

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА « ГОРОД КАЛИНИНГРАД»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА ДЕТСКИЙ САД №87

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
протокол № 5 от 21.05 2024 г.



« Утверждаю»  
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с № 87  
Некрасова К.Е.  
Приказ № 123-0 от 19.05 2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности  
«Мир настроения»

Возраст обучающихся 6-7 лет  
Срок реализации 1 год

Автор программы:  
Пруткова Ирина Викторовна,  
воспитатель

г. Калининград

2024 г.

**Пояснительная записка**

## **Описание предмета, дисциплины, которому посвящена программа**

Предметом программы «Мир настроения» является знакомство с эмоциями и чувствами человека, обучение дошкольников техникам гармонизации эмоциональной сферы и формирования навыков адекватного реагирования при возникновении различных эмоций.

Эмоциональная – волевая сфера является важной составляющей в развитии дошкольников, так как никакое общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых, «читать» эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять своими эмоциями. Понимание своих эмоций и чувств также является важным моментом в становлении личности растущего человека.

В соответствии с возрастными особенностями старший дошкольник зачастую не умеет управлять своими эмоциями. Его чувства быстро возникают и также быстро исчезают. С развитием эмоционально-волевой сферы у дошкольника чувства становятся более рациональными, подчиняются мышлению. Наша задача помочь ребёнку познать и испытать разные чувства и эмоции.

## **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Ведущая идея программы заключается в развитии коммуникативных качеств – развитии навыков умелого общения, обеспечении чувства защищенности, доверия к миру, умении получать радость от общения, формирования базиса личной культуры. Она базируется на:

- комплексном воздействии на эмоциональную сферу ребенка
- использовании методик по саморегуляции.

В ходе работы дети знакомятся также с навыками релаксации и саморегуляции, снятия эмоционального напряжения и негативных эмоций, что создает условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием. Обсуждение и проживание ситуаций, вызывающих разнообразные чувства, повышают эмоциональную устойчивость ребенка, что помогает ему легче переносить аналогичные, но более мощные воздействия. Поскольку эмоции заразительны, коллективное сопереживание усиливает их и позволяет получить более яркий опыт проживания эмоциональных ситуаций.

## **Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

Ключевые понятия программы:

**Эмоция** - (от лат. *emoveo*-потрясаю, волну) - реакция человеческой психики на различные жизненные ситуации и поведение других людей. С

помощью эмоций люди выражают оценочное субъективное отношение к окружающему миру.

**Чувства**-высшая, культурно обусловленная устойчивая во времени эмоция.

**Направленность программы:** социально-гуманитарная.

**Уровень освоения программы** – базовый.

**Актуальность образовательной программы**

Актуальность программы связана с нестабильностью эмоционально - волевой сферы старших дошкольников, с возрастанием психических нагрузок и стрессогенных ситуаций в дошкольном возрасте. В современной жизни в любом дошкольном учреждении можно найти много детей, эмоциональные проявления которых очень бедные или же наоборот, излишне бурные. Поэтому важно научить дошкольников адекватно выражать свои эмоции в различных жизненных ситуациях, учить смотреть на ситуацию с позиции своего собеседника.

**Педагогическая целесообразность образовательной программы**

Программа «Мир настроений» составлена таким образом, чтобы воспитанники могли овладеть всем комплексом техник по снятию психоэмоционального напряжения, умением взаимодействовать друг с другом, умением распознавать свои эмоции и эмоции других людей, а также владеть навыками саморегуляции.

**Практическая значимость образовательной программы**

Практическая значимость состоит в развитии эмоциональной сферы дошкольников. Все занятия программы представлены в виде готовых конспектов и являются комплексом различных развивающих методик.

**Принципы отбора содержания образовательной программы**

*Принцип индивидуализации* - учет индивидуальных и психофизических особенностей каждого ребенка и группы в целом, включение каждого ребенка в процесс обучения

*Принцип доброжелательности* - создание для каждого ситуации успеха.

*Принцип деятельностный* - переход от совместных действий взрослого и ребенка, ребенка и сверстников к самостоятельному выполнению заданий дома, открытие новых знаний.

*Принципы отбора содержания* (образовательный процесс построен с учетом индивидуальности каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

**Отличительные особенности программы**

Отличительная особенность программы заключается в том, что работа по эмоциональному и личностному развитию осуществляется через игровую деятельность с детьми 6-7 лет в форме упражнений на релаксацию, эмоционального компонента и коммуникативного компонента.

**Цель образовательной программы:** развитие эмоциональной сферы дошкольников, всестороннее гармоничное развитие его личности.

**Задачи образовательной программы:**

*Образовательные:*

-способствовать повышению уровня речевой коммуникации и коммуникативных навыков

- обучить приемам расслабления, снятию психологического напряжения;

-научить воспитанников понимать свои эмоциональные состояния и состояния окружающих людей

-дать представление о способах выражения собственных эмоций (мимика, жесты, поза, слова).

-способствовать открытому проявлению эмоций и чувств различными социально приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими и т.д.).

- способствовать снижению уровня тревожности воспитанников.

*Развивающие:*

-развивать навыки социального поведения;

- развивать умение управлять своими чувствами и эмоциями.

- развивать умение воспитанников находить достоинства в самих себе и других людях, повышать самооценку.

*Воспитательные:*

-формировать положительный настрой на занятия со взрослым;

-вырабатывать у детей положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию при общении

**Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир настроений» предназначена для детей в возрасте от 6 до 7 лет, посещающих МАДОУ ЦРР д/с № 87.

**Особенности организации образовательного процесса**

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает групповые формы работы с детьми. Состав групп 10-12 человек.

**Формы обучения по образовательной программе**

Форма обучения – очная.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 30 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 академических часа (60 минут). Занятия проводятся 2 раза в неделю.

### **Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часа.

### **Основные методы обучения**

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

-наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);

-практический (непосредственное выполнение работ

При осуществлении образовательного процесса применяются следующие методы:

- объяснительный (для формирования знаний и образа действий);
- репродуктивный (для формирования умений, навыков и способов деятельности);

словесный - рассказ, объяснение, беседа,

Методы:

- Свободное и тематическое рисование.
- Упражнения творческого характера, этюды.
- Игры с правилами: сюжетно-ролевые, словесные, подвижные, музыкальные.
- Развивающие и дидактические игры.

### **Планируемые результаты**

#### *Образовательные*

- понимание собственного эмоционального состояния,
- формирование умения выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации,
- использование навыков саморегуляции и релаксации, для управления своим эмоциональным состоянием,
- снятие мышечного и психоэмоционального напряжения,
- повышение самооценки

#### *Развивающие.*

- развитие познавательной, эмоциональной и коммуникативной сферы,
- развитие творческих способностей, речи, воображения;

– развитие чувства близости с другими людьми, формирование чувства ценности других людей.

*Воспитательные.*

- повышение психологической и педагогической грамотности детей и родителей;
- формирование позитивных поведенческих реакций и переживаний.

#### **Механизм оценивания образовательных результатов.**

Результативность, эффективность программы можно выявить путем психодиагностического обследования. На протяжении курса занятий обследование проводится два раза: до проведения развивающих занятий по данной программе – входящая диагностика (по результатам входящей диагностики формируются группы) и после прохождения всего курса – итоговая диагностика (по результатам итоговой диагностики и на основе сравнительного анализа результатов входящей и итоговой диагностики делается вывод об эффективности произошедших изменений у каждого ребенка).

При проведении психодиагностического обследования (как входящей диагностики, так и итоговой) используется следующий психодиагностический инструментарий:

- для оценки уровня развития социального интеллекта – Методика оценки развития социального интеллекта детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста Я.И.Михайловой, состоящая из двух субтестов: “Истории с завершением” и “Группы экспрессий”;

- для выявления нарушений развития системы личностных отношений на уровне базовых и социальных эмоций (в блоке межличностного взаимодействия и блоке потенциальной агрессии) – Проективная методика личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций О.А.Ореховой “Домики” (для детей 6-11 лет);

(Орехова О.А. Цветовая диагностика эмоций ребенка. – СПб.: “Речь”, 2002.)

- для выявления нарушений (высокого уровня тревожности) в сфере межличностных отношений “ребенок - ребенок” - Детский тест тревожности Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен;

(Тест тревожности (Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен): Учебно-методическое пособие. – СПб.: “Речь”, 2001.)

**Критерии уровня сформированности, развитости психологических качеств, особенностей, свойств, состояний, функций, компетенций:**

При оценке уровня развития социального интеллекта по Методике Я.И.Михайловой – социальный интеллект считается хорошо развитым, достаточно сформированным, если суммарный балл находится в диапазоне 14

и выше баллов - для детей 6-7-летнего возраста, 15 и выше баллов – для детей 7- 8-летнего возраста.

При оценке вариантов личностного развития и нарушений на уровне базовых и социальных эмоций по Методике О.А.Ореховой – на нормальный вариант эмоционально-личностного развития указывают:

- отсутствие инверсий “цветового градусника” (уровень базовых эмоций);

- отсутствие деформаций в блоках личностных отношений (уровень социальных эмоций); особое внимание обращается на блок межличностного взаимодействия (так как в этом блоке оцениваются коммуникативные эмоции, возникающие на основе потребности в общении, желании делиться переживаниями, найти отклик, чувства симпатии, расположения, уважения) и блок потенциальной агрессии.

- при выявлении нарушений в сфере межличностных отношений “ребенок - ребенок” по Детскому тесту тревожности - на нормальный уровень тревожности в межличностных отношениях “ребенок - ребенок” указывает выбор ребенком веселого лица (не менее 2 из 5) в рисунках – ситуациях №1(игра с младшими детьми), №3 (объект агрессии), №5 (игра со старшими детьми), №10 (агрессивное нападение), №12 (изоляция).

### **Формы подведения итогов реализации образовательной программы**

На протяжении всего курса занятий проходят групповые и индивидуальные консультации для воспитателей и родителей. Перед началом работы по программе проводятся первичные беседы, консультации с воспитателями и родителями детей. Сведения о выявленных результатах диагностических обследований родители получают в ходе индивидуальных консультациях; родителям даются рекомендации, как вести себя с ребенком и закреплять в домашних условиях сформированные на занятиях умения и навыки.

### **Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы**

*Материально-техническое обеспечение программы:*

Наименование оборудования	Количество
Магнитофон	1
USB-флеш-накопитель	2
Песочный стол	1
Сенсорные панели	3
Развивающие игры	10

Детские столы	2
Детские стулья	6

### ***Кадровое обеспечение***

Педагог, реализующий данную программу, имеет высшее профильное педагогическое образование.

### ***Оценочные материалы***

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

- низкий уровень - не выполняет предложенные задания
- средний уровень – выполняет с помощью педагога
- высокий уровень – выполняет самостоятельно

### ***Методическое обеспечение***

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих методических материалов:

- иллюстрации;
- методические пособия;
- дидактические игры и пособия;

Кроме того, весь курс делится на разделы. Успехи обучающегося оцениваются так же и по разделам:

- теория;
- практика;

### **Дидактический материал необходимый для реализации программы:**

- Чувства. Эмоции. Комплект наглядных пособий для дошкольных учреждений и начальной школы. – Издательство: «Ранок», 2007. – 20 отдельных листов в папке
- картинки с изображением детей в различных эмоциональных состояниях;
- зеркала по числу детей;
- мяч, клубочек пряжи яркого цвета;
- бумага;
- перышко, мягкое сердечко.
- массажные шипованные мячи по количеству детей;
- карточки с изображением пиктограмм эмоций;
- картинки с нейропсихологическими упражнениями;

В кабинете педагога-психолога также имеются:

- игрушки, способствующие установлению контакта с детьми;

- комплексы наглядных материалов для психолого-педагогического обследования детей разных возрастных групп с разным уровнем сложности в каждой возрастной группе;
- шкаф для хранения игрушек, наглядных пособий, дидактических игр.

## СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

Тема	Теория, практика
<b>Занятие 1</b> <b>«Индивидуальность и многообразие в группе».</b>	<p><b>Теория:</b> установление эмоционального контакта между всеми участниками занятий, выработка позитивного восприятия</p> <p>участниками группы друг друга.</p> <p><b>Практика:</b> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p>
<b>Занятие 2</b> <b>«Индивидуальность и многообразие в группе»</b>	<p><b>Теория:</b> упражнение - приветствие «Здравствуйте», игра «Ток»;</p> <p><b>Практика:</b> игра «У весны ветер...»; <u>коммуникативный блок:</u> игры «Жучок», «На тропинке».</p>
<b>Занятие 3</b> <b>«Проявление эмоций в группе. Правила группы»</b>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»(2 вариант), игра «Снежный ком»;</p> <p><u>разминка:</u> игра «Змейка».</p> <p><u>релаксационный блок:</u> игра «Флажок»;</p> <p><u>коммуникативный блок:</u> игры «Жучок», «Мостик».</p> <p><b>Практика:</b> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»; упражнение – прощание «До свидания».</p>
<b>Занятие 4</b> <b>«Проявление эмоций в группе. Правила группы»</b>	<p><b>Теория:</b> <u>релаксационный блок:</u> этюды «Штанга», «Качели»;</p> <p><u>коммуникативный блок:</u> игры «Жучок», «Путанка».</p> <p><b>Практика:</b><u>рефлексия:</u> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p>
<b>Занятие 5</b> <b>«Многообразие эмоций»</b>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте», игра «Ток»; <u>разминка:</u> игра «Змейка».</p> <p><b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> игра «У весны</p>

	ветер...»; <u>коммуникативный блок</u> : игры «Жучок», «На тропинке».
<b>Занятие 6</b> <b>«Многообразие эмоций»</b>	<b>Теория:</b> <u>приветствие</u> : упражнение - приветствие «Здравствуйте»; <u>разминка</u> : игра «Ток». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок</u> : этюды «Штанга», «Качели»; игра «Змейка»; <u>коммуникативный блок</u> : игры «Пожелания», «Продолжи движение»
<b>Занятие 7</b> <b>«Радость и грусть»</b>	<b>Теория:</b> игра «Ток», упражнение «Расставь посты». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок</u> : игры «Стоп», «Запретный номер»; <u>эмоциональный блок</u> : упражнение «Мимика в рисунках»; <u>коммуникативный блок</u> : игры «Чей голос?», «Молекула».
<b>Занятие 8</b> <b>«Радость и грусть»</b>	<b>Теория:</b> упражнение «Солнышко и тучка», «Запретный номер»; <u>эмоциональный блок</u> : упражнение «Мимика в рисунках»; <u>коммуникативный блок</u> : игры «Молекула», «Чей голос-2». <b>Практика:</b> <u>рефлексия</u> : упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»; <u>прощание</u> : упражнение – прощание «До свидания».
<b>Занятие 9</b> <b>Страх. Признаки и причины.</b>	<b>Теория:</b> <u>приветствие</u> : упражнение - приветствие «Здравствуйте»; <u>разминка</u> : игра «Ток», упражнение «Расставь посты». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок</u> : игра «Стоп», «Запретный номер»; <u>эмоциональный блок</u> : упражнение «Мимика в рисунках»; <u>коммуникативный блок</u> : игры «Чей голос?», «Молекула».
<b>Занятие 10</b> <b>Злость. Признаки и причины злости.</b>	<b>Теория:</b> <u>приветствие</u> : упражнение - приветствие «Поздороваться с соседом справа»; <u>разминка</u> : игра «Иголка и нитка». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок</u> : упражнение «Солнышко и тучка», игра «Пожалуйста»;

	<p><i>эмоциональный блок:</i> игра «Напряжение-расслабление»;</p> <p><i>коммуникативный блок:</i> игра «Лабиринт».</p>
<p><b>Занятие 11</b>  <b>Отклик тела на эмоции.</b>  <b>Выражение эмоций мимикой, позой, движениями</b></p>	<p><b>Теория:</b>упражнение - приветствие «Поздороваться с соседом слева»;</p> <p><i>разминка:</i> игра «Иголка и нитка».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><i>релаксационный блок:</i> игры «Пожалуйста», «Замри»;</p> <p><i>эмоциональный блок:</i> игра «Что и когда я чувствую»;</p> <p><i>коммуникативный блок:</i> игра «Передай движение».</p>
<p><b>Занятие 12</b>  <b>Отклик тела на эмоции.</b>  <b>Выражение эмоций мимикой, позой, движениями</b></p>	<p><b>Теория:</b></p> <p><i>приветствие:</i> упражнение «Здравствуйте»  упражнение «Расставь посты.</p> <p><b>Практика:</b>  упражнение «Мимика в рисунках»;</p> <p><i>коммуникативный блок:</i> игры «Чей голос?», «Молекула».</p> <p><b>Заключительная часть</b></p> <p><i>рефлексия:</i> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><i>прощание:</i> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 13</b>  <b>Выражение эмоций голосом.</b>  <b>Эмоции в речи.</b></p>	<p><b>Теория:</b></p> <p><i>приветствие:</i> упражнение - приветствие «Здравствуйте»;</p> <p><i>разминка:</i> игра «Расставь посты».</p> <p><i>релаксационный блок:</i> игры</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><i>рефлексия:</i> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><i>прощание:</i> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 14</b>  <b>Выражение эмоций голосом.</b>  <b>Эмоции в речи.</b></p>	<p><b>Теория:</b></p> <p><i>приветствие:</i> упражнение - приветствие «Здравствуйте»;</p> <p><i>разминка:</i> игра «Расставь посты».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><i>релаксационный блок:</i> игры «Запретное движение»; «Змейка-2»;</p> <p><i>эмоциональный блок:</i> игра «Передай настроение»;</p> <p><i>коммуникативный блок:</i> игра «Атомы и молекула».</p> <p><i>рефлексия:</i> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не</p>

	<p>понравилось»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</li> </ul>
<p><b>Занятие 15</b>  <b>Разнообразие эмоций в поэзии и живописи. Интерес, удивление.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»;  <u>разминка</u>: игра «Расставь посты».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: игры «Запретное движение»; «Змейка-2»;  <u>эмоциональный блок</u>: игра «Передай настроение»;  <u>коммуникативный блок</u>: игра «Атомы и молекула»  <u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;  <u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 16</b>  <b>Эмоции и музыка.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Общий круг»;  <u>разминка</u>: игра «Змейка-2».  <u>релаксационный блок</u>: упражнение «Пингвины», «Солнышко и тучка»;  <u>эмоциональный блок</u>: игра «Инсценировка»;  <u>коммуникативный блок</u>: игра «Атомы и молекулы».  <b>Практика:</b>  <u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;  <u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 17</b>  <b>Основы саморегуляции.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Общий круг»;  <u>разминка</u>: игра «Сороконожка».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: парная игра «Зоопарк» - «Канон»;  <u>эмоциональный блок</u>: игра «Загадочный стук»;  <u>коммуникативный блок</u>: игра «Летел лебедь».  <u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;  <u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>

<p><b>Занятие 18</b> <b>Основы саморегуляции.</b></p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Общий круг»; <u>разминка:</u> игра «Сороконожка». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> парная игра «Зоопарк» - «Канон»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Загадочный стук»; <u>коммуникативный блок:</u> игра «Зеркало» <u>рефлексия:</u> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»; <u>прощание:</u> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 19</b> <b>Регуляция эмоций и поведенческих проявлений при взаимодействии в группе</b></p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»; <u>разминка:</u> игра «Расставь посты». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> игры «Запретное движение»; «Змейка-2»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Передай настроение»; <u>коммуникативный блок:</u> игра «Атомы и молекула». <u>рефлексия:</u> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»; <u>прощание:</u> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 20</b> <b>Регуляция эмоций и поведенческих проявлений при взаимодействии в группе</b></p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Общий круг»; <u>разминка:</u> игра «Поймай последнего». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> парная игра «Зоопарк» - «Канон»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Мое настроение»; <u>коммуникативный блок:</u> игра «Интересная походка». <u>рефлексия:</u> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»; <u>прощание:</u> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 21</b> <b>Творческое выражение эмоций как способ саморегуляции.</b></p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Общий круг»; <u>разминка:</u> игра «Поймай последнего»</p>

	<p><u>релаксационный блок</u>: парная <b>Практика:</b> <u>рефлексия</u>: упражнения» Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 22</b>  <b>Навыки коммуникации — установление отношений и сотрудничество.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте», упражнение «Комплименты»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Поймай последнего».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнения «Игры с песком», «Ива – тополь»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «Мое настроение»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: игра «Слепой и поводырь».</p> <p><u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 23</b>  <b>Навыки коммуникации — установление отношений и сотрудничество</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте», упражнение «Комплименты»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Поймай последнего».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнения «Ива – тополь», «Пылинки»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «Какое у меня сегодня настроение»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: игра «Летел лебедь».</p> <p><u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 24</b>  <b>Эмпатия. Оказание эмоциональной поддержки. Взаимопомощь</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте», игра «Конкурс хвастунов»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Игра змейка».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнения «Игры с песком»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «Мое настроение»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: игра «Выбери партнера».</p>

		<p><u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 25</b>  <b>Эмпатия.</b>  <b>эмоциональной</b>  <b>Взаимопомощь</b></p>	<p><b>Оказание</b>  <b>поддержки.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте», «Связующая нить»;  <u>разминка</u>: игра «Змейка».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнения «Солнышко и тучка», игра «Запретное движение»;  <u>эмоциональный блок</u>: игра «Какое у меня сегодня настроение»;  <u>коммуникативный блок</u>: упражнение «Волшебники», игра «Радио».  «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 26</b>  <b>Конфликты и разногласия.</b>  <b>Эффективное поведение в</b>  <b>ситуации конфликта.</b></p>		<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте», «Связующая нить»;  <u>разминка</u>: игра «Змейка».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнения «Солнышко и тучка»;  <u>эмоциональный блок</u>: игра «Какие эмоции гостили у меня вчера?»;  <u>коммуникативный блок</u>: упражнение «Как живешь?», «Волшебники», игра «Радио».  «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 27</b>  <b>Эмоции и театр</b></p>		<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Поздороваться различными способами»;  <u>разминка</u>: игра «Поймай последнего».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнения «Цветок», игра «Четыре стихии»;  <u>эмоциональный блок</u>: игра «Колокол»;  <u>коммуникативный блок</u>: упражнение «Молекула», игра «Сосед, подними руку».</p>

<p><b>Занятие 28</b> «Индивидуальность и многообразие в группе»</p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»; игра «Доброе слово»; <u>разминка:</u> игра «Сороконожка». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> упражнения «После дождя», «Пылинки»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Колокол»; <u>коммуникативный блок:</u> упражнение «Молекула»</p>
<p><b>Занятие 29</b> Индивидуальность и многообразие в группе</p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»; игра «Ток»; <u>разминка:</u> игра «Сороконожка». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> этюд «Потянулись - сломались», упражнение «Воздушный балл»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Колокол»; • <u>коммуникативный блок:</u> игра «Дотронься до...», упражнение «Молекула».</p>
<p><b>Занятие 30</b> Индивидуальность и многообразие в группе</p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»; игра «Ток»; <u>разминка:</u> игра «Поймай последнего». <b>Основная часть</b> <u>релаксационный блок:</u> этюд «Потянулись - сломались», упражнение «Танец морских волн»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Глаза в глаза»; <u>коммуникативный блок:</u> игра «Дотронься до...», упражнение «Скажи без слов».</p>
<p><b>Занятие 31</b> Правила взаимодействия в группе.</p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»; игра «Я хотел бы быть таким, как ты»; <u>разминка:</u> игра «Иголка и нитка». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> этюд «Кораблик», упражнение «Танец морских волн»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Ассоциации»; <u>коммуникативный блок:</u> игра</p>

	«Хорошие новости».
<b>Занятие 32</b> <b>Правила взаимодействия в группе.</b>	<b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Поздороваться различными способами»; игра «Подарки»; <u>разминка:</u> игра «Иголка и нитка». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> этюд «Качели», упражнение «Пылинки»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Тренируем эмоции»; <u>коммуникативный блок:</u> упражнение «Прогулка по ручью».
<b>Занятие 33</b> <b>Многообразие эмоций.</b> <b>«Эмоции, техники релаксации»</b>	<b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Общий круг»; <u>разминка:</u> игра «Иголка и нитка». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> упражнения «Игры с песком», этюд «Качели»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Тренируем эмоции»; <u>коммуникативный блок:</u> упражнение «По грибы». <u>прощание:</u> упражнение – прощание «До свидания».
<b>Занятие 34</b> <b>Многообразие эмоций. «Эмоции, техники релаксации»</b>	<b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Общий круг»; <u>разминка:</u> игра «Змейка-2». <b>Практика:</b> <u>релаксационный блок:</u> упражнения «Надувная кукла», этюд «Дисотека кузнечиков»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Тренируем эмоции»; <u>коммуникативный блок:</u> упражнение
<b>Занятие 35</b> <b>Многообразие эмоций.</b> <b>«Эмоции, техники релаксации»</b>	<b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте», игра «Ток»; <u>разминка:</u> игра «Поймай последнего» <u>релаксационный блок:</u> упражнения «Штанга», «Танец огня»; <u>эмоциональный блок:</u> игра «Походка и настроение»; <u>коммуникативный блок:</u> игра «Строим цифры». <b>Практика:</b> <u>рефлексия:</u> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»; <u>прощание:</u> упражнение – прощание

	«До свидания».
<b>Занятие 36</b> <b>Многообразие эмоций. «Эмоции, техники релаксации»</b>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте», игра «Ток»;  <u>разминка:</u> игра «Поймай последнего».  <u>релаксационный блок:</u> упражнения «Огонь и лед», «Танец огня»;  <u>эмоциональный блок:</u> игра «Колечко»;  <u>коммуникативный блок:</u> игра «Строим ответы», «Тень».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>рефлексия:</u> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;  <u>прощание:</u> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<b>Занятие 37</b> <b>Органы чувств и эмоции. «Эмоции, техники релаксации»</b>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Общий круг»;  <u>разминка:</u> игра «Змейка-2».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок:</u> этюд «Потянулись - сломались», упражнение «Ожерелье»;  <u>эмоциональный блок:</u> игра «На что похоже настроение»;  <u>коммуникативный блок:</u> этюд «Согласованные действия», игра «Психологическая лепка».</p>
<b>Занятие 38</b> <b>Органы чувств и эмоции. «Эмоции, техники релаксации»</b>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Общий круг»;  <u>разминка:</u> игра «Змейка-2».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок:</u> этюд «Потянулись - сломались», упражнение «Ожерелье»; <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>эмоциональный блок:</u> игра «На что похоже настроение»;</li> <li>• <u>коммуникативный блок:</u> этюд «Согласованные действия», игра «Психологическая лепка».</li> </ul> <u>рефлексия:</u> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;  : упражнение – прощание «До свидания».</p>
<b>Занятие 39</b> <b>Выражение и распознавание эмоций по невербальным признакам.</b>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте», игра «Назови себя»;  <u>разминка:</u> игра «Змейка».  <u>релаксационный блок:</u> игра «Флажок»;</p>

	<p><u>эмоциональный блок</u>: игра «На что похоже настроение»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: игры «Жучок», «На тропинке»</p> <p><u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 40</b> <b>Как договориться без слов</b></p>	<p><b>Теория:</b></p> <p><u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Ток»</p> <p><u>релаксационный блок</u>: игры «Стоп», «Запретный номер»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «На что похоже настроение»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: упражнение «Мимика в рисунках».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 41</b> <b>О чём может сказать твоё тело</b></p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Змейка».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><u>релаксационный блок</u>: этюды «Штанга», «Качели»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «На что похоже настроение»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: игры «Жучок», «Путанка».</p> <p><u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 42</b> <b>Выражение эмоций голосом.</b> <b>Эмоции в речи</b></p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Ток».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><u>релаксационный блок</u>: этюды «Штанга», «Качели», игра «Змейка»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: игры «Пожелания», «Продолжи движение».</p> <p>«До свидания».</p>
<p><b>Занятие 43</b> <b>Как звучат эмоции</b></p>	<p><b>Теория:</b></p> <p><u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»;</p>

	<p><u>разминка:</u> игра «Ток».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><u>релаксационный блок:</u> игры «Стоп», «Запретный номер»;</p> <p><u>эмоциональный блок:</u> упражнение «Мимика в рисунках»;</p> <p><u>коммуникативный блок:</u> игры «Чей голос?», «Молекула».</p>
<p><b>Занятие 44</b> <b>Оркестр моего настроения</b></p>	<p><b>Теория:</b></p> <p><u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»;</p> <p><u>разминка:</u> игра «Ток».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><u>релаксационный блок:</u> упражнение «Солнышко и тучка», «Запретный номер»;</p> <p><u>эмоциональный блок:</u> упражнение «Мимика в рисунках»;</p> <p><u>коммуникативный блок:</u> игры «Чей голос-2», «Молекула».</p>
<p><b>Занятие 45</b> <b>Искусство — источник эмоций.</b></p>	<p><b>Теория:</b></p> <p><u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Поздороваться с соседом справа»;</p> <p><u>разминка:</u> игра «Иголка и нитка».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><u>релаксационный блок:</u> упражнение «Солнышко и тучка», игра «Пожалуйста»;</p> <p><u>эмоциональный блок:</u> игра «Напряжение - расслабление»;</p> <p><u>коммуникативный блок:</u> игра «Лабиринт».</p> <p><u>рефлексия:</u> упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><u>прощание:</u> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 46</b> <b>Скучное я сделаю интересным</b></p>	<p><b>Теория:</b></p> <p><u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Поздороваться с соседом справа»;</p> <p><u>разминка:</u> игра «Иголка и нитка».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><u>релаксационный блок:</u> игры «Пожалуйста», «Замри»;</p> <p><u>эмоциональный блок:</u> игра «Что и когда я чувствую?»;</p> <p><u>коммуникативный блок:</u> игра «Передай движение».</p>
<p><b>Занятие 47</b> <b>Моё ателье цвета</b></p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»;</p> <p><u>разминка:</u> игра «Расставь посты».</p> <p><b>Практика:</b></p> <p><u>релаксационный блок:</u> игры</p>

	<p>«Противоположные движения», «Замри»;  <u>эмоциональный блок</u>: игра  «Что и когда я чувствую?»;  <u>коммуникативный блок</u>: игра  «Передай движение», «Хлопки».</p>
<p><b>Занятие 48</b>  <b>Восприятие и понимание эмоций</b>  <b>через текст и иллюстрации.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение -  приветствие «Здравствуйте»;  <u>разминка</u>: игра «Расставь посты».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: игры  «Запретное движение», «Змейка-2»;  <u>эмоциональный блок</u>: игра  «Передай настроение»;  <u>коммуникативный блок</u>: игра  «Атомы и молекулы».</p>
<p><b>Занятие 49</b>  <b>Страница моей книги эмоций.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение -  приветствие «Общий круг»;  <u>разминка</u>: игра «Змейка-2».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнение  «Пингвины»; «Солнышко и тучка».  <u>эмоциональный блок</u>: игра  «Инсценировка»;  <u>коммуникативный блок</u>: игры  «Атомы и молекулы».</p>
<p><b>Занятие 50</b>  <b>Восприятие и понимание эмоций</b>  <b>через текст и иллюстрации.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение -  приветствие «Общий круг»;  <u>разминка</u>: игра «Сороконожка».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: парная игра  «Зоопарк» - «Канон».  <u>эмоциональный блок</u>: игра  «Загадочный стук»;  <u>коммуникативный блок</u>: игры  «Летел лебедь».</p>
<p><b>Занятие 51</b>  <b>Восприятие и понимание эмоций</b>  <b>через текст и иллюстрации.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение -  приветствие «Общий круг»;  <u>разминка</u>: игра «Сороконожка».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: парная игра  «Зоопарк» - «Канон»;  <u>эмоциональный блок</u>: игра  «Загадочный круг»;  <u>коммуникативный блок</u>: игры  «Зеркало».</p>

<p><b>Занятие 52</b>  <b>Восприятие и понимание эмоций через текст и иллюстрации.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Общий круг»;  <u>разминка:</u> игра «Поймай последнего».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок:</u> парная игра «зоопарк» - «Канон».  <u>эмоциональный блок:</u> игра «Мое настроение»;  <u>коммуникативный блок:</u> игра «Интересная походка».</p>
<p><b>Занятие 53</b>  <b>55 Приёмы саморегуляции.</b></p>	<p><b>Теория:</b> игра «Комплименты»;  <u>разминка:</u> игра «Поймай последнего».  <b>Практика:</b>  Упражнения «Игры с песком», «Ива – тополь»;  <u>эмоциональный блок:</u> игра «Мое настроение»;  <u>коммуникативный блок:</u> игра «Слепой и поводырь».</p>
<p><b>Занятие 54</b>  <b>Приёмы саморегуляции</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте», игра «Комплименты»;  <u>разминка:</u> игра «Поймай последнего».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок:</u> упражнения «Ива – тополь»; «Пылинки»;  <u>эмоциональный блок:</u> игра «Какое у меня сегодня настроение»;  <u>коммуникативный блок:</u> игра «Летел лебедь».  – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 55</b>  <b>Приёмы саморегуляции</b></p>	<p><b>Теория:</b> <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте», игра «Конкурс хвастунов»;  <u>разминка:</u> игра «Игра змейка».  <b>Практика:</b> <u>эмоциональный блок:</u> игра «Мое настроение»;  <u>коммуникативный блок:</u> игра «Выбери партнера».  Упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;  <u>прощание:</u> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 56</b>  <b>Как договориться с собой.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте», «Связующая нить»;  <u>разминка:</u> игра «Змейка».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок:</u> упражнения «Солнышко и тучка», игра «Запретное движение»;</p>

				<p><u>эмоциональный блок</u>: игра «Какое у меня сегодня настроение»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: упражнение «Волшебники», игра «Радио».</p>
<b>Занятие 57</b>				<p><b>Искусство моего дыхания</b></p> <p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте», «Связующая нить»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Змейка».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнения «Солнышко и тучка»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «Какие эмоции гостили у меня вчера?»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: упражнение «Как живешь?», «Волшебники», игра «Радио».</p>
<b>Занятие 58</b>	<b>Разнообразие</b>	<b>эмоций</b>	<b>в</b>	<p><b>живописи.</b></p> <p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Поздороваться различными способами»; «Сороконожка»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Поймай последнего».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнения «Цветок», игра «Четыре стихии»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «Колокол»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: упражнение «Молекула», игра «Сосед, подними руку».</p>
<b>Занятие 59</b>	<b>Регуляция</b>	<b>эмоциональных</b>	<b>состояний при взаимодействии в</b>	<p><b>группе.</b></p> <p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»; игра «Доброе слово»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Сороконожка».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: упражнения «После дождя», «Пылинки»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «Колокол»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: упражнение «Молекула», игра «Сосед, подними руку».</p>
<b>Занятие 60</b>	<b>Регуляция</b>	<b>эмоциональных</b>	<b>состояний при взаимодействии в</b>	<p><b>группе.</b></p> <p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»; игра «Ток»; <u>разминка</u>: игра «Сороконожка».</p> <p><b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок</u>: этюд «Потянулись - сломались», упражнение «Воздушный балл»;</p>
<b>Занятие 61</b>	<b>Превращение</b>	<b>моих эмоций.</b>		<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»; игра «Ток»;</p> <p><u>релаксационный блок</u>: этюд «Потянулись - сломались», упражнение «Танец</p>

	<p>морских волн»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «Глаза в глаза»;</p> <p>коммуникативный <u>блок</u>: игра «Дотронься до...», упражнение «Скажи без слов».</p> <p><b>Практика</b>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</li> </ul>
<p><b>Занятие 62</b> <b>Установление и поддержание дружеских отношений.</b></p>	<p><b>Теория</b>:</p> <p><u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»; игра «Я хотел бы быть таким, как ты»;</p> <p><u>разминка</u>: игра «Иголка и нитка».</p> <p><b>Практика</b>:</p> <p><u>релаксационный блок</u>: этюд «Кораблик», упражнение «Танец морских волн»;</p> <p><u>эмоциональный блок</u>: игра «Ассоциации»;</p> <p><u>коммуникативный блок</u>: игра «Хорошие новости».</p>
<p><b>Занятие 63</b> <b>Как стать хорошим другом</b></p>	<p><b>Вводная часть</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>приветствие</u>: упражнение - приветствие «Здравствуйте»; игра «Я хотел бы быть таким, как ты»;</li> <li>• <u>разминка</u>: игра «Сороконожка».</li> </ul> <p><b>Основная часть</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>релаксационный блок</u>: этюд «Кораблик», упражнение «Солнышко и тучка»;</li> <li>• <u>эмоциональный блок</u>: игра «Мое настроение»;</li> <li>• <u>коммуникативный блок</u>: игра «Как живешь?», «Молекула».</li> </ul> <p><b>Заключительная часть</b></p> <p><u>рефлексия</u>: упражнения «Нарисуй облако своего настроения», «Понравилось – не понравилось»;</p> <p><u>прощание</u>: упражнение – прощание «До свидания».</p>

<p><b>Занятие 64</b>  <b>Эмпатия. Навыки оказания эмоциональной поддержки. Взаимопомощь.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»,  <u>разминка:</u> игра «Иголлка и нитка».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок:</u>  упражнение «Танец морских волн», « Огонь и лед».  <u>эмоциональный блок:</u> игра «Передай настроение»;  <u>коммуникативный блок:</u> игра «Чей голосок?», «Как живешь?».  <u>рефлексия:</u> упражнение «Понравилось – не понравилось»;  <u>прощание:</u> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 65</b>  <b>Эмпатия. Навыки оказания эмоциональной поддержки. Взаимопомощь. Как помочь другому?</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»,  <u>разминка:</u> игра «Иголлка и нитка».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок:</u>  упражнение «Танец морских волн», « Огонь и лед».  <u>эмоциональный блок:</u> игра «Передай настроение»;  <u>коммуникативный блок:</u> игра «Чей голосок?», «Как живешь?».  <u>рефлексия:</u> упражнение «Понравилось – не понравилось»;  <u>прощание:</u> упражнение – прощание «До свидания».</p>
<p><b>Занятие 66</b>  <b>Как помочь другому</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»,  <u>разминка:</u> игра «Иголлка и нитка».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок:</u>  упражнение «Танец морских волн», « Огонь и лед».  <u>эмоциональный блок:</u> игра «Передай настроение»;  <u>коммуникативный блок:</u> игра «Чей голосок?»</p>
<p><b>Занятие 67</b>  <b>Конфликты и их профилактика. Решение конфликтных ситуаций.</b></p>	<p><b>Теория:</b>  <u>приветствие:</u> упражнение - приветствие «Здравствуйте»,  <u>разминка:</u> игра «Иголлка и нитка».  <b>Практика:</b>  <u>релаксационный блок:</u>  упражнение «Танец морских волн», « Огонь и лед».  <u>эмоциональный блок:</u> игра</p>

	«Передай настроение»; <i>коммуникативный блок:</i> игра «Чей голосок?», «Как живешь?».
<b>Занятие 68</b> <b>Конфликты и их профилактика.</b> <b>Решение конфликтных ситуаций.</b>	<b>Теория:</b> <i>приветствие:</i> упражнение - приветствие «Здравствуйте», <i>разминка:</i> игра «Иголлка и нитка». <b>Практика:</b> <i>коммуникативный блок:</i> игра «Чей голосок?», «Как живешь?». <i>рефлексия:</i> упражнение «Понравилось – не понравилось»; <i>прощание:</i> упражнение – прощание «До свидания».
<b>Занятие 69</b> <b>«Этика поведения. Обращение</b> <b>за помощью — просьба и</b> <b>требование</b>	<b>Теория:</b> <i>приветствие:</i> упражнение - приветствие «Здравствуйте», <i>разминка:</i> игра «Иголлка и нитка». <b>Практика:</b> <i>релаксационный блок:</i> упражнение «Танец морских волн», « Огонь и лед». <i>эмоциональный блок:</i> игра «Передай настроение»; <i>коммуникативный блок:</i> игра «Как живешь?». <i>рефлексия:</i> упражнение «Понравилось – не понравилось»; <i>прощание:</i> упражнение – прощание «До свидания».
<b>Занятие 70</b> <b>Социальные компетенции</b>	<b>Теория:</b> <i>приветствие:</i> упражнение - приветствие «Здравствуйте», <i>разминка:</i> игра «Иголлка и нитка». <b>Практика:</b> <i>релаксационный блок:</i> упражнение «Танец морских волн», « Огонь и лед». <i>эмоциональный блок:</i> игра «Передай настроение»; <i>коммуникативный блок:</i> игра «Чей голосок?», «Как живешь?». <i>рефлексия:</i> <i>прощание:</i> упражнение – прощание «До свидания».
<b>Занятие 71</b> <b>Социальные компетенции</b>	<b>Теория:</b> <i>приветствие:</i> упражнение - приветствие «Здравствуйте», <i>разминка:</i> игра «Иголлка и нитка». <b>Практика:</b> <i>релаксационный блок:</i> упражнение «Танец морских волн», « Огонь и лед». <i>эмоциональный блок:</i> игра «Передай настроение»;

		<i>коммуникативный блок:</i> игра «Чей голосок?», «Как живешь?».
<b>Занятие 72</b> <b>«Закрепление навыков позитивного общения, техник релаксации».</b>	<b>навыков общения, техник релаксации».</b>	<p><b>Теория:</b> <i>приветствие:</i> упражнение - приветствие «Здравствуйте», <i>разминка:</i> игра «Иголка и нитка».</p> <p><b>Практика:</b> <i>релаксационный блок:</i> упражнение «Танец морских волн», « Огонь и лед». <i>эмоциональный блок:</i> игра «Передай настроение»; <i>коммуникативный блок:</i> игра «Чей голосок?», «Как живешь?». <i>рефлексия:</i> упражнение «Понравилось – не понравилось»; <i>прощание:</i> упражнение – прощание «До свидания».</p>

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля**
	всего	теория	практика	Самостоятельная подготовка*	
1 Индивидуальность и многообразие в группе.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
2 Индивидуальность и многообразие в группе.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
3 Проявление эмоций в группе. Правила группы.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
4 Проявление эмоций в группе. Правила группы.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
5 Многообразие эмоций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
6 Многообразие эмоций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
7 Радость и грусть.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
8 Радость и грусть.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
9 Страх. Признаки и причины.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
10 Злость. Признаки и причины злости.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
11 Отклик тела на эмоции. Выражение эмоций мимикой,	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания

позой, движениями					
12 Отклик тела на эмоции. Выражение эмоций мимикой, позой, движениями	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
13 Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
14 Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
15 Разнообразие эмоций в поэзии и живописи. Интерес, удивление.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
16 Эмоции и музыка.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
17 Основы саморегуляции.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
18 Основы саморегуляции.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
19 Регуляция эмоций и поведенческих проявлений при взаимодействии в группе	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
20 Регуляция эмоций и поведенческих проявлений при взаимодействии в группе	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
21 Творческое выражение эмоций как способ саморегуляции.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
22 Навыки коммуникации — установление отношений и сотрудничество.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
23 Навыки коммуникации — установление отношений и сотрудничество.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
24 Эмпатия. Оказание эмоциональной поддержки. Взаимопомощь.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
25 Эмпатия. Оказание эмоциональной поддержки.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания

Взаимопомощь.					
26 Конфликты и разногласия. Эффективное поведение в ситуации конфликта.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
27 Эмоции и театр.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
28 Индивидуальность и многообразие в группе.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
29 Индивидуальность и многообразие в группе.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
30 Индивидуальность и многообразие в группе.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
31 Правила взаимодействия в группе.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
32 Правила взаимодействия в группе.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
33 Многообразие эмоций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
34 Многообразие эмоций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
35 Многообразие эмоций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
36 Многообразие эмоций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
37 Органы чувств и эмоции.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
38 Органы чувств и эмоции.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
39 Выражение и распознавание эмоций по невербальным признакам.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
40 Как договориться без слов.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
41 О чём может сказать твоё тело?	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
42 Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
43 Как звучат эмоции	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
44 Оркестр моего настроения.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
45 Искусство —	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические

источник эмоций.					задания
46 Скучное я сделаю интересным.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
47 Моё ателье цвета.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
48 Восприятие и понимание эмоций через текст и иллюстрации.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
49 Страница моей книги эмоций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
50. Восприятие и понимание эмоций через текст и иллюстрации.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
51 Восприятие и понимание эмоций через текст и иллюстрации.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
52 Восприятие и понимание эмоций через текст и иллюстрации.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
53 Приёмы саморегуляции.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
54 Приёмы саморегуляции.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
55 Приёмы саморегуляции.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
56 Как договориться с собой.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
57 Искусство моего дыхания	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
58 Разнообразие эмоций в живописи.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
59 Регуляция эмоциональных состояний при взаимодействии в группе.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
60 Регуляция эмоциональных состояний при взаимодействии в группе.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
61 Превращение моих эмоций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
62 Установление и поддержание дружеских отношений.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
63 Как стать хорошим	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания

другом.					задания
64 Эмпатия. Навыки оказания эмоциональной поддержки. Взаимопомощь.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
65 Эмпатия. Навыки оказания эмоциональной поддержки. Взаимопомощь.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
66 Как помочь другому?	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
67 Конфликты и их профилактика. Решение конфликтных ситуаций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
68 Конфликты и их профилактика. Решение конфликтных ситуаций.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
69 Этика поведения. Обращение за помощью — просьба и требование.	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
70 Социальные компетенции	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
71 Социальные компетенции	30 мин	5 мин	25 мин	0	Практические задания
72 Закрепление навыков релаксации	30 мин	5 мин	25	0	Практическое задание
72 занятия	2160 мин	360 мин	1800 мин	0	

### **Рабочая программа воспитания**

**Цель:** формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной к саморазвитию в социуме, проявляющей интерес к познанию истории своего народа, его творчества и традиций

#### **Задачи**

- Воспитывать интерес к истории искусства
- Воспитывать волю и дисциплинированность в творческой деятельности
- Воспитывать уважение к традиционным духовно-нравственным ценностям исторического и культурного наследия народов России.
- Знакомить с опытом художественного творчества как социально значимой деятельности.

## **Формы и методы деятельности**

*Формы:*

1. Учебное занятие
2. Практические занятия (участие в выставках, конкурсах)
3. Игры на развитие рефлексии и коммуникации
4. Совместные мероприятия с родителями

*Методы:* беседа, наблюдения, показ, объяснение, рассказ

## **Особенности образовательного процесса**

В системе дополнительного образования воспитательный процесс строится на основе социального и нравственного воспитания. В процессе социального воспитания у учащегося формируются коммуникативные качества, ответственность, уважительность, активность и инициативность, развивается умение следовать нравственным нормам общества. В процессе воспитания нравственности – доброжелательность, отзывчивость, честность, уступчивость тактичность и т.д.

Формирование качеств личности в каждом ребенке строится с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, их социального статуса - дети-билингвы, дети из семей беженцев и мигрантов, социально-уязвимых групп. Возможна корректировка содержания занятий в сторону упрощения. Для такой категории детей также необходимо использовать более тесное персональное взаимодействие педагога. Это является обязательным условием успешности образовательного процесса по реализации дополнительной программы.

## **Планируемые результаты**

1. Готовность обучающихся к саморазвитию.
2. Сформированность ценностных установок и социально-значимых качества личности.
3. Приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе
4. Проявление ответственности, воли и дисциплинированности в творческой деятельности.

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- гражданско-патриотическое
- нравственное и духовное воспитание;
- воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- интеллектуальное воспитание;
- здоровьесберегающее воспитание;

- правовое воспитание и культура безопасности;
- воспитание семейных ценностей;
- формирование коммуникативной культуры;
- экологическое воспитание.

Используемые формы воспитательной работы: игровые программы

Методы: беседа, наблюдения, моделирование, показ образца.

Планируемый результат: повышение мотивации к совместной работе со взрослым, со сверстниками; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в группе; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

### **Календарный план воспитательной работы**

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по правилам работы в группе, в сенсорной комнате	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство друг с другом	Формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Сентябрь-май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	нравственное воспитание, положительное отношение к труду	В рамках занятий	Сентябрь-май
4.	Участие в выставках, конкурсах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
5.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
6.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
7.	Открытые занятия для родителей	Воспитание семейных ценностей; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

## **Список литературы:**

### Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" .

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области".

### Для педагога:

1. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 2010.

2. Яковлева Н. Психологическая помощь дошкольнику. – СПб.: «Валерии СПД»; 2002.

### Для обучающихся и родителей:

1. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: «Академия развития», 2010.

2. Белкина В.Н., Васильева Н.Н., Елкина Н.В. и др. Дошкольник: обучение и развитие. Воспитателям и родителям. – Ярославль: «Академия развития», 2010.

3.Клюева В.Н., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: «Академия развития», 2008.

4.Тихомирова Л.Ф. Развитие познавательных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: «Академия развития», 2007.

5.Белопольская И.Л. и др. Азбука настроений. Развивающая эмоционально- коммуникативная игра для детей 4-10 лет. М.: Когито-центр, 1994.

6.Грановская Р.М. Элементы практической психологии. Ленинград: Лен. Университет, 1988.