



**СЕМЕЙНЫЙ
ДОКТОР**

СЕТЬ ПОЛИКЛИНИК
ГОСПИТАЛЬНЫЙ ЦЕНТР

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор

Ю.В. Графова

«21» августа 2025 г.

Сеть поликлиник
Госпитальный центр

**Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа
«Эмоциональный интеллект»**

Направленность: социально-гуманитарная

Адресат программы: взрослые от 18 лет

Объем программы (трудоемкость): 20 академических часов

Срок реализации программы: 10 учебных недель

Форма обучения: очная

№ П-017-2025

Контур Кристо

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"
Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Цель и задачи программы	4
3. Планируемые результаты обучения	5
4. Учебный план	6
5. Календарный учебный график	6
6. Рабочие программы.....	7
7. Оценочные и методические материалы.....	14
8. Оценочные материалы.....	16
9. Рабочая программа воспитания.....	18
10. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	19
11. Материально-технические условия реализации программы.....	22
12. Информационные и учебно-методические условия.....	23

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"
Графова Юлия Вячеславовна

серийный номер

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066

срок действия

29.01.2025 - 29.04.2026

1. Пояснительная записка

1.1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Эмоциональный интеллект» (далее – программа) разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами Российской Федерации:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 27.07.2006 г. № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) – Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы))».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

1.2. Направленность программы: социально-гуманитарная.

1.3. Уровень освоения – стартовый (ознакомительный).

1.4. Актуальность программы состоит в том, что в современном обществе развитие эмоциональной сферы и тесно связанной с ней – волевой, не только определяет успех в жизни, но и способствует саморазвитию личности. В процессе развития человека меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими. Способность сознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Общение с окружающими, межличностное взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны понимать эмоциональное состояние другого, а также управлять своими эмоциями. Понимание своих эмоций и чувств, сформированные регулятивные навыки являются важным конструктом в формировании самосознания, становлении личности современного человека.

Эмоциональный интеллект — это навык понимания своих чувств и эмоций, способность человека осознавать эмоции и, соответственно управлять ими таким образом, чтобы способствовать своему эмоциональному и интеллектуальному росту. Цель развития эмоционального интеллекта

состоит в том, чтобы правильно принять и контролировать свои эмоции.

Контур Крипто

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Данная программа позволяет обучающимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет современное общество, развивать имеющиеся навыки и приобрести новые, подготовиться к общению с самыми разнообразными людьми.

1.5. Адресат программы – лица, достигшие 18 лет без предъявления требований к уровню образования.

1.6. Объем программы: 20 учебных часов.

1.7. Срок реализации программы: 10 учебных недель.

1.8. Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа.

1.9. Форма обучения: очная.

Особенности набора: программа предусматривает свободный набор лиц, достигших 18 лет. Уровень подготовки не требуется, так как программа рассчитана на стартовый (ознакомительный) уровень.

Данная программа для широкого круга слушателей, стремящихся к осознанному поведению.

Новизна данной программы заключается в том, что в ней собрана максимальная сжатая и конкретная информация в области эмоционального интеллекта и представлена в форме доступной для освоения любыми категориями обучающихся.

Отличительными особенностями данной программы являются:

- определение видов организации деятельности обучающихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов;
- в основу реализации программы положен учет возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
- достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки педагогом и обучающимися.

Ведущая идея, на которой базируется программа: каждый обучающийся есть неповторимая индивидуальность, обладающая свойственными только ей психическими, физическими и прочими особенностями. Необходимо всестороннее изучение этих особенностей и творческий, комплексный подход к формам и методам их развития.

2. Цель и задачи программы

Цель программы – развитие познавательных способностей обучающихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области понимания и управления эмоциями.

Контент-задачи программы:

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 09.10.2025 09:28

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"
Графова Юлия Вячеславовна

серийный номер

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066

срок действия

29.01.2025 - 29.04.2026

Обучающие задачи:

- формирование знаний об эмоциях и эмоциональном интеллекте;
- формирование навыков определять, правильно называть, интерпретировать и реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей;
- формирование навыков управления эмоциями, действиям без манипуляции;
- формирование знаний и навыков в области инструментов для работы с собственными эмоциями и эмоциями других людей;
- формирование знаний об эмоциональном интеллекте для построения собственной эмоциональной компетенции в семье, с детьми, на работе;
- формирование навыков соразмерять свое поведение с чувствами и интересами другого человека;

Развивающие задачи:

- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности оценивать и принимать решения;
- развитие навыков использования полученных знаний и умений в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие способности осознавать и понимать свои эмоции;
- развитие эмпатии и умения распознавать чувства другого человека;
- развитие социально-коммуникативных навыков;
- развитие навыков саморегуляции и контроля эмоционального состояния;

Воспитательные задачи:

- формирование объективности, самодисциплины и организованности;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- развитие эмпатии и сопереживания.

3. Планируемые результаты обучения

Предметные результаты:

- знания об эмоциях и эмоциональном интеллекте;
- навыки определять, правильно называть, интерпретировать и реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей;
- навыки управления эмоциями и действий;

- знания и навыки в области инструментов для работы с собственными эмоциями и эмоциями других людей;

Метапредметные результаты:

- развитие навыков использования полученных знаний и умений в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности оценивать и принимать решения;
- развитие эмпатии и умения распознавать чувства другого человека;
- развитие социально-коммуникативных навыков;
- развитие навыков саморегуляции и контроля эмоционального состояния;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, формирование объективности, самодисциплины и организованности;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- развитие эмпатии и сопереживания.

4. Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Модуль 1. Эмоциональный интеллект	18	18		Педагогический контроль
2	Итоговая аттестация	2		2	Тестирование
3	Итого	20	18	2	

5. Календарный учебный график

Календарный учебный график является примерным и утверждается отдельно для каждой учебной группы.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа. Для всех видов занятий

академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Контур Крипто

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
По мере набора обучающихся	-	10	20	1 раз в неделю по 2 ак. часа ¹

6. Рабочие программы

6.1. Рабочая программа

Модуль 1. Эмоциональный интеллект

Цель программы – развитие познавательных способностей обучающихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области понимания и управления эмоциями.

Задачи:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об эмоциях и эмоциональном интеллекте;
- формирование навыков определять, правильно называть, интерпретировать и реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей;
- формирование навыков управления эмоциями, действиям без манипуляции;
- формирование знаний и навыков в области инструментов для работы с собственными эмоциями и эмоциями других людей;
- формирование знаний об эмоциональном интеллекте для построения собственной эмоциональной компетенции в семье, с детьми, на работе;
- формирование навыков соразмерять свое поведение с чувствами и интересами другого человека;

Развивающие задачи:

- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности оценивать и принимать решения;

Контур Кripto

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"
Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

- развитие навыков использования полученных знаний и умений в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие способности осознавать и понимать свои эмоции;
- развитие эмпатии и умения распознавать чувства другого человека;
- развитие социально-коммуникативных навыков;
- развитие навыков саморегуляции и контроля эмоционального состояния;

Воспитательные задачи:

- формирование объективности, самодисциплины и организованности;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- развитие эмпатии и сопереживания.

Планируемые результаты обучения:

Предметные результаты:

- знания об эмоциях и эмоциональном интеллекте;
- навыки определять, правильно называть, интерпретировать и реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей;
- навыки управления эмоциями и действий;
- знания и навыки в области инструментов для работы с собственными эмоциями и эмоциями других людей;
- навыки соразмерять свое поведение с чувствами и интересами другого человека;

Метапредметные результаты:

- развитие навыков использования полученных знаний и умений в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности оценивать и принимать решения;
- развитие эмпатии и умения распознавать чувства другого человека;
- развитие социально-коммуникативных навыков;
- развитие навыков саморегуляции и контроля эмоционального состояния;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, формирование объективности, самодисциплины и организованности;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- развитие эмпатии и сопереживания.

Контур Кристо

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Грифома Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированным
электронной подписью 09.10.2025 09:28

идентификационный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Учебный план

Модуля 1. Эмоциональный интеллект

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего, час.	Количество часов		Форма аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1	Тема 1.1. Эмоциональный интеллект.	3	3		Педагогический контроль
2	Тема 1.2. Эмоциональный интеллект. Дети и эмоции.	3	3		Педагогический контроль
3	Тема 1.3. Эмоциональный интеллект. Депрессия	3	3		Педагогический контроль
4	Тема 1.4. Эмоциональный интеллект. Страх	3	3		Педагогический контроль
5	Тема 1.5. Эмоциональный интеллект. Гнев	2	2		Педагогический контроль
6	Тема 1.6. Эмоциональный интеллект. Печаль	2	2		Педагогический контроль
7	Тема 1.7. Эмоциональный интеллект. Радость	2	2		Педагогический контроль
8	Итого часов	18	18		

Календарный учебный график

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
По мере набора обучающихся	-	9	18	1 раз в неделю по 2 ак. часа ²

Содержание обучения

Тема 1.1. Эмоциональный интеллект

Теория (3 ч.). С чего начинаются эмоции? Типы эмоционально-незрелых людей. Основные

задачи эмоционального интеллекта. Виды эмоций.

Виды эмоций. "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"
Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер 1a214b8fd9d8012a4c74a852623e81fe706c066
срок действия 29.01.2025 - 29.04.2026

Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Тема 1.2. Эмоциональный интеллект. Дети и эмоции

Теория (3 ч.). Причины проблем с эмоциями. Иллюзии и установки. Жалобы и критика.

Тема 1.3. Эмоциональный интеллект. Депрессия

Теория (3 ч.). Что такое депрессия? Мифы и предубеждения о депрессии. Депрессия и ее проявление. Почему случается депрессия? Депрессия и наше тело. Рекомендации по профилактике и преодолению депрессии.

Тема 1.4. Эмоциональный интеллект. Страх

Теория (3 ч.). Почему мы все боимся? 5 типов иррациональных убеждений. Работа с установками. Виды страхов.

Тема 1.5. Эмоциональный интеллект. Гнев

Теория (2 ч.). Феномен переноса. Работа с установками. Гнев и ярость. Проявление гнева и детей.

Тема 1.6. Эмоциональный интеллект. Печаль

Теория (2 ч.). Что такое печаль? Работа с установками. Телесные ощущения. Грусть или печаль? Эмоции любят творчество.

Тема 1.7. Эмоциональный интеллект. Радость

Теория (2 ч.). Что такое радость? Радость и внутренний ребенок. Работа с установками. Телесные ощущения.

Организационно-педагогические условия реализации

Модуля 1. Эмоциональный интеллект

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для обучающегося.

Контур Кристо

Основные формы и методы

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"
Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

Форма занятий: групповая

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Основные формы проведения занятий:

- теоретические и практические занятия.

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

Методы обучения. Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, энциклопедии и др. информационные материалы.

В процессе обучения по данной программе используются следующие методы:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) практические задания, самостоятельная работа;
- 3) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым обучающимся. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучаемого. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа с индивидуальным форматом обучения.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности обучающегося:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности обучающегося – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей обучающегося, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы; индивидуальные задания; формулировка обучающимся открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым обучающимся; предложение обучающемуся составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

Контур КРИПТО

2) Технология сотрудничества

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"
Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и обучающийся вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогают обучающемуся чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя списки литературы, необходимые для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (по направлению, соответствующему направлению программы, реализуемой организацией, осуществляющей образовательную деятельность) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональных стандартах.

Материально-технические условия реализации

Модуль 1. Эмоциональный интеллект

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение предусмотренных программой теоретических и практических занятий и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Помещения для занятий достаточно просторны и освещены согласно нормам СанПин. Мебель соответствует нормам.

Материально-техническая база образовательной организации включает в себя: учебные

Контур Кристо

помещения для групповых и индивидуальных занятий со специальным учебным оборудованием и

мебелью.

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

владелец

серийный номер
срок действия

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Графова Юлия Вячеславовна

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Необходимый для реализации программы перечень материально-технического обеспечения включает в себя:

- Удобное, комфортное учебное помещение для проведения теоретических и практических занятий;
- Стеллажи для хранения учебной литературы и оборудования;

Перечень учебного оборудования для занятий:

- Парты – 15 шт.
- Стулья – 30 шт.
- Стол преподавателя – 1 шт.
- Стул преподавателя – 1 шт.
- Ноутбук – 1 шт.
- Экран – 1 шт.
- Проектор – 1 шт.
- Демонстрационные материалы – в необходимом количестве.
- Стеллаж для методических материалов – 4 шт.
- Учебно-методическая литература и учебные пособия по теме преподаваемого предмета – в необходимом количестве

Реализация программы обеспечена учебно-методической документацией, учебными и учебно-методическими изданиями, справочниками и т.д., формируемыми в соответствии с темами учебного плана.

Информационные и учебно-методические условия

Модуль 1. Эмоциональный интеллект

Основная литература:

1. Дэниел Гоулман. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. - Манн, Иванов и Фербер, 2021.
2. Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки. «Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта» - ООО «Альпина Паблишер», 2012.
3. Эмоциональный интеллект 2.0 / Д. Гривз — «Манн, Иванов и Фербер» 2009
4. М. Сикора, Р. Тэллон. «Осознанность в действии. Эннеаграмма, коучинг и развитие эмоционального интеллекта» - Ориентация; Москва; 2015

5. С. Шабанов, А. Алешина. «Эмоциональный интеллект. Российская практика» - ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2013

Контур Кристо

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066

срок действия

29.01.2025 - 29.04.2026

Интернет-ресурсы:

1. Лаборатория эмоционального интеллекта EI Lab. – Режим доступа: https://eilab.ru/?SHOWALL_2=1

7. Оценочные и методические материалы

Формы аттестации и контроля

Оценка качества освоения программы производится в отношении соответствия результатов освоения программы заявленным целям и планируемым результатам обучения.

В процессе реализации программы используется текущий контроль и итоговая аттестация.

Текущий контроль включает в себя наблюдение преподавателя за работой обучающихся.

Оценка качества освоения учебной программы проводится в процессе итоговой аттестации в форме зачета посредством тестирования.

Для аттестации слушателей на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы созданы фонды оценочных средств, включающие тестирование, типовые задания, методы контроля, позволяющие оценить знания и умения.

По результатам итоговой аттестации, выставляется итоговая оценки по двухбалльной системе («зачтено», «не зачтено»).

Критерии оценки:

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	Оценка «Зачтено» выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал курса, грамотно и по существу использует его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопросы, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов. Не менее 80% правильных ответов при решении итогового теста.
Не зачтено	Оценка «Не зачтено» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические вопросы или не справляется с ними самостоятельно. Менее 80% правильных ответов при решении итогового теста.

Основные принципы системы оценки:

Контур Кристо

- доброжелательное отношение к слушателю

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

(инф.об.) Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

- конкретный анализ трудностей, которые испытал слушатель при выполнении практических заданий, а также допущенных им ошибок;
- конкретные указания на то, как можно улучшить достигнутый результат во время следующей попытки.

Подобный подход к контролю и оценке умений слушателей ориентирован на успехи, а не на неудачи, на их поощрение, поддержку.

Критерии оценки уровня сформированности умений и навыков

Уровень	Критерий
Высокий	Самостоятельная деятельность слушателя; при выполнении той или иной деятельности слушатель не испытывает особых затруднений;
Средний	При выполнении той или иной деятельности слушатель испытывает минимальные затруднения, прибегает к помощи преподавателя, стремится исправить указанные ошибки, самостоятельно выполняет задания
Низкий	Слушатель испытывает серьезные затруднения при выполнении той или иной деятельности, нуждается в постоянной помощи и контроле преподавателя; овладел менее чем 1/3 навыками, умениями

8. Оценочные материалы

Итоговая аттестация.

Примерные вопросы теста для итоговой аттестации:

1. Сильное эмоциональное состояние взрывного характера, влияющее на всю личность, характеризующееся бурным протеканием, изменением сознания и нарушением волевого контроля – это ...

Варианты ответа:

- а) стресс
- б) фрустрация
- в) страсть
- г) аффект

Контур-Крипто

2. Устойчивой склонностью человека воспринимать угрозу своему «Я» в разных ситуациях

характеризуется такое его эмоциональное состояние, как ...

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

ИНН 44/021/9034660000

ИД 344621F9d8012a4c74a852623e81fe706c066

Документ подписан электронной подписью 09.10.2025 09:28

срок действия

29.01.2025 - 29.04.2026

Варианты ответа:

- а) тревога
- б) гнев
- в) настроение
- г) стресс

3. Процесс передачи эмоционального состояния между индивидами без решающего смыслового влияния, называется ...

Варианты ответа:

- а) внушением
- б) подражанием
- в) заражением
- г) идентификацией

4. Более или менее длительное эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение человека называется

Варианты ответа:

- а) аффектом
- б) собственной эмоцией
- в) настроением
- г) чувством

5. Переживание собственной неспособности оказаться на высоте тех требований, которые человек предъявляет к самому себе, переживание неудовлетворенности собой – это...

Варианты ответа:

- а) гнев
- б) горе
- в) страх
- г) стыд

6. Сильное, стойкое, длительное чувство, которое захватывает человека и владеет им,

называется ...

Контур Крипто

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"
Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

Варианты ответа:

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

- а) аффектом
- б) страстью
- в) чувством
- г) настроением

7. В том, что стойкие переживания направляют наше поведение, поддерживают его, заставляют преодолевать встречающиеся на пути преграды, выражается ... функция чувств.

Варианты ответа:

- а) экспрессивная
- б) интерферирующая
- в) регуляторная
- г) сигнальная

8. Эмоциональные процессы и состояния в жизни организма выполняют функцию (и):

Варианты ответа:

- а) приспособительную, мобилизационную и интегративную
- б) только приспособительную и интегративную
- в) только мобилизационную
- г) только приспособительную

9. постижение эмоциональных состояний другого человека в форме сопереживания и сочувствия называется ...

Варианты ответа:

- а) симпатией
- б) эмпатией
- в) идентификацией
- г) рефлексией

10. Показателем аффекта является ...

Варианты ответа:

- а) нарушение контроля воли за своими действиями
- б) сохранение контроля воли за своими действиями
- в) незначительное изменение сознания

КонтурКрипто

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Графова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

г) сохранение самообладания

9. Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания предназначена для всех групп обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Эмоциональный интеллект».

Цель: совершенствование важнейших сторон личности обучающегося, таких как саморазвитие на основе мотивации к познанию, развитие самостоятельности, целеустремленности, общей культуры.

Задачи:

- сформировать готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- сформировать целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики;
- воспитать осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;
- воспитать умение воспринимать социальные нормы, правила поведения.

Планируемые результаты реализации программы воспитания:

Содержание программы воспитания дает возможность формировать у обучающихся такие результаты, как:

- формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- воспитание осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;
- освоение социальных норм, правил поведения;

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 09.10.2025 09:28

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Графова Юлия Вячеславовна

серийный номер

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066

срок действия

29.01.2025 - 29.04.2026

Содержание работы с обучающимися

Работа с обучающимися включает:

- формирование умений и навыков самостоятельной деятельности, самоорганизации, ответственности;
- развитие творческого потенциала обучающихся;
- содействие формированию активной позиции.

Календарный план воспитательной работы

Воспитательная работа в рамках реализации программы включает в себя:

- формирование умений и навыков самостоятельной деятельности, самоорганизации, ответственности;
- развитие творческого потенциала слушателей;
- формирование активной позиции.

Воспитательная работа по указанным направлениям осуществляется в ходе проведения занятий в соответствии с календарным планом:

п/п	Направление работы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя
1	Формирование умений и навыков самостоятельной деятельности, самоорганизации, ответственности	+	+	+	+	+					
2	Развитие творческого потенциала слушателей;					+	+	+	+		
3	Формирование активной позиции	+	+	+				+	+	+	+

Контур Кристо

10. Организационно-педагогические условия реализации программы

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 09.10.2025 09:28

владелец

серийный номер

срок действия

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Графова Юлия Вячеславовна

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066

29.01.2025 - 29.04.2026

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для обучающегося.

Основные формы и методы

Форма занятий: групповая

Основные формы проведения занятий:

- теоретические и практические занятия.

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

Методы обучения. Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, энциклопедии и др. информационные материалы.

В процессе обучения по данной программе используются следующие методы:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) практические задания, самостоятельная работа;
- 3) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым обучающимся. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучаемого. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа с индивидуальным форматом обучения.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности обучающегося:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности обучающегося – это

смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Контур.Крипто

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Грифова Юлия Вячеславовна

Документ подписан квалифицированным
электронной подписью 09.10.2025 09:28

серийный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей обучающегося, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы; индивидуальные задания; формулировка обучающимся открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым обучающимся; предложение обучающемуся составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и обучающийся вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогают обучающемуся чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя списки литературы, необходимые для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования.

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (по направлению, соответствующему направлению программы, реализуемой организацией, осуществляющей образовательную деятельность) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

Требования к педагогам дополнительного образования

Контур Крипто

владелец

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"
Графова Юлия Вячеславовна

Документ **Требования к образованию и обучению:**
электронной подписью 09.10.2025 09:28

сериальный номер
срок действия

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

Высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования "Образование и педагогические науки"

или

Высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иных укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования педагогической направленности

или

Успешное прохождение обучающимися промежуточной аттестации не менее чем за два года обучения по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ.

Требования к опыту практической работы: не менее двух лет в должности педагога дополнительного образования, иной должности педагогического работника - для старшего педагога дополнительного образования.

Особые условия допуска к работе:

Отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации;

Прохождение обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров.

11. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение предусмотренных программой теоретических и практических занятий и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Помещения для занятий достаточно просторны и освещены согласно нормам СанПин. Мебель соответствует нормам.

Материально-техническая база образовательной организации включает в себя: учебные помещения для групповых и индивидуальных занятий со специальным учебным оборудованием и мебелью.

Контур.Крипто

Необходимый для реализации программы перечень материально-технического обеспечения

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 09.10.2025 09:28

владелец

серийный номер
срок действия

АО "СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР"

Графова Юлия Вячеславовна

1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066
29.01.2025 - 29.04.2026

- Удобное, комфортное учебное помещение для проведения теоретических и практических занятий;
- Стеллажи для хранения учебной литературы и оборудования;

Перечень учебного оборудования для занятий:

- Парты – 15 шт.
- Стулья – 30 шт.
- Стол преподавателя – 1 шт.
- Стул преподавателя – 1 шт.
- Ноутбук – 1 шт.
- Экран – 1 шт.
- Проектор – 1 шт.
- Демонстрационные материалы – в необходимом количестве.
- Стеллаж для методических материалов – 4 шт.
- Учебно-методическая литература и учебные пособия по теме преподаваемого предмета – в необходимом количестве

Реализация программы обеспечена учебно-методической документацией, учебными и учебно-методическими изданиями, справочниками и т.д., формируемыми в соответствии с темами учебного плана.

12. Информационные и учебно-методические условия

Основная литература:

1. Дэниел Гоулман. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. - Манн, Иванов и Фербер, 2021.
2. Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки. «Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта» - ООО «Альпина Паблишер», 2012.
3. Эмоциональный интеллект 2.0 / Д. Гривз — «Манн, Иванов и Фербер» 2009
4. М. Сикора, Р. Тэллон. «Осознанность в действии. Эннеаграмма, коучинг и развитие эмоционального интеллекта» - Ориентация; Москва; 2015
5. С. Шабанов, А. Алешина. «Эмоциональный интеллект. Российская практика» - ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2013

Интернет-ресурсы:

Контур КРИПТО Документ подписан квалифицированной электронной подписью 09.10.2025 09:28	1. Лаборатория эмоционального интеллекта. ЕИ Lab. – Режим доступа: https://eilab.ru/?SHOWALL_2=1 серийный номер срок действия	1a214b8fdf9d8012a4c74a852623e81fe706c066 29.01.2025 - 29.04.2026
--	---	--