**Аннотация к рабочей программе по курсу «Дружить с эмоциями»**

Рабочая программа составлена к дополнительной общеразвивающей программе по коррекции негативных психоэмоциональных состояний детей младшего школьного возраста «Хочу быть позитивным!»

***Название программы:*** Хочу быть позитивным!

***Направленность:*** социально-гуманитарная

***Возраст обучающихся:*** 7-10 лет

***Срок реализации программы:*** 2 месяца

***Объем программы:*** 9 часов

***Форма обучения:*** очная

***Автор-составитель:*** Лаврищева Екатерина Геннадьевна – педагог-психолог

***Основная цель программы:*** развитие представлений младших школьников об эмоциональных состояниях, формирование адекватного способа выражения своих эмоций и чувств.

Достижение цели осуществляется в образовательном процессе путем решения ***задач:***

*Обучающие:*

- расширить знания ребенка о мире эмоциональных состояний;

- стимулировать детей к отождествлению своих эмоций и других людей;

- содействовать овладению приемами снятия напряжения.

*Развивающие:*

- способствовать развитию навыков адекватного способа выражения своих эмоций через мимику, жесты, интонации;

- способствовать снижению уровня тревожности.

*Воспитательные:*

*-* воспитывать уважительное отношения к эмоциям и чувствам других;

- формировать доброжелательность и чувство эмпатии.

Данная образовательная программа включает в себя теоретические и практические знания из области психологии и педагогики.

***По завершению программы у ребенка:***

- расширятся знания и представления о мире эмоциональных состояний;

- научится отождествлять свои эмоции и других людей;

- снизится мышечное и эмоциональное напряжение;

- сформируются навыки адекватного способа выражения своих эмоций и чувств через мимику, жесты, интонации;

- уменьшится уровень тревожности;

- сформируются доброжелательность и чувство эмпатии.