

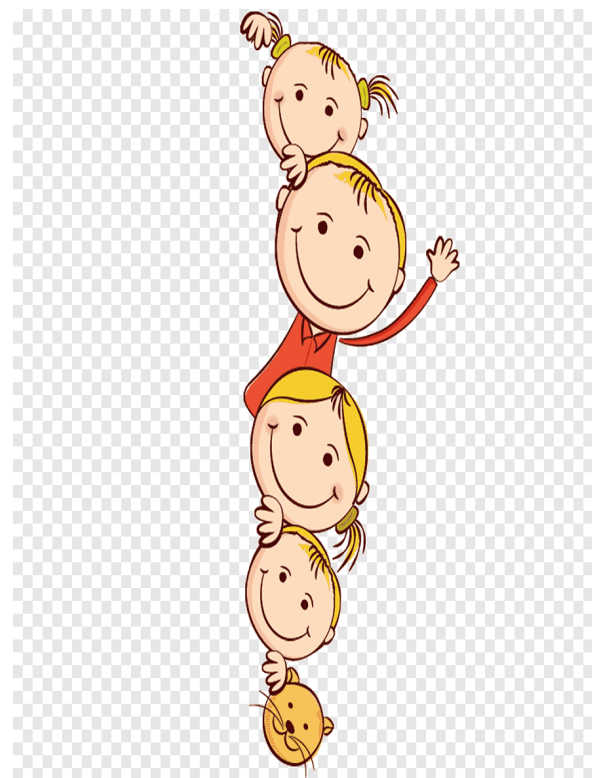
**Дополнительная общеобразовательная программа  
дополнительная общеразвивающая программа  
«Я в мире животных»**



**Автор составитель  
педагог-психолог Брядова Е.Н.  
«Центр «Гармония» г. Углич**

**Программа «Я в мире животных» направлена на:**

- ✓ удовлетворение потребности детей в движении
- ✓ укрепление их здоровья
- ✓ снятие психо-эмоционального и психомоторного напряжения
- ✓ стабилизацию эмоций
- ✓ развитие познавательных способностей и нравственных качеств
- ✓ развитие невербальных компонентов общения
- ✓ улучшение психического самочувствия и взаимодействия с другими людьми



# Цель программы

✓ создать условия для укрепления психологического здоровья младших школьников через телесное взаимодействие и активизацию личностных ресурсных состояний детей



# Задачи программы:

1

**снять психоэмоциональное и психомоторное напряжение у детей**

2

**развивать умения осознавать свои чувства и телесные ощущения**

3

**обучать основам саморегуляции**

4

**создать положительный эмоциональный фон**

5

**развивать нравственные качества**

# Ожидаемые результаты

1

снижение психоэмоционального и психомоторного напряжения

2

овладение умениями саморегуляции

3

улучшение самочувствия и настроения

4

сплочение детского коллектива

5

проявление познавательной активности

## Структура занятий:

- ✓- линейка настроения,
- ✓- разминка,
- ✓- упражнения, соответствующие животному, чей день заявлен в программе (День зайца, день волка и т.д.): животное в естественной среде, двигаемся как животное и т.п.
- ✓- волшебные превраще
- ✓ - сочиняем сказку
- ✓ - дневник настроения
- ✓ - ИТОГИ ДНЯ



## Контрольно-измерительные материалы

- Линейка настроения
- Цветовой тест М.Люшера
- Тесты «Человек под дождем»
- Дневник настроения
- Тест САН (модифицированный)



## Результаты программы

- ✓ Психолого-педагогическая программа «Я в мире животных» реализуется в Центре «Гармония» с 2016 года.
- ✓ В программе приняли участие более 1000 детей, это обучающиеся 1 классов МОУ СОШ № 7 г. Углича.
- ✓ Результаты диагностики показали, что у детей после занятий снижался уровень тревожности, улучшалось настроение, самочувствие и активность.
- ✓ Дети приобрели умение управлять своими эмоциями и телом.
- ✓ Программа «Я в мире животных» оказывает положительное воздействие на психофизическое и эмоциональное состояние детей.
- ✓ Проведены :
  - мастер-классы для педагогов психологов «Телесно-ориентированные подходы в сопровождении младших школьников в рамках программы «Я в мире животных»
  - цикл бесед для родителей детей, занимающихся по программе, по теме «Как научить ребенка расслабляться» (ежегодно)
  - открытые занятия для родителей