

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №2»

Рекомендовано к использованию.  
Протокол педагогического совета  
от 28.08.2017г. № 1

Утверждено.  
Приказ № 226 от 31.08.2017г.

**Рабочая программа  
развития эмоционально – волевой и  
коммуникативной сфер младших  
школьников**

Первоуральск, 2017

## **Пояснительная записка**

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

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

- 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».

- 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». Опубликовано 16 марта 2011 г. Зарегистрировано в Минюсте РФ 3 марта 2011 г. Регистрационный № 1993.

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. Данная программа ориентирована на оказание помощи и поддержки детям младшего школьного возраста, имеющим трудности в эмоциональной и коммуникативной сферах, способствует поиску эффективных путей преодоления возникающих трудностей в совместной учебно-игровой деятельности.

Программа представляет систему коррекционно-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 программы:** развитие эмоционально-волевой и личностной сферы, учащихся, а также формирование коммуникативных компетенций.

**Основные задачи:**

- 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 ребенка 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 тренировочные упражнения, специальные задания, дидактические и развивающие игры.

### *Организационная структура занятий*

Материал каждого занятия рассчитан на 40 - 45 минут.

#### 1. Ритуал приветствия и разминка.

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

#### 2. Основная часть.

Направлена на решение задач.

#### 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

№	Тема занятия	Задачи, решаемые на каждом занятии	Кол. час.
---	--------------	------------------------------------	-----------

взаимодействия, снятие барьеров в общении;

- улучшение социально-психологического климата класса.

Для отслеживания результатов предусматриваются различные виды 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.

	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.	Моя самооценка	Создание условий для самоанализа собственных достоинств и недостатков. Повышение уровня самопринятия. Формирование уверенности в себе.	1
4.	Мои способности	Осознание детьми своих особенностей и способностей. Развитие внимания, памяти, мышления, речи, активного и пассивного словаря.	2
5.	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
6.	Мое настроение	Развитие способности осознавать и выражать свои эмоциональные состояния. Повышение самооценки. Развитие творческой активности учащихся.	1
7.	Эмоции – внутренние друзья и враги	Знакомство учащихся с эмоциями. Обучение умению определять эмоциональное состояние других людей. Тренировка умения владеть своими эмоциями.	1

8.	Радость. Удовольствие. Интерес. Счастье.	Определение понятия положительных эмоций. Способствование адекватному самовыражению, рефлексии эмоциональных состояний.	2
9.	Грусть. Обида. Обида. Гнев.	Способствование рефлексии эмоциональных состояний. Определение понятия отрицательных эмоциональных переживаний. Развитие способности отличать отрицательные эмоции от положительных.	2
10.	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
11.	Как управлять эмоциями?	Осознание своих эмоций, обогащение адекватными способами выражения своего настроения. Обучение самоконтролю и закреплению этих навыков. Обучение навыкам релаксации.	2
12.	Конкурс чувствоведов	Формирование умения распознавать эмоциональные реакции других людей. Развитие взаимопонимания. Повышение самооценки.	1
Раздел 3. Позитивное общение «Мой язык общения».			17
13.	Я и мир вокруг меня	Повышение самооценки. Развитие чувства принадлежности к группе. Формирование умения увидеть в другом человеке его достоинства.	1
14.	Общение в жизни человека	Определение первоначального представления о значении общения в жизни человека. Формирование представлений о различных средствах общения. Развитие социально-коммуникативных навыков.	2

		Сплочение класса	
15.	Я глазами других	Формирование способности к самоанализу. Способствование возникновению желания самосовершенствоваться. Развитие способности принимать друг друга.	1
16.	Почему люди ссорятся? Споры и ссоры	Знакомство учащихся с понятием «конфликт». Выявление особенностей поведения в конфликтной ситуации. Обучение способам выхода из конфликтной ситуации.	1
17.	Предотвращение конфликтов	Знакомство с вербальными барьерами общения. Обучение альтернативным вариантам поведения. Обучение анализу различных состояний.	2
18.	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
19.	Уверенное и неуверенное поведение	Знакомство с понятием о сильной личности. Выработка навыка уверенного поведения. Формирование негативного отношения к агрессии.	1
20.	Нужна ли агрессия?	Познакомить учащихся с признаками агрессивного поведения. Определить приемлемые способы разрядки гнева и агрессии.	1
21.	Я и мои друзья Правила дружбы	Развитие коммуникативных навыков. Помощь в осознании качеств настоящего друга. Повышение самооценки. Сплочение коллектива в классе.	1
22.	Мы – дружный класс	Сплочение коллектива. Развитие чувства эмпатии. Развитие навыков координации совместных	1

		действий.	
23.	Дружба девочек и мальчиков	Формирование нравственных качеств: умение дружить, беречь дружбу. Определение – что такое дружба девочек и мальчиков. Сплочение классного коллектива.	1
24.	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
25.	Я и моя семья	Актуализация опыта семейного взаимодействия. Анализ наиболее часто встречающихся трудностей в отношениях с родителями. Оптимизация взаимоотношений «родитель-ребенок».	1
26.	Мое настоящее и будущее	Определение интересов детей. Отработка навыков преодоления препятствий на пути к достижению цели. Актуализация личностных ресурсов.	1
27.	Будь собой, но в лучшем виде	Обследование эмоционально-волевой и коммуникативной сфер. Активизация процесса самопознания. Закрепление благоприятного отношения к себе.	1
28.	Итоговое занятие «Всем спасибо»	Подведение итогов. Закрепление полученных навыков. Развитие эмпатии, рефлексии. Сплочение коллектива в классе.	1

отслеживания уровня развития эмоционально – волевой  
и коммуникативной сфер младших школьников

Методика исследования	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Тест «Дом – дерево – человек» Джоржа Бука	+			+
Методика «Волшебная страна чувств»	+			+
Методика Дембо – Рубинштейна	+			+
Социометрический тест	+			+
Метод наблюдения	+	+	+	+