

Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга  
**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
детский оздоровительно-образовательный центр  
«Психолого-педагогической помощи «СЕМЬЯ И ШКОЛА»  
(МАУ ДО ЦСШ)**

Принято на заседании  
Педагогического совета  
от «29» мая 2023 г.,  
протокол № 4



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«EQ – Эмоциональный бум»**

Социально-гуманитарная направленность  
Возраст: 7 - 12 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Одинцов Арсений Анатольевич  
педагог-психолог

Екатеринбург, 2023

## Паспорт программы

Название программы	«EQ – Эмоциональный бум»
Составитель программы	Одинцов Арсений Анатольевич Педагог-психолог.
Вид программы	Модифицированная (однопрофильная)
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Форма реализации программы	Альтернативная (отличающаяся от других гос. Программ), групповая, индивидуальная
Срок реализации программы	1 год
Возраст детей	7 - 12 лет
Категории детей	дети младшего и среднего школьного возраста
Уровень освоения программы	базовый уровень
Краткая аннотация программы	Эмоциональный интеллект - это способность определять свои эмоции и эмоции других людей. Обладать эмоциональным интеллектом очень важно, так как это поможет ребенку в будущем стать стрессоустойчивым и коммуникабельным человеком. Осознавая свои и чужие эмоции человек может видеть ситуацию с разных сторон и значительно лучше решать разные проблемы. Основной целью программы является развитие эмоционального интеллекта школьников посредством игр, психогимнастики, арт-терапии, бесед и рефлексии.

## Содержание

1.Пояснительная записка .....	4
1.1.Направленность программы .....	4
1.2. Актуальность программы. ....	4
1.3. Нормативные правовые акты и государственные программные документы .....	4
1.4. Адресат программы: .....	4
1.5. Режим занятий: .....	5
1.6. Число обучающихся в группе: .....	5
1.7. Общий объем ОП: .....	5
1.8. Продолжительность программы: .....	5
1.9. Формы обучения: .....	5
Календарный учебный график .....	5
1.10. Срок реализации программы: .....	5
2. Цель образовательной программы .....	5
3. Задачи программы: .....	5
3.1. Обучающие: .....	5
3.2. Развивающие: .....	6
3.3. Воспитательные: .....	6
4. При составлении данной программы были использованы следующие принципы: .	6
4.1. Уровень освоения программы: .....	6
5.Содержание образовательной программы .....	6
5.1.Перечень и описание основных мероприятий программы, функциональные модули/ дидактические разделы/ учебно-тематические планы .....	6
5.2. Учебный (тематический) план .....	6
5.3.Содержание учебного плана .....	8
6. Комплекс организационно-педагогических условий .....	13
6.1. Планируемые результаты .....	13
6.2. Материально-техническое обеспечение: .....	13

<b>6.3. Информационное обеспечение:</b> .....	<b>13</b>
<b>6.4. Кадровое обеспечение:</b> .....	<b>13</b>
<b>6.5. Методические материалы:</b> .....	<b>13</b>
<b>7. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы</b> .....	<b>15</b>
<b>Список использованной литературы</b> .....	<b>16</b>

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Направленность программы**

Направленность программы - социально-гуманитарная.

### **1.2. Актуальность программы.**

Эмоциональный интеллект - это способность определять свои эмоции и эмоции других людей. Обладать эмоциональным интеллектом очень важно, так как это поможет ребенку в будущем стать стрессоустойчивым и коммуникабельным человеком. Осознавая свои и чужие эмоции человек может видеть ситуацию с разных сторон и значительно лучше решать разные проблемы. Таким образом, значимость осознания своих и чужих эмоций не вызывает сомнений. Остается проследить актуальность и особенности развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте, когда, по словам А.Н.Леонтьева, происходит первоначальное фактическое становление склада личности.

Таким образом, практическая актуальность программы заключается в достижении личностных результатов освоения обучающимися основной образовательной программы через формирование у них навыков эмоционального интеллекта как одной из важнейших составляющих успешной личности.

Почему так важна сейчас эта тема не только для детей, адаптированных к социально-эмоциональному фону, а также очень важна для детей тревожных. Дети со склонностью к психосоматическим заболеваниям даже на начальных стадиях участия в программе показывают очень неплохой результат, такие дети больше пытаются говорить, проявления невроза и навязчивых состояний уменьшаются. Для того чтобы чувствовался прогресс от занятий на программе, очень важно чтобы родители включались в развивающий процесс, соблюдали рекомендации, полученные от детей, педагога-психолога очно на собраниях или онлайн по средствам связи.

### **1.3. Нормативные правовые акты и государственные программные документы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «EQ – Эмоциональный бум» составлена в соответствии с нормативными документами:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «EQ – Эмоциональный бум» составлена в соответствии с нормативными документами:

- Конвенция о правах ребенка. Преамбула Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));

- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30 сентября 2020 г);

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утв. распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. N 996-р г.;

- Положение о проектировании и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МАУ ДО ЦСШ, утв. 31.05.2022 г.

#### **1.4. Адресат программы:**

- Дети младшего и среднего школьного возраста 7-12 лет:  
Модуль 1. «В мире эмоций» для детей: 7-10 лет (1-3 класс)  
Модуль 2. «Мой эмоциональный интеллект» для детей: 10-12 лет (4-5 класс)
- Педагоги образовательной организации
- Родители детей

Набор детей в группы проводится без предварительного отбора. Программа построена с учётом возрастных психофизических

#### **1.5. Режим занятий:**

3 раза в неделю, 1 ак.час равен 40 минутам.

#### **1.6. Число обучающихся в группе:**

7-15 человек.

#### **1.7. Общий объем ОП:**

97 часов.

#### **1.8. Продолжительность программы:**

Продолжительность части образовательной программы (год обучения) по учебному плану в часах: 1 модуль – 3 часа в неделю, 14 недель, 42 часа в год на одной группе; 2 модуль – 3 часа в неделю, 20 недель, 55 часов в год на одной группе.

#### **1.9. Формы обучения:**

– групповая очная, дистанционная.

#### **Календарный учебный график**

Период обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 полугодие	15 сентября	30 декабря	14	42	3 раза в неделю по 1 часу на одной группе
2 полугодие	9 января	31 мая	20	55	

#### **1.10. Срок реализации программы:**

1 год

#### **2. Цель образовательной программы**

**Цель программы:** Создание в образовательной организации творческой, развивающей среды, обеспечивающей развитие эмоционального интеллекта детей 7 – 12 лет, позволяющего им успешно социализироваться в современном обществе.

#### **3. Задачи программы:**

##### **3.1. Обучающие:**

- познакомить школьника с понятием «эмоциональный интеллект»; - помочь ребенку овладеть своими эмоциями и развивать эмпатию.

### 3.2. Развивающие:

- развитие эмоционального интеллекта школьников как важной составляющей успешной личности; - развитие самосознания детей; - развитие коммуникативных навыков, - развитие мотивационной и эмоционально-волевой сфер.

### 3.3. Воспитательные:

- формирование социальной чуткости (умение устанавливать контакты с разными людьми); - управление отношениями (способности к сотрудничеству, взаимопомощи.); - коррекция эмоциональных нарушений у детей; - формирование и развитие потребности в саморазвитии.

#### 4. При составлении данной программы были использованы следующие принципы:

- Принцип гуманизма как основополагающий.
- Принцип учета возрастных особенностей и индивидуализации.
- Принцип единства профилактики и диагностики.
- Принцип развития.
- Принцип единства сознания и деятельности
- Принцип взаимодействия семьи и школьной образовательной организации.

#### 4.1. Уровень освоения программы:

Базовый уровень. Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления общеразвивающей программы.

## 5. Содержание образовательной программы

### 5.1 Перечень и описание основных мероприятий программы, функциональные модули/ дидактические разделы/ учебно-тематические планы Структура программы включает два модуля:

1. Модуль «В мире эмоций» – развивающие занятия для детей с первого по третий класс; (42 часа) направлен на знакомство детей с базовыми эмоциями, обучение их вербальному и невербальному выражению через ролевые образы; освоение понятийного содержания слов, обозначающих эмоции, переживания, оттенки настроений, их соотносённости с определённым состоянием человека, сказочного персонажа, ролевого образа; осознание и понимание детьми собственных эмоций и других людей; обогащение представлений детей об эмпатии как проявлении сочувствия, сопереживания и содействия.

2. Модуль «Мой эмоциональный интеллект» – развивающие занятия для детей с четвёртого по пятый класс. (55 часов) направлен на формирование у детей навыков вербального и невербального продуктивного взаимодействия с окружающими, обмен ролями партнеров по общению, оценку эмоций и принятие позиции другого; моделирование эмоционально значимых ситуаций, стимулирующих детей к пониманию причин эмоциональных проявлений участников и выбор оптимальных способов поведения; обучение способам вербального и невербального «поглаживания»; овладение механизмами идентификации, интеллектуальной и личностной рефлексии в ситуациях межличностного взаимодействия.

#### 5.2 Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Модуль 1. «В мире эмоций»</b>					
1	Диагностика эмоционального состояния	2	-	2	Тестирование
2	«Знакомство с эмоциями»	2	1	1	Наблюдение, устный опрос, рефлексия

3	«Угадай эмоцию»	2	1	1	Наблюдение, игра
4	«Лото настроений»	2	1	1	Наблюдение, игра
5	«Пиктограммы-эмоции»	2	0,5	1,5	Наблюдение, игра
6	«Встреча эмоций»	2	1	1	Беседа, Игра
7	«Испорченный телефон»	2	-	2	Наблюдение, Игра
8	«Снимается кино»	2	1	1	Наблюдение, Игра
9	«Рисуем страхи»	2	1	1	Беседа, Игра
10	«Эстафета добра»	2	1	1	Наблюдение, Игра
11	«Фантазёры»	2	1	1	Наблюдение, Беседа
12	«Стереотипы»	2	1	1	Наблюдение, беседа
13	«Взаимное доверие»	2	1	1	Наблюдение, беседа
14	«Маска»	2	0,5	1,5	Наблюдение, беседа, игра
15	«Сказочная маска»	2	1	1	Наблюдение, индивидуальное задание, рефлексия
16	«Командиры наоборот»	2	1	1	Наблюдение, устный опрос, рефлексия
17	Рисование «Я хороший – я плохой»	2	1	1	Наблюдение, устный опрос, рефлексия
18	«Сделаем по кругу друг другу подарок»	2	0,5	1,5	Наблюдение, устный опрос, рефлексия
19	«История одного шарика»	2	0,5	1,5	Наблюдение, устный опрос, рефлексия
20	«Лица – Диалоги»	2	1	1	Наблюдение, устный опрос, рефлексия
21	Итоговое занятие: Диагностика по результатам занятий	2	-	2	Тестирование
Итого		42	16	26	
<b>Модуль 2. «Мой эмоциональный интеллект»</b>					
1	Диагностика Эмоционального интеллекта	2	-	2	Тестирование
2	«Дружный коллектив»	3	1	2	Наблюдение, игра
3	«Эмоции у людей и животных»	3	1	2	Наблюдение, игра
4	«Природа наших эмоций»	3	1	2	Наблюдение, игра
5	«Мир эмоций: узнавание и проявление эмоций в поведении»	3	1	2	Наблюдение, игра

6	«Язык эмоций. Культура и выражение эмоций»	3	1	2	Беседа, Игра
7	Уверенность в себе «Я смогу»	3	1	2	Наблюдение,Игра
8	«Я хороший – я плохой»	3	1	2	Наблюдение, Беседа, Игра
9	«Кусочек счастья»	3	1	2	Беседа, Игра
10	«Безопасное выражение собственных эмоций»	3	1	2	Наблюдение, Игра
11	«Я управляю своими эмоциями».	3	1	2	Наблюдение, Беседа
12	«Мой внутренний критик»	3	1	2	Наблюдение, беседа
13	«Стереотипы»	3	1	2	Наблюдение, беседа
14	Межличностные отношения: дружба, вражда, любовь.	3	1	2	Наблюдение, устный опрос, рефлексия
15	«Типичные трудные ситуации в школе» Стратегии преодоления.	3	1	2	Наблюдение, игра
16	«Наши лица»	3	1	2	Наблюдение, игра
17	«Маска»	3	1	2	Наблюдение, индивидуальное задание, рефлексия
18	«Сказочная маска»	3	1	2	Наблюдение, устный опрос, рефлексия
19	«Я покажу» Итоговое занятие: Диагностика по результатам занятий.	2	-	2	Тестирование
<b>Итого</b>		<b>55</b>	<b>17</b>	<b>38</b>	
<b>Всего</b>		<b>97</b>	<b>33</b>	<b>64</b>	

### 5.3. Содержание учебного плана

#### Модуль 1. «В мире эмоций»

##### 1. Диагностика эмоционального состояния

Проведение психодиагностики с использованием обозначенных в паспорте методик: «Словарь эмоций» (Иванова Е. С.) «Тест лицевой экспрессии» (Иванова Е. С.).

##### 2. «Знакомство с эмоциями»

Цель: Создание положительного эмоционального настроения в группе. Умение узнавать эмоции.

Теория: Установление правил. Беседа о эмоциях.

Практика: Упражнение «Аплодисменты», «Слушаем тишину», Игра «Снежный ком», Игра«Шире круг».

##### 3. «Угадай эмоцию»

Цель: Умение узнавать эмоции. Сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками;

Теория: понятия «Радость», «Грусть», «Обида», «Сопереживание».



Практика: Игра «Угадай эмоцию», Упражнение «Карточки с эмоциями».

#### **4. «Лото настроений»**

Цель: Развитие эмоциональной сферы детей, закрепление умения распознавать эмоциональные состояния.

Теория: понятия «Настроение», «Невербальное общение».

Практика: Игра «Угадай настроение», Игра «Волшебный зоопарк»

#### **5. «Пиктограммы-эмоции»**

**Цель:** Создание положительного эмоционального настроения в группе. Умение узнавать эмоции.

Теория: Приветствие. Социометрия. Дискуссия.

Практика: Игра «Я узнаю эмоцию»

#### **6. «Встреча эмоций»**

Цель: Создание атмосферы эмоциональной безопасности.

Теория: Понятие «Эмоциональные качели»

Практика: Игра «Что хорошо, что плохо»

#### **7. «Испорченный телефон»**

**Цель:** Создание положительного эмоционального настроения в группе, сплочение группы, развитие эмпатии;

Теория: Приветствие. Актуализация знаний по материалу предыдущего занятия.

Практика: Игра и упражнение «Сон» Упражнение «Качества».

#### **8. «Снимается кино»**

**Цель:** Снятие эмоционального напряжения и тревожности; создание положительного эмоционального настроения в группе.

Теория: понятие «сам себе режиссёр или «как следовать правилам»

Практика: Игра «создай свой фильм»; Упражнение «Сценарий»

#### **9. «Рисуем страхи»**

Цель: Способствуют отреагированию отрицательных эмоций (страха, напряжения), развитию воображения, самовыражения.

Теория: понятие «Страх»

Практика: Упражнение «Я не боюсь»; Упражнение «Я хочу – я могу»; упражнение «Все решаемо»

#### **10. «Эстафета добра»**

Цель: Научить детей радовать окружающих и получать удовольствие от вызванных эмоций.

Теория: Беседа о «добре и зле» представление примеров.

Практика: Рассказ «Добро»; Упражнение «Передай другому»

#### **11. «Фантазёры»**

Цель: Научить ребёнка анализировать эмоциональное состояние рисованных персонажей, развивать чуткость и воображение.

Теория: понятие «фантазия» что и для чего она нужна.

Практика: Упражнение «Описуемый»; Игра «Придумай меня»

#### **12. «Стереотипы»**

**Цель:** помочь участникам осознать влияние стереотипов и предрассудков на поведение человека.

Теория: понятие «Стереотип» «Стереотипное мышление»

Практика: Упражнение «Мой девиз»; Информационный блок «Восприятие»; Упражнение «Портрет»

#### **13. «Взаимное доверие»**

Цель – развитие коммуникативных навыков; чувства доверия друг к другу.

Теория: Беседа о доверии, как формируется доверие;

Практика: Упражнение «Движение»; Упражнение «Ниточка»

#### **14. «Наши лица – Маски»»**

Цель: Формирование осознанного отношения к процессу самопознания собственного «Я» через маски, осознание многогранности своего «Я» в системе отношений с окружающими и самим собой, принятие различных сторон своего «Я».

Теория: понятие и определение «Своего я»

Практика: Упражнение «Маска»

### **15. Итоговое занятие – Диагностика**

Проведение психодиагностики с использованием обозначенных в паспорте методик: «Словарь эмоций» (Иванова Е. С.) «Тест лицевой экспрессии» (Иванова Е. С.) Дополнительно с тревожными детьми Методика «Улица настроений» (Хотеева Е.В) Проективная методика А.И.Захарова «Мои страхи».

## **Модуль 2. «Мой эмоциональный интеллект»**

### **1. Диагностика Эмоционального интеллекта**

Наблюдение. Методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» (О.М.Дьяченко); Методика «Три желания» (Т.И.Шульга). Дополнительно с тревожными детьми Методика «Улица настроений» (Хотеева Е.В) Проективная методика А.И.Захарова «Мои страхи».

### **2. «Дружный коллектив»**

Цель – возможность предъявить себя группе, выразить свою индивидуальность; научить детей взаимодействовать друг с другом.

Теория: Приветствие. Социометрия. Дискуссия. Понятия «Дружба», «Коллектив»

Практика: Упражнение «Знакомство», «Речное путешествие», «Сороконожка»

### **3. «Эмоции у людей и животных»**

**Цель:** Формирование представлений о природе эмоций, функциях в жизни человека.

Теория: Приветствие. Актуализация знаний по материалу предыдущего занятия. Беседа о Эмоциональном фоне.

Практика: Презентация «Виды интеллекта и его роль в обществе»; Упражнение «Различи эмоцию»

### **4. «Природа наших эмоций»**

**Цель:** Развитие рефлексии собственных эмоций.

Теория: Приветствие. Актуализация знаний по материалу предыдущего занятия. Понятие «Эмоция»

Практика: Упражнение «Ответ с улыбкой»; «Эмоциональное знакомство», «Журналист».

### **5. «Мир эмоций: узнавание и проявление эмоций в поведении»**

**Цель:** Формирование представлений о разнообразии проявлений в поведении человека и взаимодействии.

Теория: Беседа о эмоциях в мире и их разнообразии.

Практика: Упражнения «Разгадай», «Дорогие люди».

### **6. «Язык эмоций. Культура и выражение эмоций»**

**Цель:** Формирование умений распознавать эмоциональные состояния людей в общении.

Теория: Вступительная беседа. Обсуждение. Народные обычи и проявление эмоций.

Практика: Упражнение «Разные народы»; упражнение «Я и мое настроение»

### **7. «Уверенность в себе»**

**Цель:** Развитие рефлексии собственных эмоций.

Теория: понятия «Уверенность»; «Развитие уверенности»

Практика: Упражнение «Мое дерево»; Игра «Какой я».

### **8. «Я хороший – я плохой»**

Цель: развитие рефлексии и самоанализа.

Теория: понятия «Хорошо» «Плохо» Беседа о «Каким можно быть»

Практика: Упражнение «Нарисуй плохого и хорошего себя», Игра «Все можно»

### **9. «Кусочек счастья»**

Цель – развитие межличностных отношений; повышение самооценки.

Теория: понятие «Счастье», Беседа о том, что такое Счастье.

Практика: Упражнения «Ласковое слово», «Подарки».

#### **10. «Безопасное выражение собственных эмоций»**

Цель: Развитие навыков саморегуляции в общении.

Теория: понятие «Безопасность», Беседа о безопасном состоянии.

Практика: Игра «Сделай, я разрешаю» Упражнение «Зеркало настроения»

#### **11. «Я управляю своими эмоциями».**

Цель: Развитие навыков саморегуляции в общении.

Теория: понятие «Саморегуляция» Беседа о внутреннем самоконтроле

Практика: Упражнение «Все просто», «Добрая старушка», «Волшебное слово».

#### **12. «Мой внутренний критик»**

**Цель:** Развитие умений и навыков вербализации эмоций во взаимодействии (групповом и межличностном).

Теория: понятие «Критика» Беседа о критике.

Практика: Игра «Дровосеки», Упражнение «Хвост», Упражнение «Чудо-слово»

#### **13. «Стереотипы»**

**Цель:** помочь участникам осознать влияние стереотипов и предрассудков на поведение человека.

Теория: понятие «Стереотип» «Стереотипное мышление»

Практика: Упражнение «Мой девиз»; Информационный блок «Восприятие»; Упражнение «Портрет»

#### **14. «Межличностные отношения: дружба, вражда, любовь»**

**Цель:** Развитие умений и навыков внутригруппового и межличностного взаимодействия.

Теория: понятия «О любви», «Отношения», Беседа об отношениях между людьми.

Практика: Игра «Я люблю», Упражнение «Нарисуй, что такое чувства и любовь»

#### **15. «Типичные трудные ситуации в школе» Стратегии преодоления.**

**Цель:** Развитие умений и навыков конструктивного разрешения трудных ситуаций.

Теория: Приветствие. Актуализация знаний по материалу предыдущего занятия. Понятие «Трудности»

Практика: Упражнение «Самолётики». Работа в парах. Разыгрывание игры «Мне трудно»

#### **16. «Наши лица»**

Цель: Формирование осознанного отношения к процессу самопознания собственного «Я» через маски, осознание многогранности своего «Я» в системе отношений с окружающими и самим собой, принятие различных сторон своего «Я».

Теория: понятие и определение «Своего я»

#### **17. «Маска»**

**Цель:** осознание многогранности своего «Я» в системе отношений с окружающими, развитие рефлексии.

**Теория:** Обретение навыков адаптации через призму маски.

**Материалы:** заготовки масок, картон, ножницы, карандаши, кисточки, клей, стразы, ленточки, пуговицы, аудиопроигрыватель, спокойная музыка, презентация или изображения масок.

#### **18. «Сказочная маска»**

**Цель:** развитие самораскрытия, умение анализировать и определять психологические характеристики свои и окружающих людей.

**Теория:** Командная работа, работа в группе, двойная коммуникация

**Материалы:** ватман, цветная бумага, клей ПВА.

#### **19. Диагностика по результатам занятий.**

Наблюдение. Методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» (О.М.Дьяченко); Методика «Три желания» (Т.И.Шульга). Дополнительно с тревожными

детьми Методика «Улица настроений» (Хотеева Е.В) Проективная методика А.И.Захарова «Мои страхи».

## **6. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **6.1 . Планируемые результаты**

При освоении программы по её завершению у обучающихся сформируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

- Повышение доли учащихся, показавших высокие показатели EQ
- Повышение уровня эмпатии у учащихся (на эмоциональном, когнитивном, предикативном уровнях)
- Повышение способности к сопереживанию, направленности на других, тенденции к присоединению, повышение чуткости к чувствам других людей и лучшее понимание последствий своего поведения
- Увеличение доли учащихся, у которых сформированы навыки самооценки и самоанализа
- Увеличение доли учащихся, обладающих конструктивными стратегиями поведения в конфликтах и просоциальными стратегиями разрешения межличностных проблем
- Улучшение социальных и когнитивных навыков, эмоционального состояния, осознания и понимания, улучшение самоконтроля и качества планирования при решении когнитивных задач в процессе учебы
- Улучшение морально-психологической атмосферы в классе и развитие навыков общения у учащихся
- Снижение количества правонарушений и асоциального поведения

### **6.2. Материально-техническое обеспечение:**

- учебный кабинет (по согласованию с ОУ);
- доска/флипчарт;
- столы и парты (в расчёте на количество обучающихся);
- фломастеры/карандаши/ручки;
- белая бумага формата А4;
- ватман размера А2;
- небольшой мяч;
- компьютер;
- проектор;
- колонки.

### **6.3. Информационное обеспечение:**

- аудиозаписи;
- видеоролики;
- презентации;
- видеофильмы.

### **6.4. Кадровое обеспечение:**

педагог-психолог

Требования к профессиональному образованию и обучению: высшее образование по профильным направлениям.

### **6.5. Методические материалы:**

В ходе обучения обучающиеся (школьники, их родители и педагоги) обеспечиваются следующими материалами, составляющими учебнометодический комплекс:

- раздаточный/наглядный материал согласно тематике;
- тестовые методики
- анкеты, опросники для обучающихся, педагогов, администрации и родителей;
- современные образовательные технологии: информационно-коммуникативные (презентации и видеоролики), здоровьесберегающие (психолого-педагогическое сопровождение обучающихся, направленное на создание эмоциональной комфортности и позитивного самочувствия школьника в процессе занятий);
- структурно-функциональная схема программы формирования и развития эмоционального интеллекта;

- рекомендации по самостоятельному освоению навыков эмоционального интеллекта.

## **7. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

Развитие рефлексии и самоанализа обучающихся с первого класса проводится на основании наблюдения за поведением обучающихся в процессе обучения, предполагает проведение диагностического обследования, направленного на эмоционально-волевую сферу и на выявление эмоциональных нарушений у детей.

Оценка эффективности программы в целом осуществляется с помощью следующих методов диагностики: анкетирование, беседа, интервью, наблюдения, проективные методики, тесты. Психодиагностические методики: Словарь эмоций» (Иванова Е. С.) «Тест лицевой экспрессии» (Иванова Е. С.) Наблюдение. Методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» (О.М.Дьяченко); Методика «Три желания» (Т.И.Шульга). Дополнительно с тревожными детьми Методика «Улица настроений» (Хотеева Е.В) Проективная методика А.И.Захарова «Мои страхи».

## Список использованной литературы

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. – СПб: БХВ.:
2. Болотова А. К., Молчанова О.Н. Психология развития и возрастная психология: учебное пособие. - М.: Изд.дом Высшей школы экономики, 2012.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Чувства и конфликты. - Москва: «Издательство АСТ», 2014.
4. Гиппенрейтер Ю.Б., Фаликман М.В. Психология мотивации и эмоций. – Москва: «АСТ», 2009.
5. Готтман Д., Деклео Д. Эмоциональный интеллект ребенка.
6. Гоулмэн Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. 6-е издание/bookmo.org – Электронная библиотека.
7. Кипнис М., Кипнис М. Тренинг коммуникации. – Москва: Ось89, 2007
8. Кэрролл Э. Изард. Психология эмоций. - СПб., 2006.
9. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. Цели, задачи и основные принципы. - СПб: Изд-во Речь, 2005. Петербург, 2012.
10. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности. - СПб: Изд-во Речь, 2006.
11. Фельдман Барретт Л. Как рождаются эмоции. – Москва: издательство «Манн, Иванов и Фербер», 2018.
12. Экман П. Психология эмоций. – СПб: изд-во Питер, 2010.

### ***Список литературы для детей и родителей:***

1. Анковски Э., Анковски Э. Что у него в голове? - Москва: издательство «Манн, Иванов и Фербер», 2016.
2. Армстронг. Т. Ты можешь больше, чем думаешь. – Москва: издательство «Манн, Иванов и Фербер», 2016.
3. Броснон П., Мерримен Э. Воспитательный шок. Революционный взгляд на воспитание детей и подростков. -
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – Москва: АСТ; Владимир: Астрель, 2011.
5. Гиппенрейтер Ю.Б. Чудеса активного слушания. – Москва: «АСТ», 2014.
6. Майрок А. Почему Я? История белой вороны. - Москва: издательство «Манн, Иванов и Фербер», 2014.
7. Мартин Селигман Ребенок-оптимист. Проверенная программа формирования характера. - Москва: издательство «Манн, Иванов и Фербер», 2014.

### ***Список литературы для самостоятельной работы педагогов***

1. Адаир Дж. Искусство управлять людьми и самим собой. - М., 2006.
2. Лосик Б. Держитесь! Стресс-менеджмент для трудооголиков. - М., 2006.
3. Сарвир И. Долой стресс! Лучшие приемы релаксации и аутотренинга. - М., 2006.
4. Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования/ Под ред. Д. В. Люсина, Д.В. Ушакова. - М., 2004.
5. Хлевная Е., Южанинова Л. Где твоя волшебная кнопка? Как развивать эмоциональный интеллект. – СПб., 2013.
6. Шиманская В. Монсики: что такое эмоции и как с ними дружить. – М., 2018.
7. Шингаев С.М. Психологическое обеспечение профессионального здоровья менеджеров. - СПб., 2011.
8. Шингаев С.М. Психосаморегуляция в менеджменте. - СПб., 2011.
9. Элкин А. Стресс для «чайников». - М., 2005.