

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области
Комитет по образованию администрации города Братска
МБОУ г. Братска "СОШ № 18"

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО учителей
технологии, музыки и
изобразительного искусства

Тукмачева И.М.
Протокол №1
от «30» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР

Кузнецова Т.Н.
Протокол № 1
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
И.о. директора

Солодовник С.А.
Приказ № 300
от «01» сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Социально-эмоциональное развитие»

для обучающихся 1-2 классов

г. Братск 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Социально-эмоциональное развитие младших школьников» позволяет целенаправленно обучать детей внимательному и уважительному отношению к эмоциям, саморегуляции, взаимопониманию, использованию эмоций при выстраивании взаимодействия.

Программа направлена на овладение знаниями и навыками, полезными в решении актуальных социальных и возрастных задач обучающегося. В рамках каждого года обучения программа предполагает изучение одних и тех же разделов, она построена с последовательным усложнением и углублением материала в соответствии с возрастными особенностями детей и уровнем их овладения знаниями.

Целью освоения курса является способствование социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

Задачи курса:

познакомить обучающихся с многообразием эмоций;
развивать умение выражать и распознавать эмоции (радость, злость, грусть, страх, удивление, интерес) у себя и других людей;
расширять эмоциональный словарь обучающихся;
создавать условия для понимания эмоциональной обусловленности поведения и причин возникновения эмоций;
формировать у обучающихся основы саморегуляции и произвольной регуляции поведения;
способствовать развитию эмпатии, пониманию других людей и оказанию им эмоциональной поддержки;
развивать способность к децентрации — умению видеть ситуацию с точки зрения другого человека;
формировать представления о морально-этических нормах и правилах поведения;
познакомить обучающихся с эффективными способами поведения в сложных коммуникативных ситуациях, развивать их коммуникативные навыки;
способствовать созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в классе;
содействовать социальной адаптации младших школьников.

Общее число часов для изучения курса – 67 часов. Первый год обучения по программе включает 33 занятия (час в неделю). Второй год обучения включает 34 занятия (час в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

1 КЛАСС

Психологический климат в классе. Многообразие эмоций. Причины и способы выражения эмоций. Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека. Модальность эмоций. Влияние эмоций на поведение. Выражение эмоций, основы саморегуляции. Согласованность в совместной работе. Эмпатия, сочувствие и сопереживание. Сложные ситуации в общении и способы их разрешения.

2 КЛАСС

Психологический климат в классе. Интерес как ключевой мотиватор учебной деятельности. Интенсивность эмоций и их проявление. Модальность эмоций. Многообразие эмоций и способов их выражения. Идентификация собственных эмоций, осознание их причин. Эмоциональная обусловленность поведения. Конструктивное и деструктивное влияние эмоций на поведение. Выражение эмоций через творчество как метод управления эмоциями. Толерантность и принятие многообразия. Развитие способности к децентрации. Эффективное поведение в сложных коммуникативных ситуациях. Эмпатия и навыки оказания эмоциональной помощи другим. Навыки ненасильственного общения. Навыки совместной работы в группе. Сплочённость класса.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СОЦИАЛЬНО- ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»

Личностные результаты:

1. Гражданско-патриотического воспитания:

- становление ценностного отношения к своей Родине - России;
- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

2. Духовно-нравственного воспитания:

- уважительного отношения к мнению другого человека;
- начальных навыков адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

3. Эстетического воспитания:

- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
- стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

4. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

5. Трудового воспитания:

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

6. Экологического воспитания:

- бережное отношение к природе;
- неприятие действий, приносящих ей вред.

7. Ценности научного познания:

- первоначальные представления о научной картине мира;
- познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

Метапредметные результаты:

- применять начальные формы познавательной и личностной рефлексии;
- использовать речевые средства для решения коммуникативных и познавательных задач;
- слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и право каждого человека иметь своё мнение;
- излагать свою позицию и аргументировать собственную точку зрения и оценку событий;
- определять общую цель и пути её достижения;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- конструктивно разрешать конфликты с помощью сотрудничества, учитывая интересы всех участников.

Предметные результаты:

1. Восприятие и понимание причин:

- Знать мимические признаки не менее пяти основных эмоций (злость, страх, интерес, грусть, радость), определяет эти эмоции по мимическим признакам на изображениях и в процессе общения, знает названия эмоций;
- Верно определять эмоции (злость, страх, интерес, грусть, радость) по позе человека, его жестам и движениям, может сопоставить действия и эмоции;
- Различать эмоции (радость, грусть, злость, страх, интерес) в речи по названию, интонации, громкости, темпу;
- Называть эмоции, которые у него вызывают произведения искусства;
- Верно определять эмоциональное содержание высказываний, понимает и использует в речи слова, связанные с эмоциями и эмоциональными состояниями;
- Правильно выражать эмоции с помощью мимики, жестов, поз, движений;

- Описывать эмоциональное состояние (собственное и другого человека), используя эмоциональный словарь и паравербальные способы (громкость, интонация, темп речи);
 - Выражать эмоции в рисунке, аппликации, через музыку и движение;
 - При обсуждении ситуации (изображения, литературного произведения, личного опыта) распознавать эмоции, делать верные предположения о причинах их возникновения и событиях, предшествующих данной ситуации
2. Эмоциональная регуляция:
- Понимать, что эмоции могут влиять на поведение, делать предположения о том, какое влияние данное эмоциональное состояние может оказать на его поведение в конкретных ситуациях;
 - Определять своё эмоциональное состояние и его интенсивность, описать ситуацию, ставшую причиной проявления эмоции;
 - Знать несколько способов саморегуляции.
3. Социальное взаимодействие:
- Устанавливать взаимодействие с детьми разного пола и возраста и взрослыми — родителями, педагогом;
 - Инициировать и поддержать общение: задавать вопросы с учётом ситуации и особенностей партнёра по общению, реагировать на ответы, отвечать на вопросы;
 - Понимать, что другой человек может иначе воспринимать объект, ситуацию, иметь мнение, желания, мысли и т. п., отличные от его собственных, и учитывает это в поведении;
 - Понимать, что люди могут иметь ошибочное мнение о ситуации и строить своё поведение на основании этого мнения;
 - Проявлять эмпатию, пытаться влиять на эмоциональное состояние другого человека, оказывая эмоциональную поддержку;
 - Распознавать ситуации, в которых человеку нужна помощь, делать предположения о том, какая именно помощь требуется, стремится оказать помощь близким;
 - Обращаться за помощью к знакомому взрослому или сверстнику, сформулировать свою просьбу;
 - Знать о необходимости договорённостей и соблюдения правил в совместной деятельности;
 - Предлагать варианты взаимодействия, уметь договариваться; выполнять совместные задания в группе;
 - Идентифицировать свои эмоции и эмоции другого человека, прогнозировать вероятность возникновения конфликта;
 - Делать предположения о причинах возникновения конфликта и возможных способах его разрешения;
 - Знать простые способы саморегуляции
4. Социальная компетентность:

- Знать формальные правила социального поведения и следовать им (приветствие, прощание, извинение, благодарность и т. д.);
- принимать правила, принятые в семье, школе, и следовать им;
- уважительно относиться к многообразию людей, понимать, что у разных людей могут быть различные интересы, предпочтения, мнения; выстраивать отношения в классе на основании общих норм и ценностей.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс (17ч)

Содержание курса	Форма проведения	Основные виды деятельности	Электронные цифровые образовательные ресурсы
Введение (1 ч.)	Беседа	Знакомство детей в классе, самопрезентация, что такое психологический климат в классе. нормы и правила в группе.	https://teacher.vbudushee.ru/
Восприятие и понимание Причин эмоций (6ч.)	Беседа, игры, работа в группах, в рабочих тетрадях	Знакомство с эмоциями: радость, злость, грусть, страх, интерес. Причины и способы выражения этих эмоций. Уникальность, многообразие и интенсивность эмоций.	https://teacher.vbudushee.ru/
Эмоциональная регуляция (4 ч.)	Беседа, игры, работа в группах, в рабочих тетрадях	Изучение влияния эмоций, способы управления эмоциями, конструктивные методы выражения злости и страха.	https://teacher.vbudushee.ru/
Социальное взаимодействие (6ч)	Беседа, игры, работа в группах, в рабочих тетрадях	Изучение способов конструктивного общения, эмпатия, социальное взаимодействие.	https://teacher.vbudushee.ru/

2 класс (17ч)

Содержание курса	Форма проведения	Основные виды деятельности	Электронные цифровые образовательные ресурсы
Введение (1ч.)	Беседа	Обсуждение эмоций связанных со школой, что такое психологический климат в классе.	https://teacher.vbudushee.ru/

		нормы и правила в группе.	
Восприятие и понимание Причин эмоций (6ч.)	Беседа, игры, работа в группах, в рабочих тетрадях	Изучение многообразия эмоций и способов их выражения.	https://teacher.vbudushee.ru/
Эмоциональная регуляция (5ч.)	Беседа, игры, работа в группах, в рабочих тетрадях	Изучения влияния эмоций на поведение. Основы управления поведением.	https://teacher.vbudushee.ru/
Социальное взаимодействие (5ч.)	Беседа, игры, работа в группах, в рабочих тетрадях	Изучение способов конструктивного общения, эмпатия, социальное взаимодействие.	https://teacher.vbudushee.ru/

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс (33ч)

№	тема	Количество часов
1.	Здравствуйте, это я! Правила нашего класса	1
2.	Сад души	1
3.	Почему мы радуемся. Как мы радуемся	1
4.	Почему и как мы грустим	1
5.	Почему и как мы злимся	1
6.	Почему и как мы боимся	1
7.	Интерес и как мы его проявляем	1
8.	Разные эмоции и их причины и их сила	1
9.	Эмоции, которые хочется спрятать. Когда злость бывает полезной?	1
10.	Как справиться со страхом	
11.	По волнам эмоций	1
12.	Что, если ты не похож на меня?	1
13.	Как работать вместе. Как слышать другого	1
14.	Как понять, что человеку нужна поддержка. Как поддержать другого	1
15.	Как попросить о помощи	1
16.	Как решать конфликты	1
17.	Мои достижения и планы	1

2 класс (17ч)

№	тема	Количество часов
1.	Мои летние достижения. В школу с удовольствием?	1
2.	Об интересе интересно	1
3.	Удивительное удивление	1
4.	Сила эмоций	1
5.	Приятные и неприятные эмоции. И смех и слёзы	1
6.	Краски и звуки эмоций	1
7.	Портрет эмоций. Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле	1
8.	Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции?	1
9.	Хочу, чтоб эмоции мне помогали. Лепим настроение	
10.	Повелитель эмоций	1
11.	Язык Жирафа	1
12.	Как посмотреть на мир глазами другого?	1
13.	Для всех есть место под солнцем	1
14.	Как поддержать другого, если его обижают?	1
15.	Как понять другого? Полезные вопросы	1
16.	Как выразить своё мнение	1
17.	Что было и что будет	1

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» (авторы: А. В. Макаруч, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка). Тетрадь предназначена для индивидуальной работы детей на занятиях и выполнения семейных заданий вместе со взрослыми

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы (авторы: Е. А. Сергиенко — доктор психологических наук, профессор, руководитель авторского коллектива, Т. Д. Марцинковская, Е. И. Изотова, Е. И. Лебедева, А. Ю. Уланова, Е. И. Дубровская). В книге изложены теоретические основы программы, описаны возрастные особенности детей и подростков, подробно рассматриваются вопросы социально-эмоционального развития, представлена краткая сравнительная характеристика отечественных и зарубежных программ социально-эмоционального развития.
2. Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста (авторы: А. В. Макаруч, Е. В. Горинова, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка). В пособии содержится программа обучения, описание возрастных особенностей детей, сценарии занятий с учащимися, тематических встреч с родителями и совместных детско-родительских мероприятий. Реализация программы социально-эмоционального развития младших школьников рассчитана на два года.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://vbudushee.ru/>