

Администрация муниципального района «Мещовский район» Калужской области

Муниципальное казённое образовательное учреждение
дополнительного образования
«Мещовский центр диагностики и консультирования»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
"01"09.2025 г.,
протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ

директор МКОУ ДО «МЦДК»

А.Б.Петросян

приказ №27 от 01.09.25

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
коррекционно – развивающей направленности

«ПРОГРАММА КОРРЕКЦИИ И РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНО-ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ
СФЕРЫ ДЕТЕЙ»

Возраст обучающихся: 3 -18 лет
Срок реализации программы: 1год

Автор-составитель
программы:
Измайлова А.И.
педагог-психолог

г. Мещовск, 2025г.

Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете учреждения.

Председатель педагогического совета
«01» сентября 2025г.


Подпись

Петросян А.Б.
ФИО

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В наш бурный век отрицательных эмоций, постоянных стрессовых ситуаций происходит естественное нарушение баланса эмоционального фона. Эмоциональный мир – основа всего, на нем развиваются три компонента чувственного опыта ребенка: эмоциональное, познавательное, деятельностно- практическое.

Только согласованное функционирование, единство эмоционального и интеллектуального развития могут обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности.

Формирование “умных эмоций” и коррекцию недостатков эмоциональной сферы необходимо рассматривать в качестве одной из наиболее важных, задач воспитания, развития ребенка.

С раннего возраста необходимо укреплять психику ребенка, развивать не только его мышление, но и эмоционально – волевую сферу, снимать невротические реакции, нейтрализовать страхи и эмоционально – отрицательные переживания. Необходимо развивать комплекс произвольности – умение контролировать себя самостоятельно, быть внимательным, способным на интеллектуальные усилия.

Сегодня у большинства детей есть проблемы, связанные со сферой личностных образований, эмоционально-волевой сферой: проявления агрессивности, у многих – неуверенность в себе, неадекватная самооценка, неумение адекватно общаться, пассивность или импульсивность и многое другое.

Направленность программы: предназначенная для развития и коррекции эмоционально-волевой и поведенческой сферы показывает, что большинство из них используют элементы сказкотерапии, упражнений, игр. Представленная программа составлена на основании анализа подходов к развитию личности детей.

Вид программы:

- по степени авторства - модифицированная;
- по уровню сложности - базовая.

Язык реализации программы: официальный язык Российской Федерации-русский.

Перечень нормативных документов:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для детей с ограниченными возможностями здоровья (приказ Минобр науки России от 19.12.2014г. №1598);
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития;
- ФЗ № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации».

Актуальность программы обучающиеся приобретают черты большей индивидуальности в поведении, интересах, ценностях, личностных особенностях. Особенности эмоциональной сферы оказывают свое непосредственное влияние на все сферы деятельности обучающегося. От того, насколько он умеет правильно понять эмоциональное состояние окружающих людей и выразить свои эмоции, во многом зависит успешность межличностных отношений. Часто обучающиеся не умеют

контролировать и адекватно выражать свои эмоции. Нарушение эмоциональной сферы является актуальной проблемой, которая требует коррекционной и развивающей работы.

Отличительные особенности с раннего возраста необходимо укреплять психику ребенка, развивать не только его мышление, но и эмоционально – волевую сферу, снимать невротические реакции, нейтрализовать страхи и эмоционально – отрицательные переживания. Обеспечение образовательных прав детей с ОВЗ и инвалидов при реализации ДООП-организация образовательного процесса по дополнительной общеобразовательной программе с учетом особенностей психофизического развития категорий обучающихся согласно медицинским показаниям, для следующих нозологических групп:

- нарушения опорно-двигательного аппарата (сколиоз, плоскостопие);
- логопедические нарушения (фонетико-фонематическое недоразвитие речи, заикание);
- соматически ослабленные (часто болеющие дети).

Новизна программы данной программы состоит в том, что в ней нет «классического» разделения на блоки. Каждая тема корректируется и отрабатывается сразу в нескольких направлениях: социальном, личностном и эмоциональном. По нашему мнению, такая форма работы позволяет более глубоко понятно для обучающегося раскрыть каждую тему и отработать ее с разных сторон.

Педагогическая целесообразность:

- 1.Проективная методика «Несуществующее животное».
- 2.Тест «Лесенка».
- 3.Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен.
- 4.Исследование социальных контактов – Социометрия.
- 5.Методика «Силуэт человека» Л.Лебедевой на эмоциональное состояние.
- 6.Экспресс-диагностика уровня развития обучающихся.

Адресат программы программа включает в себя 72 занятия. Занятия проводятся в форме упражнений, игр, продолжительностью 30 минут. Программа данного курса представляет систему коррекционно-развивающих занятий для учащихся и рассчитана на 1 год обучения.

Объём программы: 72 часа.

Сроки освоения программы: 1 год

Режим занятий: индивидуальная

Формы обучения: очная

Форм организации образовательной деятельности: индивидуально-групповая

Формы проведения занятий: теоретические, практические.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – это развитие эмоционально-волевой сферы обучающихся.

Задачи программы:

- 1.Познакомить обучающихся с основными эмоциями - радость, удивление, грусть, гнев (злость), страх, стыд.
- 2.Способствовать обогащению эмоциональной сферы обучающегося.
- 3.Учить обучающихся распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимике, интонации и пр.).

4. Дать обучающимся понятие о разделении эмоций на положительные и отрицательные.

5. Научить распознавать разницу между чувствами и поступками (нет плохих чувств, есть плохие поступки).

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

7. Помочь обучающимся отреагировать имеющиеся отрицательные эмоции (страх, гнев и пр.), препятствующие его полноценному личностному развитию.

8. Обогащать словарь детей за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения.

9. Формировать умение устанавливать контакты.

10. Повышать уверенность в себе, развивать самостоятельность.

11. Развивать умение слушать и понимать других.

12. Формировать позитивное отношение к другим.

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов	В том числе		Форма контроля (наблюдение, анкетирование, диагностическое обследование, рефлексия, беседа и т.д.)
			теоретических	практических	
I	Знакомство	2	1	1	тестирование
II	Диагностика	2	1	1	Проективные методики, анкетирование
III	Коррекция и развитие	60	16	44	Наблюдение, упражнения, рефлексия, беседа
IV	Консультация	4	2	2	анкетирование
V	Подведение итогов	4	2	2	тестирование
ИТОГО (всего занятий)		72	22	50	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Тема 1. «Динамическое занятие».

Цель: выяснить уровень развития обучающимся.

Элементы содержания: Экспресс-диагностика уровня развития.

Тема 2. «Создание благоприятного эмоционального фона».

Цель: Создание благоприятной обстановки для дальнейшей работы.

Элементы содержания: Я-волшебник.

Тема 3. «Мое имя».

Цель: Формировать позитивное отношение к своему «Я»

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 4. «Удивительный мир эмоций и чувств».

Цель: Развивать умения правильно выражать свои чувства.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 5. «Доверие».

Цель: Учить распознавать эмоции злости, обучать приемам регуляции и саморегуляции.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 6. «Гайна моего Я».

Цель: Заинтересовать, настроить на занятие. Принятие имени, самоуважения.

Элементы содержания: Беседа.

Тема 7. «Волшебный сон».

Цель: Выход негативных эмоций посредством игр.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 8. «Мое настроение»

Цель: Развитие внимания наблюдательности.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 9. «Наши чувства».

Цель: Создание непринужденной психологической обстановки.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 10. «Хорошие и плохие чувства»

Цель: закрепление знаний об эмоциях и чувствах.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 11. «Я и мой гнев».

Цель: Создание условий для обращения к личному опыту агрессии.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 12. «Мои эмоции».

Цель: Создание условий для обращения к телесному опыту переживания эмоций.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 13. «Чувства «полезные» и «вредные».

Цель: создание условий для анализа.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 14. «Нужно ли управлять своими эмоциями?»

Цель: Создание условий для анализа необходимости управления .

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 15. «А что они обо мне подумают?»

Цель: создание условий для обращения к собственному страху оценки самооценочным страхам.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 16. «Я-наблюдатель».

Цель: создание условий для анализа межличностных признаков эмоций как средства их распознавания.

Элементы содержания: Ритуал приветствия.

Тема 17. «Как справиться со злостью».

Цель: создание условий для обращения к личному опыту агрессии. Элементы содержания:
Ритуал приветствия.

Тема 18. «Обида».

Цель: создание условий для осознания психологической природы обиды.

Тема 19. «Как простить обиду».

Цель: Создание условий для осознания психологической природы обиды и возможностей ее разрядки.

Тема 20. «Ах, в чем я виноват».

Цель: создание условий для понимания психологического содержания чувств вины и стыда.

Тема 21. «Я и мои поступки».

Цель: Создание условий для обращения к личному опыту.

Тема 22. «Я постараюсь».

Цель: Создание условий для обращения к личному опыту.

Тема 23. «Я и другие».

Цель: Создание условий для развития навыков выражать и принимать комплементы.

Тема 24. «Правила дружбы».

Цель: Создание условий для развития эмпатии учащихся в игровых моделях межличностного взаимодействия.

Тема 25. «Тренировка –высказывания».

Цель: создание условий для закрепления навыков формирования «Я-высказываний».

Тема 26. «Язык общения».

Цель: Создание условий для самоанализа учащимися своей эмоционально- личностной сферы в режиме развивающей психодиагностики.

Тема 27. «Язык общения» (продолжение).

Цель: Проектная проработка и разрядка страхов (тревоги).

Тема 28. «Язык общения» (закрепление).

Цель: общения опыта и знаний о эмоциональных появлениях в общении.

Тема 29. «Страх оценки».

Цель: создание условий для общения к собственному страху.

Тема 30. «Диагностическое занятие».

Цель: выявление динамики в развитии эмоционально-волевой сферы.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В программу включено много полифункциональных упражнений, которые, с одной стороны, могут решать несколько задач, с другой стороны, могут на разных детей оказывать различное воздействие:

1.Релаксация.

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

2.Концентрация.

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

3.Функциональная музыка (для слабослышащих обучающихся).

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

4.Игротерапия.

Используется для снижения напряженности, мышечных зажимов, тревожности. Повышения уверенности в себе, снижения страхов.

5.Арт-терапия.

Актуализация страхов, повышение уверенности, развитие мелкой моторики, снижение тревожности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ (ОЖИДАЕМЫЕ) РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ:

Предполагается, что в процессе реализации программы, знания, полученные детьми на занятиях, дадут представление об искусстве человеческих взаимоотношений. Благодаря специально разработанным и адаптированным играм и упражнениям у детей сформируются эмоционально – мотивационные установки по отношению к себе, окружающим, сверстникам, они приобретут навыки, умения и опыт необходимый для адекватного поведения в обществе, помогут более успешной социализации.

РАЗДЕЛ 2.

«КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1 Календарный учебный график

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Форма занятия
1 год обучения	1 сентября 2025г.	31 августа 2026г.	36	72	72 часа два раза в неделю	индивидуальная

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Методические особенности организации образовательного процесса	<p>Программа коррекции и развития социально-эмоциональной сферы детей». Занятия строятся на материале, близком и понятном детям, связанном с актуальными для них проблемами.</p> <p>Психологические занятия по развитию общения со сверстниками выполняют и компенсаторную функцию, восстанавливая позитивную окрашенность отношений детей с окружающим миром, снижается тревожность, пропадают страхи. Ребенок начинает жить в ладу с самим собой и окружающими людьми.</p> <p>Программа рассчитана на 72 часа 2 раза в неделю.</p> <p>Программа предусматривает вариативность продолжительности занятий: возможно прохождение как одного цикла. Занятия проводятся индивидуальной форме</p> <p>Длительность занятий: 30- минут.</p>
Методы обучения и	Обучение практическое

воспитания	
Педагогически технологии	групповое
Дидактические материалы	Специально организованная среда Специально организованные занятия. Физкультминутки. Игры (словесные, подвижные). Работа с книгой. Диагностика и контроль.
Методические разработки	Тренинги Беседы и дискуссии Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые) Релаксационные упражнения Работа с книгой

2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ (КОНТРОЛЯ)

Время проведения	Цель проведения	Форма проведения
Начальный или входной контроль		
В начале учебного года	Определение уровня развития учащихся и их способностей	Беседа, упражнения, дидактические и развивающие игры.
Текущий контроль		
В начале учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности детей восприятию нового материала. Повышение ответственности заинтересованности обучающихся обучении. Выявление отстающих опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, упражнения, беседа
Итоговый контроль		
В конце учебного года	Определение изменения уровня развития детей, их творческих способностей. Ориентирование обучающихся на дальнейшее обучение.	Беседа, итоговое занятие

2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Каждое занятие может включать в себя следующие типы работы: рассказ педагога-психолога, игра, упражнения, беседа, лепка из пластилина, изобразительная деятельность, чтение специально подобранных текстов и «психологических сказок» и др.

2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

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 занятия. Это позволяет сделать работу динамичной, насыщенной и менее утомляемой.

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Грабенко, Т. М. Эмоциональное развитие слабослышащих школьников: диагностика и коррекция./ Т. М. Грабенко., И. А. Михаленкова. Учебно-методическое пособие. – СПб.: Речь, 2012. – 256 с.
2. Дубровина, И. В. и др. Психология: Учебник для студ. сред.учеб. заведений/ И. В. Дубровина, Е. Е. данилова, А. М. Прихожан; Под ред. И. В. Дубровиной.// – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 464 с.
3. Основы специальной психологии: Учеб.пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Л. В. Кузнецова, Л. И. Переслени, Л. И. Солнцева и др.; Под ред. Л. В. Кузнецовой. — М.: Издательский центр «Академия», 2014. — 480 с.
4. Петшак, В. Исследование эмоциональных отношений глухих школьников к членам семьи // Дефектология. 2012. №6.
5. Речицкая, Е. Г., Кулигина, Т. Ю. Развитие эмоциональной сферы детей с нарушенным и сохранным слухом./ Е. Г. Речицкая,ю Т. Ю. Кулигина.// Методическое пособие. – М.: Книголюб, 2015. – 208 с. (Развитие и коррекция.)
6. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. – М.: Генезис, 2005.
7. Бондарчук Е. И. Основы психологии и педагогики: Курс лекций. 3-е изд., стереотип/ Е. И. Бондарчук , Л. И. Бондарчук. - К.: МАУП, 2002. — 168 с.
8. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов. 4-е изд., стереотип / В.С. Мухина. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 456