

**ПРОГРАММА**  
**по развитию эмоциональной и когнитивной сферы у младшего**  
**школьника**

Развивающая направленность

2024-2025 учебный год

## **Пояснительная записка**

### **Направленность программы: развивающая.**

#### **Актуальность**

Внимание, память, мышление и воображение – основные составляющие когнитивной сферы, участвуют в учебной и другой интеллектуальной деятельности. Именно поэтому высокий уровень развития названных процессов, как правило, определяет успешность любой интеллектуальной деятельности. В связи с этим чрезвычайно важно развивать когнитивную сферу школьников. Особенно это важно для детей младшего школьного возраста, так как в ситуации начала школьного обучения, увеличения нагрузки на все познавательные процессы, часто отмечается некорректное развитие или недоразвитие тех или иных аспектов когнитивной сферы (внимания, речи, мышления, памяти), что приводит к снижению успеваемости, повышению тревожности ребенка, дезадаптации.

Помимо этого, в ситуации начала школьного обучения важным аспектом является адекватное эмоциональное развитие младшего школьника. Изменившаяся социальная среда влечет за собой сдвиги в эмоциональном восприятии, реагировании ребенка: он может стать более тревожным, агрессивным, конфликтным. Вместе с тем, стабильность в эмоциональной сфере человека, превалирование положительных эмоций тесно связано как с психическим, так и с физическим здоровьем. Однако сегодня многие дети (до 40%) страдают от различных аспектов эмоционального неблагополучия (агрессивности, тревожности и т.д.), которые мешают им благополучно интегрироваться в общество. Причем особенно остро эмоциональное неблагополучие проявляется в младшем школьном возрасте. В силу этого, развитие эмоциональной сферы младших школьников обретает выраженную социальную актуальность.

**Цель программы:** развитие когнитивной и эмоциональной сферы младших школьников.

Поставленная цель достигается за счёт последовательного решения следующих **задач**:

1. Развитие когнитивных процессов: внимания, памяти, мышления, воображения.
2. Развивать у младших школьников средства невербального выражения эмоций: мимики и пантомимики;
3. Развивать у младших школьников способность к пониманию эмоциональных состояний других людей;
4. Развивать у младших школьников социальные эмоции как составляющие высших чувств.

Программа включила в себя следующие **направления** работы психолога:

1. Работа с младшим школьником по развитию когнитивной сферы.
2. Работа с младшим школьником по развитию эмоциональной сферы.

**Сроки реализации:**

Программа рассчитана на один учебный год.

**Формы и режимы занятий:**

Занятия проводятся в форме комплексных занятий, содержащих разные формы и методы работы со школьником (дидактические игры, упражнения, элементы тренинга).

Занятия проводятся 1 раз в неделю индивидуально в течение 30 минут.

**Учебно-тематический план программы по развитию когнитивной и эмоциональной сферы младших школьников**

(32 часа)

**Тематический план работы**

Наименование раздела	Вид и тема занятий	Цель	Часы
Диагностика (4 часа)	Исследование эмоциональной сферы школьников: Методика С.А.Сафроновой «Изучение выразительности эмоций», Методика Г.А.Урунтаевой «Изучение понимания эмоциональных состояний людей», Рисуночный тест (по материалам Розенцвейга).	Цель: выявление уровня развития выразительности эмоций, умения понимать эмоциональные состояния других людей; выявление сформированности умения адекватно в социально приемлемых формах выразить свои эмоции.	2
	Исследование когнитивных процессов: эксперимент Лачинса (адаптированный вариант); корректирующая проба Б.Бурдона; «Диагностика памяти» (Л.Ф.Тихомирова); Методика «Нарисуй что-нибудь» (О.М.Дьяченко).	Цель: выявление уровня развития мышления, внимания, памяти, воображения младшего школьника.	2
Развитие когнитивной сферы младшего школьника (18 часов)	Комплексное занятие 1-2. Упражнения: «Найди отличия», «Путаница», «Запомни и назови», «Имена», игры с дидактическим материалом.	Цель: развитие зрительного внимания школьника.	2
	Комплексное занятие 3-4. Упражнения: «Посчиталка», «Группы слов», «Найди лишнее», «послушай и вспомни», игры с дидактическим материалом.	Цель: развитие слухового внимания.	2
	Комплексное занятие 5-6.	Цель: развитие	2

	Упражнения: «Селектор», «Ошибающийся учитель», «Круги внимания», «Муха», «Перепутанные линии», игры с дидактическим материалом.	концентрации, переключаемости внимания.	
	Комплексное занятие 7-8. Упражнения: «Сосчитай предметы», «Запомни за секунду», «Потерянное слово», игры с дидактическим материалом.	Цель: развитие кратковременной памяти школьника.	2
	Комплексное занятие 9. Упражнения: «Слова и рисунки», «Наклоняющийся стол».	Цель: развитие долговременной памяти.	1
	Комплексное занятие 10-11. Упражнения с дидактическим материалом, матрицами Равена.	Цель: развитие абстрактного мышления.	2
	Комплексное занятие 12-14. Упражнения: «Составление предложений», «Свойства», «Исключение лишнего», «Поиск похожего», «Смысловые связи», «Способы применения предмета», «Противоречия», игры с дидактическим материалом.	Цель: развитие логического мышления.	3
	Комплексное занятие 15. Упражнения: «Картина кружками», «Дострой город».	Цель: развитие образного мышления.	1

	<p>Комплексное занятие 16-18.</p> <p>Упражнения:  «Незаконченные фигуры»,  «Изучение географической карты», «Волшебные кляксы», «Волшебный лес», «Завершение рассказа», «Фантастическое животное», «Природное явление», игры с дидактическим материалом.</p>	<p>Цель: развитие воображения.</p>	3
Работа с пед. коллективом ОУ (10 часов)	<p>Комплексное занятие 1.</p> <p>Упражнения: «Воздушные шары желаний»; «Вверх по радуге».</p>	<p>Цель: формирование позитивного настроения на занятия; снятие психоэмоционального напряжения.</p>	1
	<p>Комплексное занятие 2.</p> <p>Упражнения: «Карлики и великаны», «Волшебная рука».</p>	<p>Цель: обучение элементам техники выражения мимики и пантомимики.</p>	1
	<p>Комплексное занятие 3.</p> <p>Упражнения: «Ассоциации», «Говори без слов».</p>	<p>Цель: обучение элементам техники выражения мимики и пантомимики.</p>	1
	<p>Комплексное занятие 4.</p> <p>Упражнения: «Вагончик», «Зеркальная комната».</p>	<p>Цель: обучение элементам техники выражения мимики и пантомимики.</p>	1
	<p>Комплексное занятие 5.</p> <p>Упражнения: «Запретное движение», «Добрый-злой, веселый-грустный» и «Ожившие картинки».</p>	<p>Цель: развитие способности понимать эмоциональное состояние других людей.</p>	1
	<p>Комплексное занятие 6.</p> <p>Упражнения: «Тише, мыши – кот на крыше», «Пираты, акулы и золото».</p>	<p>Цель: развитие способности понимать эмоциональное состояние других людей.</p>	1
	<p>Комплексное занятие 7.</p> <p>Упражнения: «Обезьянка», «Новая кукла».</p>	<p>Цель: развитие способности понимать эмоциональное состояние других людей.</p>	1
	<p>Комплексное занятие 8.</p>	<p>Цель: развитие высших</p>	1

	Упражнения: «Зайчата и волк», прослушивание и беседа по сказке «Морозко».	чувств школьника.	
	Комплексное занятие 9. Упражнения: «Что делают дети», «Картина», обсуждение результатов упражнения.	Цель: развитие высших чувств школьника.	1
	Комплексное занятие 10. Упражнения: «Пожелания», «Мои любимые воспоминания», «Хвасталки».	Цель: создание условий для адекватного восприятия эмоциональных ситуаций.	1

**Ожидаемые результаты:**

**К концу года школьник должен уметь:**

- распознавать собственные и чужие эмоции;
- в социально-приемлемых формах выражать собственные эмоции;
- контролировать собственные эмоции;
- работать с собственными негативными эмоциями, уметь их преодолевать.

**К концу года у школьника должна отмечаться положительная динамика:**

- в развитии абстрактного, образного, логического мышления;
- в развитии слуховой, зрительной, кратковременной и долговременной памяти;
- в развитии произвольного внимания;
- в развитии воображения.