  Формирование адекватных эмоциональных реакций в ходе совместного взаимодействия | 1 |
| 25. | Уверенное и неуверенное поведение | Знакомство с понятием о сильной личности  Выработка навыки уверенного поведения  Формирование негативного отношения к агрессии | 1 |
| 26. | Нужна ли агрессия? | Познакомить учащихся с признаками агрессивного поведения  Определить приемлемые способы разрядки гнева и агрессии | 1 |
| 27. | Я и мои друзья Правила дружбы | Развитие коммуникативных навыков  Помощь в осознании качеств настоящего друга  Повышение самооценки  Сплочение коллектива в классе | 1 |
| 28. | Мы – дружный класс | Сплочение коллектива  Развитие чувства эмпатии  Развитие навыков координации совместных действий | 1 |
| 29 | Дружба девочек и мальчиков | Формирование нравственных качеств: умение дружить, беречь дружбу  Определение – что такое дружба девочек и мальчиков Сплочение классного коллектива | 1 |
| 30 | Я и  моя школа | Помощь детям в осознании особенностей позиции ученика  Развитие умения высказывать свое мнение  Повышение самооценки  Сплочение классного коллектива  Развитие навыков общения | 1 |
| 31 | Я и моя семья | Актуализация опыта семейного взаимодействия  Анализ наиболее часто встречающихся трудностей в отношениях с родителями  Оптимизация взаимоотношений «родитель-ребенок» | 1 |
| 32 | Мое настоящее и будущее | Определение интересов детей  Отработка навыков преодоления препятствий на пути к достижению цели  Актуализация личностных ресурсов | 1 |
| 33 | Будь собой, но в лучшем виде | Обследование эмоционально-волевой и коммутативной сфер  Активизация процесса самопознания  Закрепление благоприятного отношения к себе | 1 |
| 34 | Итоговое занятие «Всем спасибо» | Подведение итогов  Закрепление полученных навыков  Развитие эмпатии, рефлексии  Сплочение коллектива в классе | 1 |