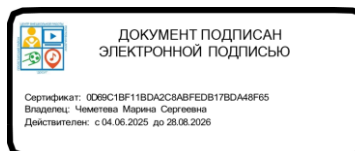


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПРОЛЕТАРСКОГО РАЙОНА ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «ДОСУГ»

Принята
на заседании методсовета
Протокол № 1
от 29.08.2025 года

Утверждаю
Директор МБУ ДО ЦВР «Досуг»
Чеметева М.С.
Приказ № 108 от 29.08.2025 года



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Я и мир вокруг меня»

Направленность: социально-гуманитарная

Возраст учащихся: 7-10 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Ольховая Ирина Юрьевна,
педагог дополнительного образования,
педагог-психолог

Ростов-на-Дону

2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. Пояснительная записка.....	3
II. Учебно-тематический план.....	12
III. Содержание программы.....	18
IV. Формы контроля и оценочные материалы.....	22
V. Организационно-педагогические условия программы.....	24
VI. Список литературы.....	30
VII. Приложение 1. Адаптированная коррекционно-развивающая программа «Калейдоскоп эмоций» для учащихся младшего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью.....	34

I. Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа «Я и мир вокруг меня» разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования учащихся» (и другие нормативно-правовые документы – см. в списке литературы); муниципальных правовых актов; Устава Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Пролетарского района города Ростова-на-Дону «Центр внешкольной работы «Досуг»; Лицензии МБУ ДО ЦВР «Досуг» на образовательную деятельность.

Дополнительная общеобразовательная программа «Я и мир вокруг меня» отнесена к программам социально-педагогической направленности.

В состав данной программы входят коррекционно-развивающие подпрограммы, направленные на преодоление проблем учащихся с ОВЗ и детей-инвалидов. Работа по данным подпрограммам ведется педагогом-психологом при необходимости коррекции поведения детей, в том числе, детей с ОВЗ и детей-инвалидов.

Программа может реализовываться в очной и дистанционной формах обучения.

Итоги последних обследований детей различными специалистами показывают рост количества детей младшего школьного возраста с многообразными

проблемами и отклонениями в развитии, а также с ограниченными возможностями здоровья. В связи с этим одной из актуальных проблем становится получение доступного и достойного образования ребенком. Все чаще дети с ограниченными возможностями здоровья проходят инклюзивное (включенное) образование, которое предполагает, посещение дополнительного образования совместно со здоровыми детьми, что в свою очередь способствует социальной адаптации. В основе практики инклюзивной формы обучения и воспитания лежит идея принятия индивидуальности каждого отдельного учащегося и, следовательно, обучение должно быть организовано таким образом, чтобы удовлетворить особые потребности каждого ребенка с ОВЗ и инвалидностью. Дополнительное образование позволяет не только дать возможность «особым» детям почувствовать себя полноценными членами общества, но и учит обычных детей сочувствовать, думать о другом человеке, помогать ему, видеть в нем равноценного и равноправного партнера.

Результаты психолого - педагогических исследований свидетельствуют о том, что в настоящее время увеличивается число детей, со слабо сформированными навыками конструктивного взаимодействия, ролевого поведения. Родители, педагоги, психологи сталкиваются с агрессивным - конкурирующим поведением детей. Часто младшие школьники слабо понимают свою психологическую роль внутри группы, что вызывает состояние тревоги, страха, дезадаптации.

Изменилась и атмосфера в семьях. Родители и дети живут сейчас более интенсивной жизнью, в которой все меньше времени остается для общения друг с другом, для совместных занятий и семейных ритуалов. Компетентностная модель образования, учитывая потребности рынка труда, диктует необходимость владения не только профессиональными знаниями и навыками, но и предполагает наличие совершенно новых социальных навыков: умения общаться, быть способным работать в команде, заинтересовывать и мотивировать других. Поэтому становится

особо актуально развитие психосоциальной компетентности, навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Актуальность данной программы заключается в освоении учащимися основ психосоциального поведения в обществе и обусловлена социальным заказом родителей на программы данной направленности, в том числе и для детей с ОВЗ.

Вовлечение детей с ограниченными возможностями здоровья в процесс общения через чувственно-эмоциональную деятельность способствует улучшению их психоэмоционального состояния, преодолению комплекса неполноценности.

Педагогическая целесообразность настоящей программы заключается в том, что в процессе выполнения программы затрагивается нравственная составляющая межличностного взаимодействия людей. Обсуждение поступков людей, их чувств, подводит ребят к пониманию культуры поведения в обществе, со сверстниками. В течение всех занятий по данной программе происходит рефлексия эмоционального состояния младших школьников.

Младший школьный возраст, который в психологии называют периодом середины детства, благоприятен для целого ряда новообразований, подготавливающих детей к вхождению в новую ведущую деятельность подросткового возраста - общение. Поэтому вопрос о развитии социально - перцептивных характеристик у детей этого возраста чрезвычайно актуален. Своевременное решение этих вопросов лежит в основе предупреждения трудностей в общении у будущих подростков, особенно актуально это для детей с ОВЗ и детей-инвалидов.

Новизна и отличительные особенности программы заключается в том, что образовательная программа имеет опережающий характер и ориентирована на зону ближайшего развития, а также на создание специальной развивающей среды, способствующей развитию психосоциальной компетентности ребенка.

При разработке данной программы учитывался опыт и практические

наработки педагогов-психологов Бехталь И.В., Помазковой Н. В. (город Ростов-на-Дону). От известных программ данной направленности настоящая программа отличается включенностью в образовательный процесс учащихся с ОВЗ и детей-инвалидов (инклюзивное образование). Программа, являясь по своему содержанию образовательной, оказывает и психокоррекционное воздействие в результате применения неспецифических и направленных компонентов психологической коррекции. Программа представляет собой путешествие в мир эмоций, чувств, поведенческих характеристик человека и связанных с ними взаимоотношений между людьми. В каждой теме дети переходят от понимания себя к способам самоизменения и к поведенческим проявлениям своих качеств.

Отличительной особенностью данной программы также является наличие в ее содержании регионального компонента.

Цели и задачи программы

Цель программы: создание условий для развития психосоциальной компетентности, обеспечивающей успешную адаптацию и социализацию учащихся, в том числе детей с ОВЗ и инвалидностью.

Задачи программы

Развивающие:

- развивать личностную рефлексию: умение осознавать свои и чужие эмоции, чувства, причины своих и чужих поступков;
- развивать коммуникативные способности учащихся;
- развивать механизмы эмоционально-волевого регулирования поведения.

Обучающие:

- формировать учебную мотивацию;
- актуализировать знания об эмоциональной сфере человека и качествах личности;

- формировать потребности в саморазвитии и самоизменении;
- формировать адекватную самооценку и уверенность в себе и своих силах.

Воспитательные:

- воспитывать позитивное отношение к себе и окружающим людям;
- воспитывать толерантные, доброжелательные взаимоотношения в детском коллективе.

Категория учащихся дополнительной образовательной программы

Данная образовательная программа предназначена для детей 7 -10 лет, в том числе и детей с ОВЗ и детей-инвалидов, что в возрастной периодизации соответствует младшему школьному возрасту, который, по мнению психологов, является одним из смыслонасыщенных возрастов человека.

Сроки реализации программы

Реализация программы рассчитана на один год обучения в объеме 144 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом.

Компоненты направленной психологической коррекции:

1. Эмоциональное отреагирование.
2. Расширение сферы осознания своих проблем.
3. Формирование новых приемов и способов поведения.

Психологическая готовность и уровень готовности учащихся к освоению дополнительной общеобразовательной программы определяется по результатам диагностических процедур при наборе.

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Данная программа предусматривает групповую форму работы с учетом индивидуальных особенностей учащихся, в том числе и здоровья (подпрограмма, учитывающая эти особенности прилагается – Приложение 1).

Режим занятий

Рекомендуется проведение занятий 2 раза в неделю продолжительностью по 2 академических часа.

Методы организации образовательного процесса

Отбор методических средств, используемых для групповых занятий, призван способствовать реализации основной цели программы. Предпочтение отдается методам, оказывающим системный характер воздействия и позволяющим решать воспитательные, обучающие и развивающие задачи.

В программе используются следующие методические средства:

1. Ролевые игры.

Ролевые игры предполагают «примеривание» на себя разнообразных по статусу и содержанию ролей, а также проигрывание не характерных для ребенка ролей, проигрывание своей роли в гротескном варианте. Ролевые игры представлены в виде:

- **ролевой разминки**, которая используется для эмоционального разогрева детей и состоит в использовании разных образов: животных, персонажей сказок, социальных и семейных ролей и даже неодушевленных предметов. Младшие школьники изображают образы с помощью мимики и жестов.

- **в ролевых ситуациях** учащиеся сталкиваются с ситуациями похожими по своему содержанию на те, которые присутствуют в их жизни и деятельности, и способствуют изменению их установок и отношений. С помощью этого метода у детей формируются новые, более продуктивные навыки взаимодействия.

2. Коммуникативные и «командные» игры.

Они направлены на обучение детей навыкам эффективного взаимодействия и сотрудничества, а также на формирование умения видеть достоинства в партнере по общению и поддерживать его вербально и не вербально. Большинство этих игр представлены «командными» формами работы, когда дети в процессе выполнения

какого-либо задания делятся на мини-группы.

- 3. Методы, развивающие воображение:** визуализации, вербальные и невербальные игры. Способом создания визуализаций является представление детьми под спокойную музыку картинок или образов. После чего учащиеся по желанию делятся увиденным с группой или разыгрывают увиденную картинку.

Вербальные игры выражаются в придумывании детьми окончания какой-либо истории, в коллективном сочинении сказок, индивидуальном или совместном придумывании ассоциаций к какому-нибудь слову или явлению.

Невербальные игры – это изображение без слов чего-либо, но так, чтобы получилось необычно, не похоже на других.

- 4. Терапевтические метафоры.** Терапевтические сказки вооружают ребенка «механизмом самопомощи»: в сложных обстоятельствах нужно искать ресурсы внутри себя и это приведет к успеху. Сказки читаются на занятии или сочиняются вместе с детьми, обсуждаются, рисуются, проигрываются (драматизируются).
- 5. Упражнения, формирующие эмоциональный интеллект** детей направлены в первую очередь на знакомство с базовыми, фундаментальными эмоциями, осознание и выражение их, а также приобретение простейших навыков управления ими. Для этого используются различные приемы: проигрывание, групповое обсуждение, сочинение и чтение сказок, визуализация и др.
- 6. Когнитивные методы.** Данные методы развивают у детей представления о многогранности и неоднозначности окружающего мира: они учат во всем видеть разные аспекты, воспринимать многоликость явлений. Когнитивная терапия избавляет от абсолютистского, категоричного мышления.
- 7. Арттерапевтические методы** снимают психологическое напряжение, повышают творческие способности ребенка, содействуют его самовыражению.

В программе активно применяется метод рисования.

8. **Эмоционально-символические методы.** Формирование символов отражает стремление психики к развитию, а превращение символов или образов в осязаемые факты с помощью рисования, сочинения рассказов и стихов способствуют личностной интеграции. Во время рисования исследуются и обсуждаются чувства и мысли, которые не удалось раскрыть в процессе вербального общения.

Тип занятий

Данная образовательная программа предусматривает комбинированные, теоретические и практические типы занятий.

Формы проведения занятий

Формами проведения занятий могут быть: беседы, дискуссии, деловые игры, игры-путешествия, элементы тренинга, ролевые игры.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты:

По окончании первого года обучения учащиеся будут

знать:

- правила работы в группе;
- понятия: «настроение», «эмоции», «мимика» человека;
- средства общения, психологическое пространство, структуру правила общения

уметь:

- распознавать и разрешать конфликтные ситуации;
- соблюдать правила совместной работы;
- распознавать основные эмоциональные состояния.

Результаты воспитывающей деятельности

По окончании обучения учащиеся будут

знать:

- правила поведения в обществе;
- культуру труда (организация рабочего места)

уметь:

- позитивно относиться к себе и окружающим людям;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;
- согласовывать свои действия с действиями партнера при совместной работе;
- толерантно относиться к учащимся с особенностями в развитии.

Результаты развивающей деятельности

По окончании обучения учащиеся будут

знать:

- различные эмоциональные состояния,
- качества людей: доброжелательность, ответственность, вера в себя, решительность, честность, терпение, трудолюбие, любознательность, внимательность;
- «светлые» (хорошие, качества-достоинства) и «темные» (качества-недостатки) людей;

уметь:

- владеть собственными эмоциями;
- выражать собственное эмоциональное состояние с помощью мимики и жестов;
- осознавать свои и чужие эмоции, достоинства, недостатки, причины своих или чужих поступков;
- анализировать действия и поступки (способность к рефлексии).

II. Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела темы	Количество часов			
		Тео- рия	Прак- тика	Всего часов	Формы аттестации (контроля)
1.	Введение в программу	4	10	14	
Занятие 1	Знакомство. Введение в мир психологии	1	1	2	Наблюдение за активностью на занятии
Занятие 2	Кто и зачем должен соблюдать правила?	1	1	2	Викторина «Правила поведения в группе»
Занятие 3	Нужны ли нам правила?	1	1	2	
Занятие 4	Наши правила – правила работы в группе	1	1	2	
Занятие 5	Коммуникативные игры. Игры на сплочение детского коллектива: «Снежный ком», «Ласковое имя», «Магнит», «Выйди тот, кто...»	-	2	2	
Занятие 6	Контракт с самим собой	1	1	2	
Занятие 7	Входная диагностика (самооценка, эмоциональное состояние, уровень тревожности)	-	2	2	Тест тревожности (Аммен, Дорки); Уровень самооценки «Лесенка» (Дембо-Рубинштейн); методика

					оценки эмоциональные состояния (Орехова О.А.)
2.	Мир Эмоций	18	20	38	
Занятие 8	Настроение. От чего зависит наше настроение?	1	1	2	
Занятие 9	Мой мир эмоций.	1	1	2	
Занятие 10	Учись держать себя в руках!	1	1	2	
Занятие 11	Зачем нам нужно быть сдержанным?	1	1	2	Беседа по картинкам «Хочу и нельзя»
Занятие 12	Кто главнее: Я или эмоции?	1	1	2	
Занятие 13	Мимика - язык мира эмоций.	1	1	2	Контрольные упражнения
Занятие 14	Пантомимика - язык мира эмоций.	1	1	2	Контрольные упражнения
Занятие 15	Радость и веселье. Казачьи праздники на Дону	1	1	2	Викторина «Казачьи праздники на Дону»
Занятие 16	Грусть. Скука. Научись не грустить	1	1	2	
Занятие 17	Страхи. Страхи в домиках	1	1	2	Тестирование «Страхи в домиках»
Занятие 18	Как преодолеть страх	1	1	2	
Занятие 19	Обида. Копилка обид	1	1	2	«Хорошо ли обижаться?» беседа по

					иллюстрациям
Занятие 20	Гнев. Лист гнева. Гнев и гневливое поведение	1	1	2	Рисование «Сердитки»
Занятие 21	Удивление. Умею ли я удивлять и удивляться?	1	1	2	
Занятие 22	Стыд	1	1	2	
Занятие 23	Восхищение	1	1	2	
Занятие 24	Интерес	1	1	2	
Занятие 25	Мы владеем разными эмоциями	1	1	2	
Занятие 26	Итоговое занятие по разделу «Мир эмоций»	-	2	2	Беседа, диагностическое рисование «Наши эмоции», викторина «Узнай эмоцию»
	Мир Качеств	5	9	14	
Занятие 27	Что такое качества людей	1	1	2	Наблюдение за активностью на занятии
Занятие 28	«Светлые» и «Темные» качества людей.	1	1	2	Распознавание качеств людей посредством составления загадок
Занятие 29	Разные люди – разные качества. Качества донских казаков: смелость, ловкость, быстрота реакции, юмор, смекалка	1	1	2	Дидактическая игра «Мы разные дети на большой планете»
Занятие 30	Какие качества нам	1	1	2	Анализ

	нравятся друг в друге?				продуктов деятельности учащихся (рисование, лепка)
Занятие 31	Какие качества нам не нравятся друг в друге?	1	1	2	Беседа о нежелательных качествах людей
Занятие 32	«Волшебные очки»: учимся видеть светлые качества.	-	2	2	Беседа о хороших качествах людей
Занятие 33	Итоговое занятие: Калейдоскоп качеств	-	2	2	Деловая игра «Калейдоскоп качеств»
4.	Мир Дружбы	9	13	22	
Занятие 34	Зачем нужна дружба?	1	1	2	
Занятие 35	Умеем ли мы дружить	1	1	2	
Занятие 36	Дружба – это помощь. Донское казачество – пример дружбы и взаимопомощи	1	1	2	Пословицы, загадки и сказки казаков
Занятие 37	Настоящий друг: Кто он?	1	1	2	
Занятие 38	Умею ли я дружить? Качества, необходимые для дружбы	1	1	2	
Занятие 39	Что мешает дружбе?	1	1	2	
Занятие 40	Когда мы ссоримся	1	1	2	
Занятие 41	Дружба и сотрудничество. Рисуем сообща	1	1	2	Коллективное рисование «Мой край донской»

Занятие 42	Как работать вместе и не ссориться Собери символику донского края (флаг и герб)	1	1	2	Дидактическая игра «Собери символику донского края (флаг и герб)»
Занятие 43	Наша дружная команда	-	2	2	Конкурс коллажей
Занятие 44	Итоговое занятие: Мир дружбы	-	2	2	Анкетирование «Настоящий друг» (Прудченков С.)
5	Мир Общения	23	32	56	
Занятие 45	Это дружное слово «Вместе». Что важно для общения?	1	1	2	Наблюдение за активностью на занятии
Занятие 46	Границы общения	1	1	2	
Занятие 47	Обратите на меня внимание!	1	1	2	
Занятие 48	Средства общения	1	1	2	
Занятие 49	Структура общения	1	1	2	
Занятие 50	Вербальное и невербальное общение	1	1	2	
Занятие 51	Общение в разных жизненных ситуациях	1	1	2	
Занятие 52	Поддержание разговора	1	1	2	
Занятие 53	Сочувствие	1	1	2	
Занятие 54	Говорим от собственного имени.	1	1	2	
Занятие 55	Дружелюбные требования	1	1	2	
Занятие 56	Помеха для общения: обида	1	1	2	

Занятие 57	Помеха для общения: конфликты	1	1	2	
Занятие 58	Учимся решать конфликты	-	2	2	
Занятие 59	Учимся договариваться.	-	2	2	
Занятие 60	Помеха для общения: Вспыльчивость	1	1	2	
Занятие 61	Помеха для общения: Неприятие	1	1	2	
Занятие 62	Выбираем, как себя вести	1	1	2	
Занятие 63	Действуем сообща	1	1	2	
Занятие 64	Я и другие я: принимаю, понимаю.	1	1	2	
Занятие 65	Как понимать друг друга	1	1	2	
Занятие 66	без слов. Мимика – язык лица	1	1		
Занятие 67	О чем расскажут жесты, позы	1	1	2	
Занятие 68	«Казнить нельзя, помиловать!» - что и как мы говорим	1	1	2	Тест достижений «Закончи предложение»
Занятие 69	Волшебные слова	1	1	2	
Занятие 70	Все мы – дружная семья	1	1	2	
Занятие 71	Итоговое занятие: « Мир общения»	-	2	2	Конкурсы «Я и другие»
Занятие 72	Большая психологическая игра. Составление группового коллажа	-	2	2	Анализ продуктов деятельности
	Всего часов	59	85	144	

III. Содержание программы

Раздел 1. Введение в программу.

Теория. Знакомство с миром психологии: рассказ о том, что такое психология и зачем она нужна.

Дать представление детям о необходимости наличия и соблюдения правил в различных взаимоотношениях, побудить учащихся к изменению отношения к правилам, устанавливаемым на занятии. Разработка структуры правил, которые способствовали бы конструктивному взаимодействию на занятиях.

Практика:

- упражнения на развитие межполушарного взаимодействия «Перекрестные шаги», «Параллельные шаги»;
- разминочные упражнения «Слушай команду», «Два фломастера», «Мяч в круге», «Привет»; игры – знакомства «Имя оживает», «Ласковое имя», «Магнит», «Снежный ком», «Это я – узнай меня»;
- игры и упражнения основных частей занятий: «Правила поведения в школе», «Самое – самое», «Город без правил», «Твои правила»; рисование на заданные темы «На что похожи правила?», «Школа с правилами и без»;
- чтение и обсуждение серии сказок «Приключения Трумбика» О.Силина.

Раздел 2. Мир эмоций.

Теория. Настроение. Информирование детей о мимике как средства выражения эмоций, настроения. Представление об основных эмоциональных состояниях человека: радости, веселья, грусти, страхе, обиде, гневе, скуке и способах их мимического представления, значения их в жизни человека. Знакомство со способами передачи радостного эмоционального состояния; методами преодоления страха. Установление взаимосвязей между эмоциями, показ относительности знака эмоции в зависимости от ситуации – не бывает «плохих» и «хороших» эмоций.

Практические задания:

- разминочные упражнения «Угадай, где я иду?», «Дотроньтесь до...», «Попугай», «Покажи оценку маме», «Обрадовался – разозлился», «Превратись в животное», «Злой – добрый»;

- упражнения основных частей занятия: «Погода твоего настроения», «Пиктограммы эмоций», «Гимнастика для лица», «Скажи мишке добрые слова», «Волшебный кубик», «Платок гнева», «Закончи предложение»;

- рисование на заданные темы: «Гости из мира эмоций», «Картинная галерея», «Вулкан», «Как я победил свой страх»;

Чтение и обсуждение сказок «Нужная вещь» (Р.Иванова); «Сказка про котенка Ваську» (К. Слупницкая); «Темноландия» (Р. Масленикова); «Сказка звезд» (О. Хухлаева); «О мальчике Сереже, который всего боялся и потому дрался» (О. Хухлаева); «Обида» (Е. Карабышева).

- Викторина «Казачьи праздники на Дону».

Раздел 3. Мир качеств.

Ознакомление учащихся с понятием «качества» людей. «Светлыми» (положительными) качествами и «темными» (мешающими) качествами. Осознание собственных качеств и качеств окружающих людей.

Практические задания:

- разминочные игры и упражнения: «Лишнее слово», «Загадка», «Путаница», «Счет»;

- игры и упражнения на основное содержание занятий: «Мешочек качеств», «Черное – белое», «Аналогии», «Злые и добрые герои», «Волшебные очки», «Психологическое лото», «Мои лучшие качества»;

- рисование «Мой портрет в лучах солнца», «Мои сильные и слабые стороны»;

- чтение и обсуждение произведений: «Честное слово» (А. Пантелеев), «Синие листья» (В. Осеева), «Жадина» (Я. Аким), «Сестра моя Ксения» (В. Драгунский),

«Обвал» (Б. Житков);

- коллективное рисование «Мой край родной»;
- диагностическое упражнение «Ладощка».

Раздел 4. Мир дружбы.

Представление о том, что такое «дружба», ее значение в жизни человека. Качества и черты характера, необходимые для дружбы. Что мешает дружбе? Кто такой настоящий друг? Умеем ли мы дружить? Дать учащимся представление о понятии «сотрудничество», умениях и качествах, из которых состоит сотрудничество, правилах совместной работы. Как нужно работать вместе и не ссориться.

Практические задания:

- разминочные игры и упражнения «Ролевая гимнастика», «Ассоциации», «Помоги другу», «Броуновское движение», «Встаньте те, кто...», «Насос и мяч»
- игры и упражнения основных частей занятий: «Закончи предложение», «Буквы на спине», «Как можно помириться», «Лабиринт», «Совместный рисунок», «Найди пару», «Ниточка тепла»;
- рисование «Портрет моего друга», «Подарок другу», «Моя группа», «Совместный рисунок»;
- чтение и обсуждение сказок: «Сказка про дружбу» (Е. Агеенкова); «Неожиданная встреча» (Е. Андреева); «История про заколдованного мальчика» (Л. Новикова), «Добрая память» (Р. Руднев);
- дидактическая игра «Собери символику донского края (герб и флаг)»;
- чтение и обсуждение произведений: «Мишкина каша» (Н. Носов), «Женька» (Л. Пантелеев), «Помощь идет» (Б. Житков).

Выполнение коллективной творческой работы на тему «Наша группа – команда».

Итоговое занятие по теме «Мир дружбы».

Раздел 5. Мир общения.

Дать учащимся представление, зачем и с помощью чего люди общаются. Закрепить представление об основных мимических выражениях эмоциональных состояниях человека, жестах, позах, движениях. Дать представление о границах общения (психологическом пространстве); возможных рассогласованиях слов и жестов, слов и интонации. Структура общения. Упражнение в поддержании разговора, различных ситуациях в общении, завершении общения, в различных ролях: ведущего, ведомого. Что мешает конструктивному общению: вспыльчивость, неприятие, обида, конфликты. Познакомить учащихся с правилами поведения в конфликтной ситуации и стратегиями выхода из нее.

Дать учащимся представление о том, что такое просьба, как правильно высказывать просьбу и реагировать на отказ; как самому научиться вежливо отказываться; формула вежливого отказа; извинение ; сочувствие; формула проявления сочувствия.

Практические задания:

- разминочные игры и упражнения: «Лишнее слово», «Загадка», «Песня с хлопками», «Путаница», «Счет»;
- игры и упражнения основных частей занятий: «Разыгрываем ситуацию», «Приветствие», «Приветствие без слов», «Диалоги в парах», «Спасибо тебе», «Гордиев узел», «Найди пару», «Счет по порядку», «Совместный рисунок», «Спина к спине», «Прощаясь, я говорю...», «Стратегии разрешения конфликтов», «Почтовый ящик», «Пойми меня», «За стеклом», «Я умею договариваться», «Найди себе пару», «Карта конфликтов»;
- рисование «Подарок другу», «Можно делать только вместе», «Волшебный цветок добрых слов», «Совместная картина», коллективная работа «Мы», составление группового коллажа «Наша группа»;
- чтение и обсуждение сказок «Приключения Трумбика. Обратите на меня

внимание» (О. Силина), «Ценная бандероль» (В. Каплинский), «Отомстила» (В. Осеева).

IV. Формы контроля и оценочные материалы

Формы контроля: игры, тестовые задания, контрольные вопросы, лексические диктанты, работа с карточками, викторины.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

<p>Высокий уровень освоения программы</p>	<p>Учащийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. По итогам тестирования, методом достижений показывает отличное знание теоретического материала, знает и соблюдает правила работы в группе, в итоговых викторинах всегда узнает основные эмоции, различные качества людей, умеет осознавать свои и чужие достоинства, недостатки, причины своих или чужих поступков. Умеет разрешать конфликтные ситуации социально приемлемым способом.</p>
<p>Средний уровень освоения программы</p>	<p>Учащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. По итогам тестирования, методами достижений показывает хорошее знание теоретического материала, знает и в основном соблюдает правила работы в группе, в итоговых викторинах узнает основные эмоции и различные качества людей. Умеет самостоятельно и с помощью взрослого разрешать конфликтные ситуации социально приемлемым способом.</p>
<p>Низкий уровень</p>	<p>Учащийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, составляющей содержание</p>

освоения программы	программы. На итоговых тестированиях показывает слабые знания теоретического материала. Не соблюдает правила работы в группе. Имеет слабую рефлексивность и навыки разрешения конфликтных ситуаций.
--------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

В качестве методов оценки результативности программы используются апробированные методики:

1. Проективные:

- рисуночные методики: «Рисунок человека», «Злое животное», «Человек – человек под дождем»,
- проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики»,
- метод цветowych выборов.

2. Методы диагностики самооценки: методика «Лесенка» Дембо-Рубинштейн.

3. Социометрическая методика изучения межличностных отношений в группе.

4. Дополнительную информацию о результативности программы можно получить, используя методы наблюдения, интервью, анкетирования.

V. Организационно-педагогические условия реализации программы

Методическое обеспечение программы

Методы и приемы, используемые психологом, отражают его организующую, обучающую, контролирующую функции и обеспечивают учащемуся возможность ознакомления, тренировки и применения учебного материала.

К основным методам следует отнести ознакомление, тренировку и применение. Сопутствующим, поскольку он присутствует в каждом из основных методов, является контроль, включающий коррекцию и оценку. Через показ и объяснение осуществляется ознакомление учащегося с учебным материалом,

понимание и осознание его, а также создается готовность к осуществлению тренировки, позволяющей формировать необходимые социальные навыки. При использовании метода тренировки особое место отводится контролю, так как происходит формирование навыка, действие с учебным материалом должно быть доведено до автоматизма. Педагог осуществляет контроль во время наблюдения за работой детей либо по средствам тестов.

Каждый из методов реализуется в системе приемов, применяемых в процессе обучения. Важно, чтобы эти приемы ставили учащегося перед необходимостью решения мыслительных задач, мотивировали к познавательной активности и помогали ему усваивать полученные знания и применять их на практике.

Весь курс обучения строится на основе коммуникативно - деятельностного подхода, формирования у учащихся прочных навыков и умений практического применения навыков социальной компетенции в окружающей жизни. Содержание упражнений, текстов, заданий направлены в основном на реализацию конкретных практических задач и позволяют организовать воспитательную работу с детьми, сформировать личность ребенка посредством положительного восприятия в процессе обучения на занятиях. Но приоритетными на начальном этапе обучения являются развивающие и образовательные цели.

Наиболее удачными формами работы с детьми по данной программе являются чтение с последующим обсуждением художественных произведений, так как у учащихся происходит формирование таких важных качеств, как рефлексия, понимание не только собственных эмоциональных состояний, поступков, но и окружающих людей. Терапевтические сказки вооружают ребенка «механизмом самопомощи»: в сложных обстоятельствах нужно искать ресурсы внутри себя и это приведет к успеху. Сказки читаются на занятии или сочиняются вместе с детьми, обсуждаются, рисуются, проигрываются (драматизируются).

Использование ролевых игр способствуют «примериванию» на себя

разнообразных по статусу и содержанию ролей, а также проигрывание не характерных для ребенка ролей, проигрывание своей роли в гротескном варианте. Для достижения воспитательных целей программы важными являются коммуникативные и «командные» игры. Они направлены на обучение детей навыкам эффективного взаимодействия и сотрудничества, а также на формирование умения видеть достоинства в партнере по общению на себя.

Использование в программе арттерапевтических методов способствуют снятию психологического напряжения, повышают творческие способности ребенка, содействуют его самовыражению, а также являются наглядным диагностическим методом для педагога. В программе активно применяется метод рисования.

Принципы осуществления образовательного процесса:

- системность образовательного процесса, заключающаяся в единстве целей, содержания, технологий, форм и методов;
- связь теории и практики;
- соблюдение интересов детей с ОВЗ и детей - инвалидов;
- предоставление ребенку права выбора и его обоснования;
- вариативность в решении проблемных задач;
- комплексность (воздействие через чувства, через сознание и через опыт);
- проблемность: не давать готовых ответов, дать возможность детям оценить выбор в каждодневной жизни;
- доступность образования учащимся с особенностями развития.

Занятия состоят из теоретических и практических занятий. Большое внимание уделяется практическим занятиям, т.к. именно на этих занятиях у учащихся происходит развитие творческих, интеллектуальных и эмоциональных способностей, а также их личностных качеств: общечеловеческих ценностных ориентаций, интереса, воли.

Методическое сопровождение учебной работы педагога, педагога-психолога

п/п	Раздел, тем программы	Формы проведения занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Введение в программу	Групповые, индивидуальные (диагностика)	Разминочные упражнения, упражнения на развитие межполушарного взаимодействия, арттерапевтические методы (рисование, аппликация), игры на сплочение детского коллектива	Дидактические пособия: карточки, раздаточный материал, демонстрационный материал, практические задания; аудиозаписи, магнитофон, компьютер, листы бумаги	Викторина «Правила поведения в группе», начальная диагностика уровня самооценки, тревожности, эмоционального состояния учащихся
2.	Мир эмоций	Групповые	Практические задания, разминочные упражнения, пиктограммы, арттерапевтические	Дидактические пособия: карточки, раздаточный материал, демонстрационный материал, практически	Контрольная беседа «Хочу и нельзя», контрольные упражнения на распознавание эмоций, тестирование

			методы, чтение и обсуждение сказок и рассказов	задания; аудиозаписи, магнитофон, компьютер, листы бумаги, художественные произведения	«Страхи в домиках» (методика Захарова), диагностическое рисование
3.	Мир качеств	Групповые	Практические задания, разминочные упражнения, пиктограммы, арттерапевтические методы, чтение и обсуждение сказок и рассказов	Дидактические пособия: карточки, раздаточный материал, демонстрационный материал, практические задания; аудио-записи, магнитофон, компьютер, листы бумаги, художественные произведения	Диагностическое упражнение «Ладощка», викторина «Придумай загадку», деловая игра «Калейдоскоп качеств»
4.	Мир дружбы	Групповые	Практические задания, разминочные упражнения, пиктограммы, арттерапев-	Дидактические пособия: карточки, раздаточный материал, демонстрационный	Конкурс коллажей, тесты достижений «Закончи предложение» ,

			<p>тические методы, чтение и обсуждение сказок и рассказ</p>	<p>материал, практические задания; аудио-записи, магнитофон, компьютер, листы бумаги, художественные произведения</p>	<p>анкетирование «Настоящий друг» (С. Прудченков)</p>
5.	Мир общения	Групповые	<p>Практические задания, разминочные упражнения, пиктограммы, арттерапевтические методы, чтение и обсуждение сказок и рассказ</p>	<p>Дидактические пособия: карточки, раздаточный материал, демонстрационный материал, практические задания; аудио-записи, магнитофон, компьютер, листы бумаги, художественные произведения</p>	<p>Конкурс «Я и другие», тесты достижений</p>

Учебные пособия на каждого учащегося:

- наборы карточек по количеству учащихся с дидактическими заданиями;
- наборы карточек по количеству учащихся с эмоциональными состояниями;
- набор карточек «Доброта», «Дружба»;

Тестовые задания для учащихся:

- тест тревожности Амена, Дорки;
- методика выявления самочувствия, актуального, состояния, настроения САН;
- проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики» Ореховой;
- проективные методики «Человек под дождем», «Дом, дерево, человек»;
- наборы раздаточных материалов в соответствии с учебно-тематическим планом.

В работе с учащимися педагогом, педагогом-психологом используются видеоматериалы.

Материально-технические условия реализации программы

Помещение, в котором реализуется данная программа, представляет собой классную комнату, в которой есть все необходимое для учебного процесса оборудование: классная доска, стол и стулья для педагога, столы и стулья для учащихся, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов.

Технические средства обучения: компьютер, магнитофон, проектор.

Материалы, необходимые для занятий:

- канцтовары: бумага, фломастеры, карандаши, краски, альбомы, наборы цветной бумаги.

V. Нормативно-правовые документы, регламентирующие организацию обучения детей с ОВЗ

1. Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 г.)
2. Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг. (постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642)
3. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р)
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р)
5. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц. защиты РФ от 05.05.2018 № 298н)
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных программ»

Список литературы для педагога

1. Буйлова Л.Н., Буданова Г.П. Дополнительное образование: норматив. док. и материалы. - М.: Просвещение, 2008
2. «Дополнительное образование» № 2, 2006
3. Дополнительное образование детей: сборник авторских программ/ред.-сост. Невдахина З.И. - М.: Народное образование, 2007.
4. Дополнительное образование. Словарь-справочник/автор составитель Д. Е. Яковлев. - М., 2002
5. Ежова Н.В. Справочник практического психолога. - Ростов Н/Д Феникс, 2007
6. Истратова О.Н. «Справочник психолога начальной школы» - Ростов Н /Д, Феникс, 2012

7. Конвенция о правах ребенка.
 8. Колеченко А.К. Энциклопедия педагогических технологий. Пособие для преподавателей.- СПб.: КАРО, 2004
 9. Костина Л. М. «Игровая терапия с тревожными детьми». - СПб.: Речь, 2011
 10. Карандашев В.Н., Лисянская А.С., Крылова Т.А «Курс комплексного развития младшего школьника». Волгоград: Учитель, 2011.
 11. Кривцова С.В. «Жизненные навыки». – М.: Генезис, 2002
 12. Лютова Е. К., Монина Г.Б. «Тренинг эффективного взаимодействия с детьми» - СПб. Речь. 2001
 13. Матвеева О.А. «Развивающая и коррекционная работа с детьми 6-12 лет» - М. Педагогическое общество России, 2001
 14. Попова М.В. «Психология растущего человека» - М.: ТЦ Сфера-2002
 15. Психолого-педагогические факторы обеспечения безопасности образовательной среды. Выпуск 4. Ростов Н/Д, 2007
 16. Педагогика творчества. Творческая лаборатория педагога дополнительного образования детей: психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса в УДО. Научно-методический альманах. Гл. редактор Абрахова В.В. М. - Ростов Н/Д. 2010
 17. Педагогика творчества. Творческая лаборатория педагога дополнительного образования детей: психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса в УДО. Научно-методический альманах. Гл. редактор Абрахова В.В. М. - Ростов Н/Д. 2010
 18. Практика сказкотерапии под редакцией Н.А. Сакович СПб. Речь. 2007
- Интернет-ресурсы:
- infourok.ru›...[igr...detey-s...vozmozhnostyami-zdorovya...](http://infourok.ru)
- infourok.ru›[igry-i-uprazhneniya-po...detej-s-ovz...](http://infourok.ru)
- mega-talant.com›...[sbornik...igry-dlya-detey-s-ovz...](http://mega-talant.com)

ppt4web.ru>Начальная школа>druzhba-edina-na...

myshared.ru>slide/600090/

infourok.ru>prezentaciya-po...doshkolnikov...mladshih...

pedsovet.su>Файлы>243-1-0-42677

Список литературы для детей и родителей

1. Аким Я. «Сборник стихов». М. Эксмо, 2007
2. Драгунский В. «Денискины рассказы». М. Эксмо, 2002
3. Житков Б. «Рассказы для детей». М. Мир искателя, 2013
4. Зощенко М. «Веселые истории». М. Мир искателя, 2012
5. Осеева В. «Синие листья». М. Эксмо, 2013
6. Пантелеев Л. «Честное слово». М. Мир искателя, 20

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПРОЛЕТАРСКОГО РАЙОНА Г. РОСТОВА-НА-ДОНУ «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «ДОСУГ»

СОГЛАСОВАНО

Протокол методического совета № ____
от « ____ » _____ 20__ года

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ЦВР «Досуг»
_____ Чеметева М.С.
Приказ № ____
от « ____ » _____ 20__ года

АДАПТИРОВАННАЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Калейдоскоп эмоций»

для учащихся младшего школьного возраста с ограниченными возможностями
здоровья и инвалидностью

Разработчик: Ольховая Ирина Юрьевна,

педагог-психолог

Ростов-на-Дону

2020

I. Пояснительная записка

Важную роль в жизни человека играют эмоции. Они являются частью коммуникации, помогают человеку выражать свое отношение к происходящим вокруг событиям. Эмоциональная сфера у учащихся младших классов с ОВЗ характеризуется незрелостью и недоразвитием. У них наблюдается отставание в развитии эмоций: неустойчивость, лабильность, лёгкость смены настроений. Они легко и часто немотивированно переходят от смеха к плачу и наоборот. Нередко у учащихся младших классов с ОВЗ отмечается состояние беспокойства, тревожность. Дети склонны к полярным, лишённым тонких оттенков эмоциям. Недоразвитие эмоциональной сферы проявляется в худшем по сравнению с нормально развивающимися детьми понимании эмоций как чужих, так и собственных. Эмоции, особенно положительные, определяют эффективность обучения, воспитания и общения ребенка. Формирование эмоциональной сферы является важнейшей составляющей личности ребенка и обеспечивает необходимую социально - психологическую адаптацию в окружающем его мире.

В связи с увеличением количества детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью проблема своевременной коррекции эмоциональных состояний учащихся с ОВЗ и инвалидностью на сегодняшний день является весьма **актуальной**. Период 7- 10 лет является сенситивным для формирования эмоциональной сферы: изменяется содержание и экспрессивная сторона эмоций, при этом потребность ребенка в эмоциональном насыщении преобразуется в стремление к определенным переживаниям своих отношений к действительности и становится важным фактором, определяющим направленность его личности.

Новизна подпрограммы заключается в том, что она является творческим преобразованием современных подходов к вопросу эмоционального развития детей

с ОВЗ и инвалидов, возможности активного включения их в педагогический процесс.

Практическая значимость данной подпрограммы состоит в оказании помощи детям с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в достижении эмоциональной устойчивости, в стабилизации эмоционального состояния, актуализации и раскрытии ресурсов детской психики. Реализация данной программы обеспечивает проработку эмоционально - личностных проблем этих детей. Постепенное проявление результатов стало критерием работы. У детей, прошедших весь цикл занятий, отмечалась положительная динамика: снижение интенсивности проявления тревожности, исчезновение нежелательных форм поведения, позитивная и адекватная оценка себя. Критериями эффективности программы выступили: позитивная динамика эмоционального развития ребенка; гармонизация образа «Я», выступающая в преобладании позитивных самооценок ребенка по отношению к себе (повышение самооценки); понимание и принятие своих особенностей, уверенность в себе и своих возможностях. Коррекционная программа может использоваться педагогами – психологами в работе с учащимися с ОВЗ и инвалидностью.

Подпрограмма коррекционно-развивающих занятий разработана и составлена по результатам диагностики эмоционально-волевой сферы учащихся с ограниченными возможностями здоровья, в соответствии с нормативно-правовыми документами, а также в соответствии с психологическим заключением и рекомендациями ПМПК.

Вопросы изучения эмоциональной сферы являются наиболее актуальными и сложными в современной психологии. При составлении программы я опиралась на труды отечественных исследователей: П.К.Анохина, В.К. Вилюнаса, Л.С. Выготского. Б.И. Додонова, Е.П. Ильина, А.Ф. Лазурского, А.Н. Леонтьева, С.Л.

Рубинштейна, П.В. Симонова, П.М. Якобсона и др. Методологической основой программы выступают следующие концептуальные положения:

Теории Б.Ф. Скиннера - «Поведенческий подход»: ребенок мотивированно совершенствует действия, которые сопровождаются положительными эмоциями, и целенаправленно избегает действий, к негативным переживаниям.

Теории А.В. Запорожца, Я.З. Неверовича, Г.М. Бреслава, Л.И. Божович, И. М. Юсупова - «Деятельностный подход»: динамика эмоциональной сферы идет через закономерное (последовательное) формирование личностных и эмоциональных новообразований.

Положения Ю.Ф. Змановского, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной: в младшем школьном возрасте закладываются основы здоровья, долголетия, физического совершенствования, работоспособности человека, от жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, вера в свои силы.

Нормативной базой для разработки данной программы являются:

- Конвенция ООН о правах ребёнка;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. 273-ФЗ (с изменениями на 8 декабря 2020 г.);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.04.2008 №АФ-150/06 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми - инвалидами»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»;
- Постановление Правительства РФ от 09.12.2011 № 206 «О формировании доступной для инвалидов среды жизнедеятельности».

Представленная коррекционно - развивающая программа ориентирована на работу с детьми с ограниченными возможностями здоровья и с детьми - инвалидами, имеющими нарушения в развитии эмоционально - волевой сферы, и является одним из компонентов в системе психолого - педагогического сопровождения детей данной категории. Данная подпрограмма включена в дополнительную общеобразовательную программу «Я и мир вокруг меня» и осуществляется по результатам диагностических исследований учащихся с нарушениями эмоционально-волевой сферы, а также может быть использована как самостоятельная коррекционно-развивающая программа.

Цель подпрограммы: коррекция нарушений эмоциональной сферы и повышение осознанного восприятия ребенком с ОВЗ (инвалидностью) своих эмоциональных проявлений и взаимоотношений.

Задачи подпрограммы

Обучающие:

- обучать основам навыков саморегуляции (управление своими эмоциями и страхами);
- формировать потребность в саморазвитии и самоизменении;
- формировать адекватную самооценку.
- осознать и принять свою «инакости» и индивидуальность.

Развивающие:

- развивать личностную рефлексия: умение осознавать свои и чужие эмоции и чувства, причины своих и чужих поступков;
- развивать коммуникативные способности;
- развивать навыки сотрудничества.

Воспитательные:

- воспитывать позитивное отношение к себе и окружающим людям;

- воспитывать настойчивость в достижении цели.

Методические средства, используемые в подпрограмме

В процессе работы по программе используются приемы, содержание которых отвечает развивающим и коррекционным задачам подпрограммы. В подпрограмме желательно использовать полифункциональные упражнения, с одной стороны, дающие возможность решать несколько задач, а с другой – позволяющие оказывать на разных детей различное воздействие.

Рольевые методы – предполагают принятие ребенком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей противоположных обычным, проигрывание своей роли. Рольевые методы включают в себя: рольевую гимнастику и психодраму. Рольевая гимнастика – рольевые образы животных, сказочных персонажей, социальных и семейных ролей, неодушевленных предметов. Психодрама – предполагает поочередную смену ролей, драматическое разыгрывание мысленных картин, составленных детьми или терапевтические сказки.

Игры с использованием психогимнастики основываются на теоретических положениях социально - психологического тренинга о необходимости особым образом формировать среду, в которой становятся возможными преднамеренные изменения. В психогимнастических играх у детей формируются: принятие своего имени, своих качеств характера, своих прав и обязанностей.

Коммуникативные игры – это игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому человеку вербальную и невербальную поддержку; игры, способствующие углублению осознания сферы общения, игры, обучающие умению сотрудничать. В игре ребенок получает возможность приобретения ценного жизненного опыта в различных ситуациях. Игровая терапия представляет собой взаимодействие взрослого с ребенком на собственных условиях последнего, когда ему предоставляется

возможность свободного самовыражения с одновременным принятием его чувств взрослым.

Игры, направленные на развитие воображения – вербальные игры – придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации, либо сочинение сказок или подбор ассоциаций к какому-либо слову. Невербальные игры предполагают изображение детьми того или иного живого существа или неживого предмета. «Мысленные картинки» - закрывают глаза и под музыку придумывают картинку, а затем рассказывают ее.

Эмоционально - символические методы – совместное обсуждение различных чувств. Рассказ психолога и рассказы детей, сочинение историй. Создание и решение проблемных ситуаций, как самими учащимися, так и с помощью психолога.

Релаксационные методы – в программу включены упражнения, этюды основанные на методе активной нервно-мышечной релаксации, дыхательные и визуально - кинестические техники, психокинетические разгрузки, упражнения (подражательно - исполнительского и творческого характера, на мышечную релаксацию). Задача таких методов - избавление от тревожных мыслей, обучение контролю своих эмоций.

Арт-терапевтические методы – направлены развитие воображения (рисование различных эмоциональных состояний, направленное рисование, то есть рисование на определенные темы с последующим обсуждением).

Результативность и эффективность проводимой работы выявляется диагностическими методами, проводимыми 2 раза: до начала проведения занятий и после окончания курса.

Категория учащихся и режим занятий

Занятия рассчитаны на детей 7-10 лет с ограниченными возможностями

здоровья и инвалидностью; проводятся 1 раз в неделю; продолжительность каждого занятия 1 академический час (40-45 минут) с перерывом и физкультминутками. Общее количество академических часов – 12. Основными организационными формами работы являются: групповая, индивидуальная. Индивидуальная работа проводится в случае возникновения проблем в эмоциональной сфере, а также проблем, касающихся взаимодействия учащихся со сверстниками и взрослыми. При использовании групповой формы работы - рекомендуется рассаживать детей полукругом или кругом — на стульчиках или на ковре. Форма круга создает ощущение целостности, облегчает взаимопонимание и взаимодействие детей.

Принципы осуществления образовательного процесса:

- соблюдение интересов учащихся с ОВЗ и детей - инвалидов;
- доступность образовательного компонента: каждый момент занятия необходимо подробно объяснять, возможно, несколько раз;
- связь теории и практики;
- предоставление ребенку права выбора и его обоснования;
- вариативность в решении проблемных задач;
- комплексность (воздействие через чувства, через сознание и через опыт);
- проблемность: не давать готовых ответов, дать возможность детям оценить выбор в повседневной жизни.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:

- снижение уровня тревожности (индекс тревожности);
- формирование умений и навыков сотрудничества, эффективного взаимодействия;
- формирование адекватной самооценки;
- развитие эмоциональной сферы: знание основных эмоциональных состояний,

развитие умения распознавать различные эмоциональные состояния, владеть собственными эмоциями;

- понимание и отражение эмоциональных состояний сверстников;
- отсутствие страхов перед контактами со сверстниками;
- позитивное отношение к занятиям;
- активное участие в играх.

Для диагностирования учащихся целесообразно использовать следующие методики:

- О.А. Орехова «Цветовые эмоции»;
- Н.Я. Семаго «Эмоциональные лица»;
- Проективная методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З. Друкаревич);
- Ведение «Календаря эмоций»;
- Наблюдение за учащимися.

II. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование блоков (разделов)	Количество академических часов			Форма контроля
		теория	Практика	Всего часов	
Вводное занятие	Входная диагностика (самооценка, эмоциональное состояние, уровень тревожности)			1	Методика оценки эмоционального состояния (Орехова О.А.); Н.Я. Семаго «Эмоциональные лица»; Методика

					«Календарь эмоций»
Занятие 1	Установление правил занятий. Почему важно соблюдать правила?	0.5 часа	0,5 часа	1	Наблюдение за активностью на занятии
Занятие 2	Эмоции	0.5 часа	0.5 часа	1	Методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З. Друкаревич)
Занятие 3	Радость	0.5 часа	0.5 часа	1	Наблюдение за активностью на занятии
Занятие 4	Грусть			1	Упражнение «Изобрази с помощью мимики и пантоми-мики»
Занятие 5	Обида	0.5 часа	0.5 часа	1	Рисование «Копилка обид»
Занятие 6	Страх	0.5 часа	0.5 часа		Беседа «Расскажи о своем страхе или нарисуй его»
Занятие 7	Удивление	0.5 часа	0.5 часа	1	Наблюдение за активностью на занятии
Занятие 8	Самодовольство (хвастовство)	0.5 часа	0.5 часа	1	Наблюдение за активностью на занятии

Занятие 9	Гнев	0.5часа	0.5часа	1	Рисование «Мой лист гнева»
Занятие 10	Наш мир эмоций	0.5часа	0.5часа	1	Дидактическая игра «Угадай эмоцию»
Итоговая занятие	Повторная диагностика (самооценка, эмоциональное состояние, уровень тревожности, распознавание эмоций)		1	1	Методика оценки эмоц. состояния (Орехова О.А.); Н.Я. Семаго «Эмоциональные лица»; Методика «Календарь эмоций»
Всего часов				12	

III. Содержание программы

Вводное занятие

Входная диагностика (самооценка, эмоциональное состояние, уровень тревожности).

Занятие 1

Тема: Знакомство. Установление правил.

Теория. Зачем нам нужны правила? Правила работы в группе. Разработка структуры правил, которые способствовали бы конструктивному взаимодействию на занятиях

Практика. Психокинетическая разминка «Волшебные цветы». Рисование «Мое настроение» - поделись хорошим настроением с другими. Ритуал окончания занятия.

Занятие 2

Тема «Эмоции».

Ритуал начала занятия.

Теория. Рассматривание набора картинок «Настроение» - настроение бывает разным и в зависимости от этого человек испытывает разные эмоции. Беседа: «Какие бывают эмоции». Представление об основных эмоциональных состояниях человека: радости, веселья, грусти, обиде, страхе, скуке. *Практика.* Упражнение «Паспорт Эмоций». Игры: «Узнай эмоцию», «Изобрази эмоцию». Коммуникативные игры: «Снежный ком», «Имя оживает», «Это я – узнай меня». Ритуал окончания занятия.

Занятие 3

Тема: «Радость»

Ритуал начала занятия.

Теория. Знакомство с эмоцией радости. Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать своё настроение, развитие выразительных движений.

Практика. Этюд «Встреча с другом». Разыгрывание сценки. Упражнение «Закончи предложение: «Я радуюсь, когда ...». Рисование картины «Радость». Рефлексия чувств. Мимическая гимнастика. Изучение мимики в разных эмоциональных состояниях. Упражнение «Через стекло» - передача различных ситуаций с помощью мимики и жестов. Игра с платком – снятие эмоционального напряжения, развитие способности самовыражения, переключение внимания с одного образа на другой. Релаксация «Полет высоко в небо» - упражнение в умении расслабляться, представляя различные образы. Ритуал окончания занятия.

Занятие 4

Тема: «Грусть»

Ритуал начала занятия.

Теория. Беседа «Когда мы грустим?». Знакомство с эмоцией грусти. Рассмотрение пиктограммы «Грусть»

Практика. Чтение и разбор стихотворения « Я маму обидел» - отношение учащихся к чувствам другого. Трениговое упражнение «Изобрази с помощью мимики и пантомимики». Рефлексия упражнения: что чувствовал в роли обиженного и в роли обидчика. Рисование «Когда мне грустно?». Обсуждение рисунков, получение обратной связи. Упражнение «Подарки» - нужно подарить что – то, чтобы поднять настроение другому. Игра «Пожелания». Ритуал окончания занятия.

Занятие 5

Тема: «Обида»

Ритуал начала занятия.

Теория. Рассмотрение пиктограммы « Обида». Знакомство с советами Незнайки.

Совет 1: Если ты очень рассержен на того, кто тебя обидел, нарисуй ему гневное письмо, а потом это письмо порви.

Совет 2: Когда на душе плохо, и ты чем-то раздражён, лучше уединиться в комнате и постараться поднять себе настроение, вспомнив о чём-то приятном.

Совет 3: Выразить все свои чувства, о которых ты не можешь сказать ни папе, ни маме, можно своему надёжному другу - животному: собаке или коту. Прижми его к себе, погладь, поговори с ним и станет легче.

Совет 4: Если же тебе обидно, что твоё желание не выполнено, ты можешь о нём помечтать, пофантазировать и даже, что ещё лучше, нарисовать своё желание, и поверьте, станет легче.

Обида - сильное чувство, от которого не всегда легко избавиться. На душе становится неприятно, тяжело. Улучшить своё настроение помогут следующие упражнения:

Практика. Рисование «Копилка обид». Упражнение «Подарки» (см. приложение). Все мы любим получать подарки, да и дарить их тоже приятно. Представим, что мы всё можем. Подумайте, что твои друзья или близкие хотят получить в подарок. Кто получает подарок, не забывает говорить «спасибо». Ритуал окончания занятия.

Занятие 6

Тема: «Страх»

Ритуал начала занятия.

Теория. Знакомство с пиктограммой «страх». Рассматривание пиктограммы «Страх».

Практика. Изображение страха на своем лице, игра «Солнечный зайчик».

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями по лбу, на носу, на ротике, на щёчках, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот - погладь его. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

Проигрывание ситуации. «История про девочку Галю» (см. приложение).

Разыгрывание сценки. «Гимнастика дружных ребят». Беседа «Расскажи о своем страхе». Игра «У страха глаза велики». Обсуждение поговорки «У страха глаза велики». Упражнение «Ха». Ритуал окончания занятия.

Занятие 7

Тема: «Удивление»

Ритуал начала занятия.

Теория. Знакомство с новым чувством «Удивление». Рассматривание пиктограммы.

Практика. Изображение удивления на лице. Рисование «Я удивляюсь». Этюды на выражение удивления.

1. Этюд «Удивление». Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было...

Из чемодана выпрыгнула собака.

Мимика: Рот открыт, брови и верхние веки приподняты.

2. Этюд «Круглые глаза»

Однажды первоклассник Артур подсмотрел в подъезде удивительную сценку и написал об этом рассказ: « Я шёл из школы. Я зашёл в подъезд и увидел что, бегают тряпка. Я поднял тряпку и увидел, что там котёнок».

Игра «Фантазии». Чтение истории «Живая шляпа». Разыгрывание сценки «Живая шляпа». Ритуал окончания занятия. Упражнение «Солнечные лучики». Протянуть руки вперёд и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаюсь почувствовать себя тёплым солнечным лучиком. Ритуал окончания занятия.

Занятие 8

Тема: «Самодовольство» (хвастовство)

Ритуал начала занятия.

Теория. Знакомство с эмоцией самодовольства. Рассматривание карточек. Почему хвастовство осуждается в обществе?

Практика. Чтение сказки «Мышка - хвастунишка». Разыгрывание сказки ребенком совместно с взрослым. Беседа «Почему хвастаться – плохо?». Просмотр мультфильма «Заяц – хваста». Обсуждение поведения зайчишки – хвастунишки. Упражнение на закрепление изученных эмоций. Чтение стихов (см. Приложение). Психолог читает стихи, учащийся поднимает картинку с соответствующей пиктограммой. Упражнение «Превращение». Психокинетическая разгрузка «Воздушный шарик». Ритуал окончания занятия.

Занятие 9

Тема: «Гнев»

Ритуал начала занятия.

Теория. Что такое гнев и гневливое поведение? Рассматривание эмоции на карточке. Как можно отличить гнев от других эмоций?

Практика. Игра «Снежный ком». Проблемная ситуация. Незнайка поссорился с Винтиком. Они никак не могли решить, кто же первый начнёт игру. Они так рассердились друг на друга, что затеяли драку. У Незнайки насуплены брови, сморщен нос, он крепко сжал кулаки. Винтик машет руками, лоб нахмурен, брови сдвинуты. Мальчики набрасываются друг на друга.

- Представь себя на месте мальчиков и выбери, с помощью чего они решили бы этот спор:

- кулаков
- спокойного тона
- крика
- насмешки
- топанья ног

Людей, привыкших решать спор с помощью силы, часто сравнивают с драчливыми петухами. Чтение стихотворение.

Петушки распетушились,
Но подраться не решились,
Если очень петушиться -
Можно перышек лишиться.
Если перышек лишиться -
Нечем будет петушиться!

Изображение гнева на своем лице и лицах своих товарищей. Рисование «листка гнева». Обсуждение рисунков. Этюд на выражение гнева. Обсуждение ситуаций «Почему я сержусь». Ритуал окончания занятия.

Занятие 10

Тема: «Мир наших эмоций»

Ритуал начала занятия

Теория. Беседа о настроении. Выбор « пушистиков», соответствующих настроению ребенка. Рассматривание различных эмоций на пиктограммах.

Практика. Игра «Угадай эмоцию». Изображение учащимся различных эмоциональных состояний, ребенок распознает их. Рисование «Мои эмоции».

Рассматривание рисунков, угадывание эмоций. Этюд «Эмоции».

Получение обратной связи. Упражнение «Слова благодарности». Упражнение «Свеча». Ритуал окончания занятия.

Итоговое занятие

Повторная диагностика (самооценка, эмоциональное состояние, уровень тревожности, распознавание эмоций).

Дидактическое обеспечение программы

- CD - проигрыватель;
- диски с записями классической и танцевальной музыки, звуков природы, медитативной музыки, этюдов;
- клей, ножницы, цветные карандаши, мелки для рисования;
- листы формата А4 чистые;
- листы с тематическими заданиями;
- декоративный материал, помогающий оформить помещение в соответствии с основной темой занятия;
- демонстрационный материал: изображения эмоциональных состояний, пиктограммы;
- раздаточный материал (по тематике занятий);
- доска для рисования;

- цветные платки

- природный материал (камушки, веточки, ракушки, перышки и т.д.).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Баженова О.В. «Тренинг эмоционально-волевого развития для дошкольников и младших школьников». - СПб: «Речь», 2010
2. Васильева И.Ю. «Волшебная книга игр». – СПб: «Речь», 2010
3. Васильева И. «Книга сказочных игр». – СПб: «Речь», 2010
4. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. – М., 2004
5. Крылова Т.А., Сумарокова А.Г. «Чувства всякие нужны, чувства всякие важны» Программа эмоционально-волевого развития детей. – СПб: «Речь», 2011
6. Кряжева Н.Л. Радуюемся вместе: Развитие эмоционального мира детей. – Екатеринбург: У - Фрактория, 2006. с. 18, 57–64
7. Никишина В. Б. Практическая психология в работе с детьми задержкой психического развития. М.: Владос, 2004
8. Пилипко Н.В. «Приглашение в мир общения» - М.: УЦ «Перспектива», 2011
9. Ульенкова У. В., Лебедева О. В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии. М: Владос, 2002
10. Уханова А. «Развитие эмоций и навыков общения у ребенка». - СПб.: «Речь», 2011
11. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я». - М.: «Генезис», 2009
12. Шипицина Л. М., Заширинская О. В., Воронова А. П., Нилова Т. А. Азбука общения. Санкт-Петербург: “Детство-Пресс”, 2004

Интернет-ресурсы:

[detivsadu.ru>...detej...vozmozhnostjami-zdorovja-ovz/](http://detivsadu.ru...detej...vozmozhnostjami-zdorovja-ovz/)

[школа24.абакан.рф>assets/files/igri.pdf](http://школа24.абакан.рф/assets/files/igri.pdf)

Приложение 1

Этюд «Встреча с другом».

У мальчика был друг. Настало лето и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями отдыхать. Скучно в городе одному. Прошёл месяц. Однажды идёт мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же они обрадовались друг другу!

Приложение 2

Игра «Цветок» (под красивую музыку)

Наступила весна. Я посадила в землю семена. Эти семена будете вы, согласны?

- До кого я дотронусь «волшебной палочкой», пожалуйста, присядьте на корточки спрячьте голову в руки и колени.

Тёплый луч солнца упал на землю и согрел семена. Из них проклюнулся росток, (медленно поднимают голову и выпрямляются).

Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток. Поворачивает голову вслед за солнцем. Покажите, как «цветок расцвёл»: поднимите руки в стороны, голову откиньте назад, медленно повернитесь за солнцем.

- Как много красивых цветов! Я соберу их в букет (обнимает детей).

- А теперь давайте сплетём веночек! (обнимаем за талию друг друга)

- А теперь, давайте скажем хорошие слова, тем, кто стоит рядом, и обнимем его.

- Вот какой веночек получился.

Нравится он вам? Вам было приятно, радостно вместе играть?

Приложение 3

Стихи:

1) «Страшная птица» (страх)

На окошко села птица,
Брат закрыл глаза от страха:
Что это за птица?
Он её не боится!
Клюв у этой птицы острый,
Встрёпанные перья.
Где же мама? Где же сёстры?
- Ну, пропал теперь я!
- Кто тебя, сынок, обидел? -
Засмеялась мама.
- Ты воробушка увидел.

2) «О чём грустят корабли» (грусть)

О чём грустят корабли
О суши вдалеке?
Грустят, грустят кораблики
О мели на реке,
Где можно на минуточку
Присесть и отдохнуть
И где совсем ничуточки
Не страшно утонуть. (А. Барто)

3) «Бабочка» (удивление)

Увидав на клумбе прекрасный цветок
Сорвать я его захотел.
Но стоило тронуть рукой стебелёк,
И сразу цветок ...улетел. (В. Лунин).

4) «Радость» (радость)

Радость - если солнце светит,
Если в небе месяц есть.
Сколько радости на свете
Не измерить и не счесть.
Только радостные слышат
Песни ветра с высоты,
Как тихонько травы дышат,
Как в лугах звенят цветы.
Только тот, кто сильно любит,
Верит в светлую мечту,
Не испортит, не погубит
В этом мире красоту! (В. Лунин).

Приложение 4

Сказка «Мышка-хвастунишка»

Мышка гуляла по лесу и встретила там Оленёнка с золотыми рожками.

- Подари мне свои золотые рожки, - попросила у о

- Зачем тебе мои золотые рожки? Они будут тебе мешать, - ответил оленёнок.

- Ты, жадина!- стала дразнить оленёнка мышка.

- Я не жадный, - ответил оленёнок и надел на голову мышке свои золотые рожки.

Мышка обрадовалась и побежала всем показывать украшение. Она так торопилась, что забыла даже сказать оленёнку слова благодарности. Когда мышка увидела своих подружек, то стала хвастаться перед ними:

- Я лучше всех, я богаче всех, я не буду с вами, с серыми, дружить!

Вдруг из-за кустов выскочил кот. Все серые мышки быстро попрятались в свои норки, а мышка с золотыми рожками застряла. Кот набросился на неё и съел. И

остались на траве только золотые рожки. Идёт оленёнок по лесу и видит: лежат его золотые рога. Остановился он, нагнулся и надел их снова себе на голову.

- Как плохо быть хвастливым, - вздохнул оленёнок и покачал золотыми рожками.

Приложение 5

«Гимнастика дружных ребят»

Дети встают в пары.

1. *«Посмотрите на руки»*. Встать парой спиной друг к другу, взяться за руки. Поднимать и опускать руки.
2. *«Пружинки»*. Повернуться друг к другу лицом, соединить ладони. Попеременно сгибать и разгибать руки.
3. *«Качели»*. Расставить ноги на ширину плеч, держать руки в стороны (лодочкой). Наклоны вправо-влево.
4. *«Прыжок-хлопок»*. Первый партнёр прыгает, второй хлопает в ладоши. Затем упражнение выполняет наоборот.
5. *«Краны»*. Лёжа на спине, голова к голове, держась за руки. Поднять вверх прямые ноги и постараться коснуться носками ног носков товарища.

Упражнение «Воздушный шарик»

- Представьте, что в вашей груди находится воздушный шарик. Вдыхая воздух через нос, до отказа заполните лёгкие воздухом. Выдыхая воздух ртом, почувствуйте, как он выходит из лёгких.
- Медленно выдохните ртом, как будто воздух тихонько выходит из шарика.
- Сделайте паузу и сосчитайте до 5.
- Снова вдохните и наполните лёгкие воздухом. Задержите его, считая до 3, представьте, что каждое лёгкое – надутый шарик.
- Выдохните. Почувствуйте, как тёплый воздух проходит через лёгкие, горло, рот.

- Повторите 3 раза, вдыхая и выдыхая воздух, представьте, что каждое лёгкое – надутый шарик, из которого выходит воздух, когда вы выдыхаете.
- Остановитесь и почувствуйте, что вы полны энергии, а всё напряжение пропало.

Приложение 6

Этюд «Встреча с другом»

У мальчика был друг. Настало лето и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями отдыхать. Скучно в городе одному. Прошёл месяц. Однажды идёт мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же они обрадовались друг другу! (Выразительные движения - плечи опущены выражение печали на лице грусть, объятия, смех, радость).

Приложение 7

История про девочку Галю.

Галя приехала к бабушке в деревню. Однажды она гуляла недалеко от реки, рвала цветы, пела песенки и услышала, что позади неё кто-то зашипел: «Ш-ш-ш»! Галя обернулась и увидела большого гуся. Она испугалась и побежала домой. Прибежала к бабушке и рассказывает: «Я испугалась гуся! Он громко шипел и хотел меня ущипнуть».

Приложение 8

Что такое настроенье?

Ирина Золотухина

Что такое настроенье?

Это игры и веселье,

Это первый снег в окошке,

Это мамины ладошки.

Это бабушкины сказки,
Это кисточки и краски.
Это радуга сквозь тучи,
Это робкий солнца лучик.

Это ласковое море,
Это мир с тем, с кем ты в ссоре.
Что такое настроенье?
Это радости мгновенья.

«Обида»

У меня в руке платок, слёзы вытираю,
Сегодня мой сосед – дружок,
Сказал мне: "Не играю!"
Я подарю ему ведро, в песочнице копать.
И обещаю: " Никогда не буду больше драться!"

«Радость»

Я смеюсь, я хохочу,
улыбаюсь и шучу,
Мне так весело сегодня,
даже танцевать хочу!

«Безразличие»

Стали не нужны игрушки,
Ничего я не хочу,
Позовут меня подружки -

на диване я лежу,
Мульттики уж надоели,
Книжки не хочу читать,
Ем конфеты - еле-еле,
Лень с дивана даже встать!

«Жалость»

Милый медвежонок глазками моргает,
Холодно и сыро совсем скоро станет,
Возьму мишку я на руки, принесу домой.
Покажу, его я маме: «Посмотри – худой!».
Молоком его накормим, вымоем водицей,
Наш мишутка сразу станет весело резвиться.

Я улыбаюсь!

Как прекрасно на свете нам жить!
Радость, счастье друг другу дарить!
Улыбаться, любить, помогать,
Восхищаться, творить и играть!
Чтобы было побольше друзей,
Их улыбкой своей обогрей.
Если слёзы увидишь, не жди,
Радость, счастье в глазах их зажги!
Ты – волшебник, ты – маг, чародей,
Лишь с улыбкой встречай новый день!
Папу с мамой люби, как себя,
Улыбайся, твори чудеса!

Я плачу.

Вот закапали слезинки, кап – кап,
Словно, бусинки – росинки, кап – кап.
Долго сдерживал я их, кап – кап,
Они сами полились, кап – кап.
Иногда я плачу зря, кап – кап,
Пожалели что б меня, кап – кап.
Но, бывает, упаду, кап – кап,
И реву, реву, реву, кап – кап.
Слёзок много у меня, кап – кап,
Два ведёрка, два таза, кап – кап.
Я не дам их никому, кап – кап,
Пригодятся самому, кап – кап.

Я злой.

Поглядите, сегодня я злой.
Не играет никто со мной.
Я ногами стучу – стучу,
Во всё горло кричу – кричу.
Все соседи ушли со двора,
Заревела сестрёнка моя.
Пёс Барбос забежал в конуру,
Потому что я злой и ору.
Кулаки я сжимал и пыхтел,
Хмурил брови, глазами вертел.
Посмотрел на себя в зеркала,
Испугался – так страшен был я.

Я смеюсь.

Мой весёлый звонкий смех!

С утра он будит в доме всех:
Деда, бабушку и маму,
Папу и собаку Альму.
Будит Мурзика кота,
И соседям не до сна.
Утром, только лишь проснусь.

Звонким смехом я смеюсь.

Вы задайте мне вопрос:

«Отчего смеюсь до слёз?».

Потому что мир прекрасен

И без смеха плохо! Ясно!

Я безразличен.

Мама с папой задали вопрос:

«В Новый Год тебе что подарить?».

«Не хочу, чтоб пришёл Дед Мороз,

Но если хочет, то может прийти».

На уборку вышли все во двор,

Подобрали мусор, подмели,

А мне, ребята, как – всё равно...

Могли б не убирать. и не мести.

Раз с друзьями мы пошли в кино,

Все смеялись в зале от души.

Только я смешного не нашёл.

Мне сказали: «Безразличен ты».

Я обижен.

Я обижен на всё и всегда:

Мне не дали конфетку – беда,

Фильм для взрослых не дали смотреть,
Кто – то лучше меня может петь.
Я обижен на дождь, что он льёт,
Мне, бедняжке, гулять не даёт.
Я обижен на папу, он гол
Вдруг забил мне, играя в футбол.
Ну, а мама компот не даёт,
Говорит, что сначала – компот.
Обижаться – то я не хочу,
Только вот без обид не могу.

Я боюсь.

Страх поселился в меня:
Я боюсь темноты, как огня,
Я боюсь тараканов, мышей,
Я боюсь длинношеих гусей.
А ещё я боюсь собак,
Я боюсь что – то сделать не так.
Я от кошки ползу под кровать,
И в войнушки боюсь я играть.
Научите меня смелым быть,
Чтоб я слабых сумел защитить,
Чтобы пап сказал мне: «Герой!
Мы гордимся, сынуля, тобой!»

Я удивляюсь.

Удивляюсь я всему:
Граду, снегу и дождю.
Капле маленькой росы.

Крыльям пчёлки и осы.
Удивляюсь красоте,
Пенью птичек по весне.
Утром солнцу удивляюсь,
Лунной ночью восхищаюсь.
Удивляюсь каждый день,
Удивляться мне не лень.
Удивляюсь я с утра
И до вечера всегда!

Я устал...

Я устал... я устал... я устал...
Я устал, потому что молчал.
Я устал от безделья, от сна,
И болит голова у меня.
Я устал... я устал... я устал...
Я устал, потому что лежал,
Я устал оттого, что весь день
Моей маме работать не лень.
Я устал... я устал... я устал...
И ногами шагать я устал...
Пожалейте меня, я устал,
Я устал оттого, что устал...

Я скромный.

Не хвалите меня – я краснею,
Не смотрите в глаза – я робею.
Подойти я стесняюсь, спросить,
Предложить, запретить, попросить.

Я так робок, обидно до слёз,
Что ответить боюсь на вопрос,
Даже в гости робею ходить
И с друзьями смеяться, шутить.
А так хочется песни мне петь,
Чтоб со сцены на маму смотреть,
Я артистом, друзья, стать хочу...
Как же с робостью быть, не пойму.