**Поурочное планирование:**

**1. Вводное занятие «Знакомство».** Содержание программы, правила её реализации. Ожидаемые результаты по окончании обучения.

Способы знакомства. Проведение игр на знакомство детей друг с другом: упражнения на работу с именем «Ласковое имя», «Рисуем имя», «Взрослое имя». Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных средств, используемых в мультфильмах: например, как меняется песенка цыпленка по мере его знакомства с окружающим его миром.

**2. «Знакомство с миром чувств. Карта страны чувств»**

Базовые эмоции: радость, гнев, обида, страх, грусть, зависть, интерес.

Методика «Волшебная страна чувств»[7]. Просмотр и обсуждение мультфильма. Игра «Отгадай чувство». Анализ художественных образов и музыкального сопровождения каждого образа.

**3.** **«Чувство меры»** Потеря меры - потеря эмоционального здоровья. Польза и вред чувств.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов мультфильмов, их сравнение. Рисунок «Чувство без меры». Игры: «Хочукалки», «Тыкалки», «А-а-ах». Рисунок чувств в двух ситуациях: позитивной и негативной.

**4. «Чувство радости»** Знакомство с чувством радости. Позитивные и негативные примеры чувства радости. Мера и радость. Относительность чувства: то, что является радостью для одного человека, может вызвать какие- либо другие чувства у другого.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Игры: «Закончи предложение», «Невидимый подарок», обсуждение своих чувств во время игры. Рассказ об относительности радости и его обсуждение. Рисунки «Радость для меня», «Радость для моего друга». Выставка рисунков.

**5. «Грусть»** Знакомство с чувством грусти. Позитивные и негативные примеры чувства грусти. Мера и грусть. Относительность чувства.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Игры: «Закончи предложение», «Ассоциации» (образ какого животного, растения, явления природы напоминает грусть, как она движется, какие звуки, запахи ее напоминают, какие слова она говорит), обсуждение своих чувств во время игры. Рассказ об относительности грусти и его обсуждение. Рисунки «Мне грустно», «Моя мама грустит». Выставка рисунков. Обсуждение «Как изменить неприятные чувства».

**6. «Интерес»** Позитивные и негативные примеры интереса (любознательности). Отличие любознательности от любопытства: мера и интерес.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Игры: «Закончи предложение», «Ассоциации» (образ какого животного, растения, явления природы напоминает интерес, как он движется, какие звуки, запахи напоминает), «Загадочные узоры». Обсуждение своих чувств во время игры. Рисунок слайдов «Мне интересно…».

**7. «Злость»** Позитивные и негативные примеры злости. Мера и злость. Относительность чувства. Как изменить неприятное чувство.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Игры: «Закончи предложение», «Ассоциации» (образ какого животного, растения, явления природы напоминает злость, как она движется, какие звуки, запахи напоминает). Обсуждение своих чувств во время игры. Рисунок слайдов «Танец злости». Обыгрывание ситуаций, в которых человек испытывает чувство злости. Обсуждение как изменить неприятное чувство. Создание видеофильма «Как изменить неприятное чувство». Обсуждение итогов занятия.

**8. «Страх»** Позитивные и негативные примеры страха. Мера и страх. Относительность чувства. Как изменить неприятное чувство.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Рассказ об относительности страха. Сочинение сказки об относительности страха (Каждый ребенок сочиняет сказку о том, как страх может стать конструктивным, заставить действовать). Игры: «Закончи предложение», «Ассоциации» (образ какого животного, растения, явления природы напоминает страх, как он движется, какие звуки, запахи напоминает, каков он на ощупь). Обсуждение своих чувств во время игры. Рисунок слайдов «В паутине страха». Игра «Чей страх»: показ слайдов на компьютере, не называя автора, задача детей угадать, кто автор показанного слайд - шоу. Рисунки «Страх» и «Страх в парикмахерской». Обсуждение итогов занятия.

**9. «Зависть»** Позитивные и негативные примеры зависти. Мера и зависть. Относительность чувства. Как изменить неприятное чувство.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Игры: «Закончи предложение», «Ассоциации» (образ какого животного, растения, явления природы напоминает зависть, как она движется, какие звуки, запахи напоминает, какова она на ощупь). Обсуждение своих чувств во время игры. Рисунок «Зависть». Сочинение сказки «Зависть без границ». Обсуждение итогов занятия.

**10. «Обида»** Позитивные и негативные примеры обиды. Мера и обида. Относительность чувства. Как изменить неприятное чувство. Конструктивное поведение в ситуации обиды.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Игры: «Закончи предложение», «Ассоциации» (образ какого животного, растения, явления природы напоминает обида, как она движется, какие звуки, запахи напоминает, какова она на ощупь). Обсуждение своих чувств во время игры. Рисунок слайдов «Как я справляюсь с обидой». Игра «Чья обида»: показ слайдов на компьютере, не называя автора, задача детей угадать, кто автор показанного слайд - шоу.

Сказка об обиженных лисятах, сказка о еноте Теме [6]. Моделирование ситуации обиды, разыгрывание конструктивных способов выхода из ситуации обиды, создание видеофильма «Как справиться с обидой». Обсуждение итогов занятия.

**11. «Гнев и капризы»** Знакомство с чувством гнева. Конструктивные способы выражения гнева. Последствия подавления гнева. Отличие его от капризов. К чему приводит каприз.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Игра: «Ассоциации» (образ какого животного, растения, явления природы напоминает гнев, как он движется, какие звуки, запахи напоминает, каков он на ощупь). Обсуждение своих чувств во время игры. Моделирование ситуации гнева, разыгрывание конструктивных способов выхода из этой ситуации, упражнения на отработку приобретенных навыков, создание видеофильма с последующим просмотром и обсуждением***.*** Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Обсуждение итогов занятия.

**12. «Я имею право»** Права детей. Права одного человека заканчиваются там, где начинаются права другого. Право на чувства. Как можно отстаивать свои права.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Моделирование ситуаций, в которых депривируется право на уважение ребенка со стороны сверстников, родителей, учителей. Обсуждение того, что дети имеют право делать в этих случаях. Упражнения на отработку приобретенных навыков. Сочинение сказки о наказании. Обсуждение: какое наказание, не унижает ребенка. Обсуждение как и к кому следует обращаться за помощью в ситуации нарушения прав. Подведение итогов занятия.

**13. «Лень»** Вместе с правами приходят обязанности. Что такое лень. Чем она похожа на скуку, и чем отличается. Как перестать лениться

***Практическое занятие.***  Игры: «Закончи предложение», «Ассоциации» (образ какого животного, растения, явления природы напоминает лень, как она движется, какие звуки, запахи напоминает). Обсуждение своих чувств во время игры. Рисунок слайдов «Расписание уроков лени». Просмотр и обсуждение мультфильмов. Анализ художественных образов. Обсуждение домашнего задания: Как я справился со своей ленью. Подведение итогов занятия.

**14. «Правила и обязанности»** Зачем нужны правила, как они возникают. Правила вежливости, школьные правила, правила дорожного движения, правила русского языка - обеспечивают безопасность, понимание между людьми, защищают от бесправия (нарушения прав людей).

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Моделирование ситуаций, в которых нарушаются правила. Обсуждение того, что дети имеют право делать в этих случаях. Упражнения на отработку приобретенных навыков. Обсуждение: какую пользу приносит соблюдение правил самому человеку (тому, который их соблюдает), какие чувства возникают у человека, нарушившего правила. Создание слайдов «Если нарушены правила…». Подведение итогов занятия.

**15. «Я и другие»** Отношение к другим людям. Как строить отношения с людьми, непохожими на меня. Ценность другого человека, его истории и опыта, возможности учиться и приобретать опыт других людей.

Просмотр и обсуждение мультфильмов. Чтение отрывка из сказки "Дюймовочка» «У майских жуков". Обсуждение. Игра «Я особенный». Создание слайдов «Встреча непохожих». Подведение итогов занятия

**16. «Управление желаниями»** Что такое желание. Полезные и бесполезные желания. Эмоциональная польза и вред. Желания и чувство меры.

Просмотр и обсуждение мультфильмов.«Сказка об Иване – дураке" [6]. Обсуждение. Методика «Волшебная страна чувств» Т.Зинкевич - Евстигнеева, Д. Фролов (повторная диагностика) [7]. Итоговая выставка рисунков, просмотр наиболее интересных слайд - шоу. Подведение итогов работы.