

## **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Академия эмоций"**

Программа направлена на развитие эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста.

Особенность программы «Академия эмоций» заключается в том, чтобы помочь ребенку понять свое эмоциональное состояние и научиться управлять собой. Благодаря развитию эмоциональной сферы, дети расширяют круг осознаваемых чувств, они начинают глубже понимать себя и окружающих людей, им становится легче наладить дружеские отношения внутри коллектива сверстников.

Цель программы - сформировать у детей умение понимать и адекватно выражать свои эмоциональные переживания, развить способность понимать эмоциональное состояние и переживания другого человека, развить навыки совместной деятельности, умения сотрудничать со сверстниками, согласовывать собственное поведение с поведением других людей. Научить детей снимать психоэмоциональное напряжение, состояние агрессивности, тревожности.

В результате освоения программы у детей формируется эмоционально-чувственное восприятие. Дети научатся признавать собственные ошибки, проявлять сочувствие к своим сверстникам, взрослым и живому миру. У них разовьется умение контролировать свои эмоции, агрессивное поведение.