

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**министерство образования Самарской области**  
**Северное управление**  
**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской**  
**области средняя общеобразовательная школа № 1 п.г.т.Суходол**  
**муниципального района Сергиевский Самарской области**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО

Котельникова О.В.  
«30» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по УВР

Котельникова О.В.  
«30» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

Соломонова Т.В.  
№161/2-од  
от «30» августа 2024г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности «Школа возможностей»**

**(социально-эмоциональное развитие)**

для обучающихся 1-4 классов

Разработчики:  
учителя начальных классов

**СУХОДОЛ, 2024**

## Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Школа возможностей» (социально-эмоциональное развитие) для 1-4 классов составлена на основе нормативно-правовых документов:

- Международная «Конвенцией о правах ребенка»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании– в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 №240 «Об– объявлении в Российской Федерации «Десятилетия детства»;
- ФГОС начального общего образования (приказ Министерства– образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373), основного общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897), среднего общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.12.2009 №413); среднего общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413);
- СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования– к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
- Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере– образования)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.07.2015 №514н, зарегистрированный Министерством юстиции Российской Федерации 18.08.15, регистрационный №38575;
- Концепция развития психологической службы в системе образования– в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Министром образования и науки 19.12.2017;
- План мероприятий по реализации национального проекта– «Образование» на период 01.01.2019 - 31.12.2024
- Основной образовательной программы внеурочной деятельности ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Суходол муниципального района Сергиевский Самарской области.

Образовательный процесс осуществляется с использованием **учебно-методического комплекта:**

- Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы (авторы: Е. А. Сергиенко — руководитель авторского коллектива, Т. Д. Марцинковская, Е. И. Изотова, Е. И. Лебедева, А. Ю. Уланова, Е. И. Дубовская). В книге изложены теоретические основы программы, описаны возрастные особенности детей и подростков и др.
- Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (авторы: А. В. Макаручук, Е. В. Горинова, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева). В пособии содержится программа обучения, описание возрастных особенностей детей, сценарии занятий с учащимися, тематических встреч с

родителями и совместных детско-родительских мероприятий, которые проводятся в рамках программы, инструменты для оценки эффективности работы.

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

- Игровой комплект «Палитра эмоций» (авторы: И. А. Дворецкая, А. В. Макаrchук, Н. Е. Рычка, О. Е. Хухлаев) — комплект карточек, предназначенный для организации групповой работы в классе.

В условиях стремительно разворачивающихся во всем мире изменений, когда интенсивно меняются условия жизни, особенно актуальной становится проблема социализации и социальной адаптации подрастающего поколения. Решение данной проблемы является приоритетной задачей системы образования, как одного из важнейших институтов социализации.

В современной парадигме образования акцент сделан на создание психолого-педагогических условий сохранения и укрепления здоровья, формирования достойной жизненной перспективы каждого обучающегося, максимально возможной самореализации в социально позитивных видах деятельности. Достижение обозначенных ориентиров невозможно без наличия у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях, правилах грамотного взаимодействия с окружающими людьми и продуктивных действиях в различных жизненных ситуациях. Это обуславливает необходимость реализации специальных психолого-педагогических программ, предусматривающих формирование значимых для ребенка компетенций и навыков в соответствии с его индивидуальными возможностями и потребностями.

Ключевая идея представленной программы лежит в достижении обучающимися личностных и метапредметных результатов через формирование у них социально-эмоциональных навыков как одной из важнейших составляющих успешной личности. Развитие социально-эмоциональных навыков, обучающихся выступает принципиально новым элементом системы психолого-педагогической работы и качественного изменения современного российского образования.

Программа основана на представлении о тесной взаимообусловленности самопознания и познания и выстраивания отношений с социумом, опосредованных механизмами рефлексии и эмоциональной компетентности. При такой интерпретации именно социально-эмоциональные навыки, становятся важнейшими предикторами психологического благополучия и социальной успешности личности.

Настоящая программа ориентирована на обучающихся общеобразовательные организации, осваивающих образовательные программы начального общего образования. Младший школьный возраст является сензитивным периодом для формирования множества психических новообразований, характеризуется интенсивным развитием социальных отношений, изменением социальных ролей и функций с последующим расширением социально-нравственного взаимодействия детей с окружающим социумом, динамичностью социальных представлений, особым отношением к миру. Поэтому именно в этот период важно сформировать навыки познания психического мира — своего и других людей (намерений,

желаний, чувств, мыслей и т.п.), навыки «чтения» и понимания социального мира, умение выбирать правильные ориентиры и организовать свою деятельность в соответствии с этими ориентирами, развивать готовность и умение принимать ответственные решения в жизненных ситуациях, способность предвидеть последствия принятых решений для себя и окружающих. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка.

Преимуществом программы является особая организация содержания через реализацию логически взаимосвязанных между собой базовых и вариативных тематических модулей, обеспечивающих в единстве развитие навыков самопознания, эмоциональной регуляции и социального взаимодействия. Каждый из включенных в программу базовых и вариативных модулей, может выступать как самостоятельный психолого-педагогический конструкт, обеспечивающий достижение конкретных психолого-педагогических целей.

### **Цель программы**

Содействовать социализации и социальной адаптации обучающихся общеобразовательных организаций, осваивающих образовательные программы начального общего образования посредством формирования и развития социальных и эмоциональных навыков.

### **Задачи программы**

- Мотивировать обучающихся на изучение своего внутреннего мира, содействовать принятию рефлексивной позиции, развивать навыки самопознания, самооценки и произвольной регуляции поведения, способствовать формированию позитивной Я-концепции, уверенности в собственных силах, актуализации личностного потенциала обучающихся.
- Познакомить обучающихся с многообразием эмоций, развивать навыки выражения и распознавания эмоций у себя и других людей, создавать условия для понимания причин возникновения эмоций и эмоциональной обусловленности поведения, формировать навыки эмоциональной саморегуляции.
- Формировать представления о нормах и правилах взаимодействия с другими людьми и навыки их применения в повседневной жизни, содействовать развитию коммуникативных навыков, навыков децентрации (видения ситуации с точки зрения другого человека), эмпатии и толерантности, познакомить с эффективными способами поведения в различных ситуациях социального взаимодействия, способствовать созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в классе.

Программа является частью основной образовательной программы начального общего образования (раздел коррекционно-развивающая работа), реализуется в рамках внеурочной деятельности в течение четырех лет.

Программа включает инвариантную и вариативную части.

Инвариантная часть программы содержит вводную часть, три модуля «Самопознание», «Социальная компетентность», «Социальная компетентность» и заключительную часть, и рассчитана на 135 занятий, периодичность проведения занятий - один раз в неделю.

Первый год работы по программе включает 33 развивающих занятия. Второй-четвертый годы работы по программе включают по 34 развивающих занятия.

Реализация программы осуществляется посредством групповых и индивидуальных форм работы, основанных на активном обучении, проблемности, приоритетности практико-ориентированных методов работы, разборе (решении) конкретных жизненных ситуаций, самостоятельной работе, организованной педагогом-психологом.

Вариативная часть программы является дополнением к инвариантной и может быть использована педагогом-психологом для решения актуальных проблем и задач индивидуального развития, обучающегося и/или классного коллектива.

## Содержание учебного курса

### Раздел «Введение»

**Первый год обучения.** Знакомство и самопрезентация учеников в классе, создание благоприятных условий для совместной работы, определение правил взаимодействия.

**Второй – четвертый год обучения.** Укрепление доброжелательного психологического климата в классе, актуализация и обновление договорённостей о взаимоотношениях друг с другом, формирование мотивации на обучение по программе.

### Основной раздел

#### Модуль 1. Самопознание (Кто Я? Какой Я?)

**Первый год обучения.** Понятие «социальная роль». Представления о своих социальных ролях. «Я – ребенок или взрослый?». «Я в семье». Новая роль «Я – школьник». «Я в классе». «Я – друг». Понятие «личностные качества». Идентификация личностных качеств. Мои личностные качества. Понятия «темперамент» и «характер». Мой темперамент. Мой характер. Принятие себя и своих личностных качеств.

**Второй год обучения.** «Я – второклассник». «Я – житель своего города». Понятие «внутренний мир». Составляющие внутреннего мира: потребности, желания, мечты и фантазии. Отличия мечты и фантазии, фантазии и лжи. Мои потребности. Мои желания. Мои мечты. Мои фантазии. Понятие «дружба». Мои дружеские качества. Умение дружить.

**Третий год обучения.** «Я – третьеклассник». «Я – гражданин России». Понятия «личность» и «уникальность». Понятие «возможности». Соотношение желаний и возможностей. Понятие «способности». Оценка своих способностей. Понятие «успех». Способности и трудолюбие как составляющие успеха. Понятия «мой выбор», «мой путь».

**Четвертый год обучения.** «Я – четвероклассник». «Я – житель планеты Земля». Понятия «Я в прошлом», «Я в настоящем», «Я в будущем». Понятие «Здоровье». «Физическое и психологическое здоровье». Необходимость быть здоровым. Понятия «право» и «обязанность». Права и обязанности в школе. Права и обязанности дома. Права и обязанности гражданина страны. Понятие «право на уважение» и способы

его защиты.

## **Модуль 2. Восприятие и понимание причин эмоций и эмоциональная регуляция**

**Первый год обучения.** Понятие «эмоции». Базовые эмоции: радость, злость, грусть, страх, интерес. Приятные и неприятные эмоции. Причины эмоций. Способы выражения эмоций. Понятие «мимика». Идентификация эмоций. Понятие «саморегуляция». Значение эмоции страха. Управление эмоцией страха.

**Второй год обучения.** Значение эмоций в жизни человека. Зависимость эмоций от ситуации. Понимание эмоций в различных ситуациях: в школе, дома, с друзьями, в незнакомом месте. Индивидуальные особенности переживания и выражения эмоций. Сила эмоций. Управление эмоцией злости.

**Третий год обучения.** Распознавание собственных эмоций и их причин. Понятия «эмоциональное состояние» и «настроение». Понимание эмоционального состояния другого человека. Эмпатия, сочувствие и сопереживание. Оказание эмоциональной поддержки другому. Управление эмоцией гнева.

**Четвертый год обучения.** Индивидуальные особенности эмоций человека: интенсивность, модальность, амбивалентность. Чувства: любовь, обида, прощение, вина, долг. Взаимосвязь чувств и эмоций. Эмоции и поведение. Вербализация эмоций. Прогнозирование своих эмоций и эмоций других людей.

## **Модуль 3. Коммуникация и социальное взаимодействие**

**Первый год обучения.** Понятия «коммуникация» и «взаимодействие». Общение как средство коммуникации и взаимодействия. Вербальные и невербальные средства общения. Умение слушать и понимать других людей. Понятие «индивидуальность человека». Уважение индивидуальности другого. Понятие о дружбе и дружеских качествах. Дружеские отношения. Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях. Умение помогать и обращаться за помощью.

**Второй год обучения.** Понятие «командообразование». Умения работать в команде. Понятие «одиночество». Личностные качества людей, становящихся одинокими среди сверстников. Понятие «конфликт». Причины конфликтов. Навыки решения конфликтов. Сходства и различия интересов разных людей. Поддержание доброжелательных отношений в классе.

**Третий год обучения.** Сценарии поведения в типичных ситуациях в школе, дома, на улице. Понятие «обман». Способность различать обман в общении. Влияние обмана на отношения. Адаптация в новом коллективе. Умение высказывать свое мнение и обосновывать его.

**Четвертый год обучения.** Понятие «толерантность». Развитие толерантности. Умение адаптироваться в непривычных условиях. Умение находить варианты решения в нестандартных ситуациях. Понимание недоразумений и бестактности в общении. Понятие «агрессивное поведение». Умения, помогающие противостоять агрессивному поведению в школе.

### **Раздел «Заключение»**

**Первый - четвертый год обучения.** Подведение итогов работы за год

## **Планируемые результаты освоения учебного курса**

**Личностные результаты** обеспечивают ценностно- смысловую ориентацию обучающихся и ориентацию в социальных ролях, межличностных отношениях.

**Обучающиеся получают возможность для формирования:**

- начальных навыков самопознания и саморазвития, привлечения личных ресурсов для адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- умения обосновывать и высказывать свое мнение, выражать точку зрения, готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- навыков сотрудничества со взрослыми, сверстниками, детьми старшего и младшего возраста в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- самостоятельности и личной ответственности перед собой, своими сверстниками, педагогами и родителями за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

**Метапредметные результаты.**

**Учащиеся получают возможность научиться:**

- 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;
- применять первичные навыки распознавания своих эмоций и эмоций окружающих, осуществлять самоконтроль эмоциональных состояний;
- адекватно оценивать собственное состояние поведение и поведение окружающих;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, конструктивно разрешать конфликты с помощью сотрудничества, учитывая интересы всех участников.

**Предметные результаты**

Предметные результаты освоения программы социально-эмоционального развития разделяются на **три блока компетенций**: восприятие и понимание причин эмоций, эмоциональная регуляция, социальное взаимодействие.

<b>Блок компетенций</b>	<b>Компетенция</b>	<b>Критерий</b>	<b>Планируемые результаты</b>
1. Восприятие и	Идентификация	Идентификация эмоций	Ребёнок знает мимические признаки не менее пяти основных

понимание причин эмоций	эмоций	по мимическим признакам	эмоций (злость, страх, интерес, грусть, радость), определяет эти эмоции по мимическим признакам на изображениях и в процессе общения, знает названия эмоций
		Идентификация эмоций по пантомимическим признакам	Ребёнок верно определяет эмоции (злость, страх, интерес, грусть, радость, удивление) по позе человека, его жестам и движениям, может сопоставить действия и эмоции
		Идентификация эмоций по вербальным и паравербальным признакам	Ребёнок верно определяет эмоции (злость, страх, интерес, грусть, радость) по позе человека, его жестам и движениям, может сопоставить действия и эмоции
		Идентификация эмоций в произведениях искусства	Ребёнок может назвать эмоции, которые у него вызывают произведения искусства (картина, скульптура, музыкальное или литературное произведение); определяет характер, настроение произведения, даёт ему эмоционально-образную характеристику (смешное стихотворение, печальная музыка)
		Понимание и использование эмоционального и ментального словаря	Ребёнок верно определяет эмоциональное содержание высказываний, понимает и использует в речи слова, связанные с эмоциями и эмоциональными состояниями
	Выражение эмоций	Выражение эмоций через мимику и пантомимику	Ребёнок правильно выражает эмоции с помощью мимики, жестов, поз, движений
		Вербальное и паравербальное выражение эмоций	Ребёнок может описать эмоциональное состояние (собственное и другого человека), используя эмоциональный словарь и паравербальные способы (громкость, интонация, темп речи)
		Выражение	Ребёнок выражает эмоции в



		эмоций в творчестве	рисунке, аппликации, через музыку и движение
	Понимание причин эмоций	Понимание ситуативной обусловленности и эмоций	При обсуждении ситуации (изображения, литературного произведения, личного опыта) ребёнок распознаёт эмоции, делает верные предположения о причинах их возникновения и событиях, предшествующих данной ситуации
		Понимание индивидуальных различий в причинах и выражении эмоций	Ребёнок знает, что разные люди в одних и тех же ситуациях могут испытывать разные эмоции; понимает, что разные люди могут по-разному проявлять одни и те же эмоции, учитывает это в поведении
2. Эмоциональная регуляция	Понимание эмоциональной обусловленности поведения		Ребёнок понимает, что эмоции могут влиять на поведение, делает предположения о том, какое влияние данное эмоциональное состояние может оказать на его поведение в конкретных ситуациях
	Владение элементарными навыками саморегуляции		Ребёнок может определить своё эмоциональное состояние и его интенсивность, описать ситуацию, ставшую причиной проявления эмоции; знает несколько способов саморегуляции
3. Социальное взаимодействие	Коммуникативная компетентность	Установление и поддержание взаимодействия	Ребёнок может установить взаимодействие с детьми разного пола и возраста и взрослыми — родителями, педагогом; способен инициировать и поддержать общение: задавать вопросы с учётом ситуации и особенностей партнёра по общению, реагировать на ответы, отвечать на вопросы
		Понимание и социальное прогнозирование	Ребёнок понимает, что другой человек может иначе воспринимать объект, ситуацию, иметь мнение, желания, мысли и т. п., отличные от его собственных, и учитывает это в поведении; понимает, что люди могут иметь ошибочное мнение о ситуации и строить своё

			поведение на основании этого мнения
		Эмпатия. Эмоциональная Поддержка и взаимопомощь	Ребёнок проявляет эмпатию, пытается влиять на эмоциональное состояние другого человека, оказывая эмоциональную поддержку; распознаёт ситуации, в которых человеку нужна помощь, может сделать предположения о том, какая именно помощь требуется, стремится оказать помощь близким; может сам обратиться за помощью к знакомому взрослому или сверстнику, сформулировать свою просьбу
		Работа в команде	Ребёнок знает о необходимости договорённостей и соблюдения правил в совместной деятельности; предлагает варианты взаимодействия, умеет договариваться; выполняет совместные задания в группе
		Поведение в конфликтной ситуации	Ребёнок идентифицирует свои эмоции и эмоции другого человека, прогнозирует вероятность возникновения конфликта; делает предположения о причинах возникновения конфликта и возможных способах его разрешения; знает простые способы саморегуляции в конфликтной ситуации
	Социальная компетентность	Следование формальным правилам поведения	Ребёнок знает формальные правила социального поведения и следует им (приветствие, прощание, извинение, благодарность и т. д.); принимает правила, принятые в семье, школе, и следует им
		Принятие многообразия	Ребёнок уважительно относится к многообразию людей, понимает, что у разных людей могут быть различные интересы, предпочтения, мнения; выстраивает отношения в классе

			на основании общих норм и ценностей
--	--	--	-------------------------------------

## **Предметные результаты:**

### **Уровень результатов работы по программе**

Воспитательные результаты во внеурочной деятельности оцениваются **по трем уровням.**

**Первый уровень результатов** – обучающиеся должны знать о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе об нравственных нормах взаимоотношений в семье, между поколениями, носителями разных убеждений, представителями различных социальных групп.

Для достижения данного уровня результатов необходимо: сформировать позитивное отношение учащихся к нравственным нормам взаимоотношения с окружающими.

**Второй уровень результатов** - получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества.

Для достижения данного уровня результатов необходимо:

- воспитать взаимоотношения обучающихся на уровне класса, то есть дружественной просоциальной среды, в которой каждый ребенок получает практическое подтверждение приобретенных знаний и начинает их ценить;
- обучающиеся должны получить опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.

**Третий уровень результатов** - получение обучающимися опыта самостоятельной общественной деятельности, ощущение себя гражданином, значимым членом своей семьи.

Для его достижения необходимо:

- сформировать навык взаимодействия обучающихся с представителями различных социальных субъектов, в том числе за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают воспитательные эффекты:

- на первом уровне воспитание приближено к обучению, при этом предметом воспитания как учения являются не столько научные знания, сколько знания о ценностях;
- на втором уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в нравственно ориентированной социально значимой деятельности.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постоянным.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

### **1КЛАСС**

Тематический блок/раздел	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные образовательные ресурсы
Введение (3 ч)	Здравствуйте, это я! Мой класс — это место, где мне хорошо Правила нашего класса	Знакомство и самопрезентация учеников в классе, учатся созданию благоприятных условий для совместной работы, определяют правила взаимодействия.	Заполняется по мере изучения содержания учебного предмета
Модуль 1 Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч.)	1 Сад души Почему мы радуемся Как мы радуемся Почему и как мы грустим Почему и как мы злимся Почему и как мы боимся Интерес и как мы его проявляем Разные эмоции и их причины Разные люди — разные эмоции Разные эмоции и их сила	Ребёнок может называть базовые эмоции; умеет соотносить эмоции с различными объектами; понимает сходство и различия в переживании эмоций разными людьми; называет различные причины, вызывающие радость; оперирует словами и понятиями, связанными с эмоцией «радость», и использует их в общении; может называть и анализировать причины грусти; определяет грусть по мимическим признакам; понимает и может приводить примеры причин злости; может определять эмоцию «злость» по мимическим и пантомимическим проявлениям; возникновения страха; знаком с многообразием причин для	

		<p>возникновения эмоции «интерес»;</p> <p>осознаёт, что люди в одной и той же ситуации могут испытывать разные эмоции;</p> <p>понимает необходимость уважительного отношения к эмоциям других людей.</p> <p>понимает влияние эмоций разной силы на поведение .</p>	
<p>Модуль 2</p> <p>Эмоциональная регуляция (8 ч)</p>	<p>Приятные и неприятные эмоции</p> <p>Как эмоции влияют на поведение</p> <p>Эмоции, которые хочется спрятать</p> <p>Когда злость бывает полезной?</p> <p>Как не лопнуть от злости</p> <p>Когда страх помогает, а когда мешает?</p> <p>Как справиться со страхом</p> <p>По волнам эмоций</p>	<p>Понимает важность управления эмоциями;</p> <p>может использовать специальные приёмы для снижения интенсивности неприятных эмоций.</p> <p>Осознаёт, что он способен управлять своими эмоциями;</p> <p>Понимает негативные последствия подавления эмоций;</p> <p>имеет представление о конструктивных способах проявления эмоций;</p> <p>понимает, что злость может принести и пользу, и вред;</p> <p>знает некоторые способы управления злостью</p> <p>знает несколько способов управления злостью;</p> <p>знает, что эмоция «страх» может принести и пользу, и вред;</p> <p>знаком с некоторыми способами управления страхом.</p>	

		<p>знает несколько способов управления страхом.</p> <p>Понимает, что он может сознательно управлять своими эмоциями с помощью специальных техник;</p> <p>знает несколько техник управления эмоциями .</p>	
<p>Модуль 3. Социальное взаимодействие (12 занятий)</p>	<p>Что, если ты не похож на меня? Как работать вместе Как услышать другого Как понять другого Как понять, что человеку нужна поддержка Как поддержать другого Как помочь другому Как попросить о помощи Как решать конфликты</p>	<p>Ребёнок понимает собственную уникальность и общность с другими детьми;</p> <p>понимает важность совместной работы;</p> <p>понимает важность умения слышать другого для совместной работы;</p> <p>стремится к пониманию других людей;</p> <p>понимает важность оказания психологической поддержки;</p> <p>может определить ситуации, в которых человеку нужна поддержка;</p> <p>знает несколько способов, как предложить помощь;</p> <p>понимает, что в случае возникновения затруднений можно и нужно попросить о помощи;</p> <p>знает, к кому он может обратиться за помощью в типовых ситуациях;</p> <p>знает, как можно попросить о помощи .</p>	
<p>Заключение (1 ч.)</p>	<p>33. Мои достижения и планы</p>	<p>Ребёнок понимает, чего ему удалось достичь, что</p>	

		узнать и чему научиться в течение учебного года; знает, чему он хочет научиться за лето, и понимает, как это можно сделать.	
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

## 2 КЛАСС

Тематический блок/раздел	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные образовательные ресурсы
Введение (3 ч)	Мои летние достижения. В школу с удовольствием? Мой дружный класс.	Знаком с умениями, которыми может овладеть в результате обучения; актуализировал знания и умения, полученные на первом году обучения по программе; осознаёт связь между желаемыми эмоциями, своим поведением и результатом; предлагает действия, которые помогут поддерживать доброжелательные отношения.	Заполняется по мере изучения содержания учебного предмета
Модуль 1 Восприятие эмоций и понимание причин их возникновения (10 ч.)	Об интересе интересно и удивление Удивительное Сила эмоций. Приятные и неприятные эмоции. И смех, и слёзы. Краски и звуки эмоций. Портрет эмоций Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле. Мой эмоциональный портрет: эмоции и мысли. Как я чувствую то, что чувствует другой.	Получил опыт использования интереса в качестве эмоции-переключателя; верно идентифицирует эмоцию «удивление» по вербальным и невербальным признакам; связывает силу эмоции с конкретными поведенческими проявлениями; знает несколько способов управления силой	

		<p>эмоции;  понимает, что неприятная эмоция может служить основанием для изменения ситуации;  понимает, что бывают ситуации, когда человек испытывает противоречивые эмоции;  различает несколько способов передачи эмоций в произведениях искусства;  знает, что каждая эмоция может быть передана разными способами:  понимает и интерпретирует эмоции в произведениях искусства;  способен идентифицировать телесные ощущения и связывать их с конкретными эмоциями;  способен связать конкретные мысли с эмоцией;  получил знания о том, что такое эмпатия;</p>	
<p>Модуль 2  Эмоциональная регуляция  (7 ч.)</p>	<p>Хочу, чтоб эмоции мне помогли  Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции  Плакать или смеяться?  Выразить или не выразить?  Как рисунок мне поможет?  Лепим настроение  Повелитель эмоций</p>	<p>Соотносит разные виды деятельности с эмоциями, которые помогают действовать эффективнее;  понимает возможные причины обиды;  понимает, что способ выражения эмоций может быть обусловлен ситуацией;  понимает пользу выражения эмоций;</p>	



		<p>знаком с некоторыми приёмами управления собой с помощью рисования;</p> <p>знает, что можно регулировать своё эмоциональное состояние с помощью творчества — лепки;</p> <p>получил опыт управления своими эмоциями в командной работе;</p> <p>получил опыт управления эмоциями с помощью тела.</p>	
<p>Модуль Социальное взаимодействие (14 ч.)</p>	<p>3 Мой класс: такие разные и такие похожие Для всех есть место под солнцем Правда и ложь Обман или заблуждение? Как посмотреть на мир глазами другого? Как понять другого? Всегда ли ссора неизбежна? Когда не хотел обижать Как поддержать другого, если его обижают? Если человеку нужна поддержка Как выразить своё мнение Язык Жирафа Мы — команда</p>	<p>Ребёнок понимает собственную уникальность и общность с другими детьми;</p> <p>понимает, что может создавать положительную атмосферу в классе посредством общения;</p> <p>понимает, что такое обман, может идентифицировать ситуацию обмана в игровых и учебных ситуациях;</p> <p>различает обман и фантазирование;</p> <p>способен строить предположения о том, как другой человек может воспринимать ситуацию;</p> <p>понимает важность взаимопонимания в общении;</p> <p>знает, какие действия могут привести к ссоре,</p>	

		<p>может проанализировать причины ссоры в учебной и реальной ситуации;</p> <p>понимает, что такое бестактность, и может определить бестактность в учебных ситуациях;</p> <p>понимает, какие действия могут обидеть одноклассника, вызвать неприятные эмоции;</p> <p>понимает, кто и как может помочь в ситуации буллинга;</p> <p>понимает разницу между фактом и оценочным суждением;</p> <p>стремится заслужить доверие детей в классе;</p> <p>осознаёт ценность умения договариваться для достижения общей цели.</p>	
<p>Завершение и подведение итогов курса. Составление планов на лето (1 ч.)</p>	<p>Что было и что будет</p>	<p>Формулирует лично важные моменты курса за год;</p> <p>проанализировал Соглашение класса;</p> <p>задумался над тем, чему он хочет научиться за лето</p>	

### 3 КЛАСС

<b>Тематический блок/раздел</b>	<b>Основное содержание</b>	<b>Основные виды деятельности обучающихся</b>	<b>Электронные образовательные ресурсы</b>
<p>Введение (2 ч)</p>	<p>Мои каникулы Наш дружный класс</p>	<p>Дети и родители включены в общий контекст УМК СЭР; дети формулируют желания на текущий</p>	<p>Заполняется по мере изучения содержания учебного предмета</p>

		учебный год .	
<p>Модуль 1 Эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения (мастерская выбора) (номера занятий 3-4, 5-6, 7-8, 9-10, 19-20, 23-24, 25-26, 27-28, 31-32)</p>	<p>Эмоции, эмоции, эмоции Составляем соглашение класса Моя путеводная звезда Дом, в котором мы живём Моя суперсила Когда что-то пошло не так Нужно ли стараться Новый год- новые цели Не торопись с выводами</p>	<p>Дети вспомнили названия эмоций и чувств и их значение для человека; Ребёнок обозначает желаемые эмоции и те действия, которые будут способствовать их возникновению; знаком с характеристиками цели; получил опыт формулирования цели из желания.</p>	
<p>Модуль 2 Эмоциональная регуляция в ситуации достижения цели (мастерская достижения) (номера занятий 3-4, 7-8, 11-12, 13-14, 15-16, 17-18, 23-24, 25-26, 29-30, 31-32, 33-34)</p>	<p>Искусство замечать хорошее Какой он — правильный выбор? Это угроза? Мы справимся! Что значит помогать Тайны музейных экспонатов</p>	<p>Ребёнок получает опыт эмоциональной оценки пространства, соотнесения физического пространства и своей реакции на него; понимает свою зону ответственности в создании комфортного пространства в классе; получает опыт самопрезентации через рассказ о себе, своих интересах и достижениях, выделяя свои сильные стороны; понимают, что могут управлять своим состоянием; осваивает приёмы самоподдержки; рассуждает о том, что для него важно найти в друге; формулирует шаги осознанного выбора; знает, что нужно управлять своим</p>	
<p>Модуль 3 Управление собой в стрессовых ситуациях (мастерская жизнестойкости) (номера занятий 3-4, 11-12, 13-14, 15-16, 21-22, 25-26, 27-28 ) ( 30ч.)</p>			

		вниманием, чтобы видеть возможности, а не препятствия; осознаёт свою референтную группу; формулирует собственные критерии правильного выбора; идентифицирует ситуацию запугивания; являются помощью, а какие — нет; планируют совместные действия для реализации общей цели; обсуждают с родителями семейные ценности; представляют свою экспозицию для «музея».	
Подводим итоги (2 ч.)	33-34. Соглашение. Подводим итоги	Дети анализируют, в каких ситуациях Соглашение было полезно; отмечают успехи, связанные с работой над Соглашением; договариваются о том, как будут использовать основные пункты Соглашения в течение летних каникул.	

#### 4 КЛАСС

Тематический блок/раздел	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные образовательные ресурсы
Введение (2 ч)	Обновление классного Соглашения Внесение поправок и дополнений в классное Соглашение.	Умеет оказывать поддержку, когда человек испытывает неприятные эмоции; замечает нетерпимое отношение	Заполняется по мере изучения содержания учебного предмета

		индивидуальности других людей; получил опыт решения мораль-но-нравственных дилемм .	
Модуль 1 Эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения («мастерская выбора») (номера занятий 1-2, 3-4, 7-8, 9-10, 11-12, 17-18, 23-24, 25-26, 31-32, 33-34)	Украденные имена Буллинг. Что такое эмоциональный интеллект? Моя реакция — мой выбор Не факт! (Навыки ННО) Ты мне друг, но ты не прав Разговор с самим собой Прогулка благодарности	Ребёнок проявляет сопереживание и сочувствие: умеет входить в положение других людей, ставить себя на место другого; знает, что такое эмоциональный интеллект; определяет вероятные причины возникновения эмоций; Ребёнок знает, как использовать некоторые свойства эмоций для управления своим эмоциональным состоянием; расширил свои представления об убеждениях; умеет отличать факты от мнений и убеждений; понимает, что его интерпретация поведения другого может быть ошибочной; учится определять причины конфликта и пути его решения; идентифицирует позитивный и негативный внутренний диалог; знает, как характер внутреннего принял участие в создании совместного творческого продукта; ценит труд тех, кто	
Модуль 2 Эмоциональная регуляция в ситуации достижения цели («мастерская достижения») (номера занятий 5-6, 7-8, 9-10, 17-18, 19-20, 21-22, 33-34)	Впереди 5 класс Да, мы такие Дорогу осилит идущий Стыд, вина, обида Быть или не быть добрым? Проявление доброты в действиях и поступках Ничего себе шуточки! Сила природы Галерея цитат Разговор о ценностях и личном выборе	Ребёнок знает, как использовать некоторые свойства эмоций для управления своим эмоциональным состоянием; расширил свои представления об убеждениях; умеет отличать факты от мнений и убеждений; понимает, что его интерпретация поведения другого может быть ошибочной; учится определять причины конфликта и пути его решения; идентифицирует позитивный и негативный внутренний диалог; знает, как характер внутреннего принял участие в создании совместного творческого продукта; ценит труд тех, кто	
Модуль 3 Управление собой в стрессовых ситуациях («мастерская жизнестойкости») (номера занятий 3-4, 9-10, 11-12, 13-14, 15-16, 19-20, 23-24, 25-26, 217-28, 29-30)		учится определять причины конфликта и пути его решения; идентифицирует позитивный и негативный внутренний диалог; знает, как характер внутреннего принял участие в создании совместного творческого продукта; ценит труд тех, кто	

		<p>заботится о порядке и красоте места, где они живут.</p> <p>сформулировали общие и личные цели по подготовке к переходу в 5 класс;</p> <p>обозначили шаги по достижению поставленных целей.</p> <p>расширил представления о своих сильных сторонах.</p> <p>получил опыт достижения лучшего результата за счёт усиления своих волевых качеств;</p> <p>идентифицирует стыд, вину, обиду;</p> <p>рассуждает о смысле доброты;</p> <p>знает, как проявляется доброта в действиях человека;</p> <p>участвует в планировании и организации общего доброго дела.</p> <p>расширил свои представления о причинах смеха и улыбки;</p> <p>обогатил свой эмоциональный словарь характеристиками смеха;</p> <p>получил возможность невербального выражения разного рода улыбки;</p> <p>различает шутку и насмешку;</p> <p>знает, как можно реагировать на насмешку;</p>	
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

		<p>получил опыт реагирования на насмешку в игровой ситуации.</p> <p>Ребёнок получил опыт осознанного восприятия окружающего мира; познакомился с техникой эмоциональной саморегуляции.</p> <p>Дети идентифицируют своё эмоциональное состояние;</p> <p>умеют соотносить его со словами, мыслями;</p> <p>умеют передать своими словами мысли и чувства автора цитаты .</p>	
<p>Подводим итоги ( 2 ч.)</p>	<p>33-34. Готовимся к переходу</p>	<p>Ребёнок выразил благодарность своим одноклассникам и педагогу;</p> <p>получил эмоциональную поддержку от одноклассников и педагога;</p> <p>обозначил свои цели на 5 класс;</p> <p>учащиеся совместно сформулировали правила и принципы, которые помогут им достичь поставленных целей .</p>	

## Календарно-тематическое планирование

Всего 33 часа, 1 час в неделю 1 класс

№ урока п\п	Тема урока	Количество часов	Сроки	ОЭР
<b>Введение (3 ч.)</b>				
1	Здравствуй, это я!	1		
2	Мой класс — это место, где мне хорошо	1		
3	Правила нашего класса	1		
<b>Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч.)</b>				
4	Сад души	1		
5	Почему мы радуемся	1		
6	Как мы радуемся	1		
7	Почему и как мы грустим	1		
8	Почему и как мы злимся	1		
9	Почему и как мы боимся	1		
10	Интерес и как мы его проявляем	1		
11	Разные эмоции и их причины	1		
12	Разные люди — разные эмоции	1		
13	Разные эмоции и их сила	1		
<b>Эмоциональная регуляция (8 ч.)</b>				
14	Приятные и неприятные эмоции	1		
15	Как эмоции влияют на поведение	1		
16	Эмоции, которые хочется спрятать	1		
17	Когда злость бывает полезной?	1		
18	Как не лопнуть от злости	1		
19	Когда страх помогает, а когда мешает?	1		
20	Как справиться со страхом	1		
21	По волнам эмоций	1		
<b>Социальное взаимодействие (12 ч)</b>				
22	Что, если ты не похож на меня?	1		
23	Как работать вместе	1		
24	Как услышать другого	1		



25	Как понять другого	1		
26	Как понять, что человеку нужна поддержка	1		
27	Как поддержать другого	1		
28	Как поддержать другого	1		
29	Как помочь другому	1		
30	Как попросить о помощи	1		
31	Как решать конфликты	1		
32	Как решать конфликты	1		
33	Мои достижения и планы	1		

Всего 34 часа, 1 час в неделю, 2 класс.

№ урока п\п	Тема урока	Количество часов	Сроки	ОЭР
<b>ВВЕДЕНИЕ (3 Ч.)</b>				
1	Мои летние достижения.	1		
2	В школу с удовольствием?	1		
3	Мой дружный класс	1		
<b>ВОСПРИЯТИЕ ЭМОЦИЙ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ (10Ч.)</b>				
4	Об интересе интересно	1		
5	Удивительное удивление	1		
6	Сила эмоций	1		
7	Приятные и неприятные эмоции	1		
8	И смех, и слёзы	1		
9	Краски и звуки эмоций	1		
10	Портрет эмоций	1		
11	Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле	1		
12	Мой эмоциональный портрет: эмоции и мысли	1		
13	Как я чувствую то, что чувствует другой	1		
<b>ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ (7 Ч.)</b>				
14	Хочу, чтоб эмоции мне помогли	1		

15	Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции	1		
16	Плакать или смеяться?	1		
17	Выражать или не выражать?	1		
18	Как рисунок мне поможет?	1		
19	Лепим настроение	1		
20	Повелитель эмоций	1		
<b>СОЦИАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ (14 Ч)</b>				
21	Мой класс: такие разные и такие похожие	1		
22	Для всех есть место под солнцем	1		
23	Правда и ложь	1		
24	Обман или заблуждение?	1		
25	Как посмотреть на мир глазами другого?	1		
26	Как понять другого?	1		
27	Всегда ли ссора неизбежна?	1		
28	Когда не хотел обижать	1		
29	Как поддержать другого, если его обижают?	1		
30	Если человеку нужна поддержка	1		
31	Как выразить своё мнение	1		
32	Язык Жирафа	1		
33	Мы — команда	1		
<b>ЗАВЕРШЕНИЕ И ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ КУРСА. СОСТАВЛЕНИЕ ПЛАНОВ НА ЛЕТО (1Ч.)</b>				
34	Что было и что будет	1		

Всего 34 часа, 1 час в неделю 3 класс

№ урока п\п	Тема занятия	Количество часов	Сроки	ОЭР
<b>Введение (2 ч)</b>				
1	Мои каникулы	1		
2	Наш дружный класс	1		

<b>Модули 1,2,3 (30 ч)</b>				
3-4	Эмоции, эмоции, эмоции	2		
5-6	Составляем соглашение класса	2		
7-8	Моя путеводная звезда	2		
9-10	Дом в котором мы живём	2		
11-12	Моя супер сила	2		
13-14	Когда что-то пошло не так	2		
15-16	Нужно ли стараться	2		
17-18	Новый год- новые цели	2		
19-20	Не торопись с выводами	2		
21-22	Искусство замечать хорошее	2		
23-24	Какой он — правильный выбор?	2		
25-26	Это угроза?	2		
27-28	Мы справимся!	2		
29-30	Что значит помогать	2		
31-32	Тайны музейных экспонатов	2		
<b><u>Подводим итоги</u></b>				
<b>( 2 ч.)</b>				
33-34	Соглашение . Подводим итоги	2		

Всего 34 часа, 1 час в неделю, 4 класс.

<b>№ урока п\п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Сроки</b>	<b>ОЭР</b>
<b>Введение (2 Ч.)</b>				
1	1. Обновление классного Соглашения	1		
2	2. Внесение поправок и дополнений в классное Соглашение	1		
<b>Эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения («мастерская выбора») (2ч)</b>				
3	Украденные имена Буллинг.	1		
4	Украденные имена Буллинг.	1		

<b>Эмоциональная регуляция в ситуации достижения цели («мастерская достижения»)(2ч)</b>				
5	Что такое эмоциональный интеллект?	1		
6	Что такое эмоциональный интеллект?	1		
<b>Управление собой в стрессовых ситуациях («мастерская жизнестойкости»)(28ч)</b>				
7	Моя реакция — мой выбор	1		
8	Моя реакция — мой выбор	1		
9	Не факт! (Навыки ННО)	1		
10	Не факт! (Навыки ННО)	1		
11	Ты мне друг, но ты не прав	1		
12	Ты мне друг, но ты не прав	1		
13	Разговор с самим собой	1		
14	Разговор с самим собой	1		
15	Прогулка благодарности	1		
16	Прогулка благодарности	1		
17	Впереди 5 класс	1		
18	Впереди 5 класс	1		
19	Да, мы такие	1		
20	Да, мы такие	1		
21	Дорогу осилит идущий	1		
22	Дорогу осилит идущий	1		
23	Стыд, вина, обида	1		
24	Стыд, вина, обида	1		
25	Быть или не быть добрым? Проявление доброты в действиях и поступках	1		
26	Быть или не быть добрым? Проявление доброты в действиях и поступках	1		
27	Ничего себе шуточки!	1		
28	Ничего себе шуточки!	1		
29	Сила природы	1		
30	Сила природы	1		
31	Галерея цитат Разговор о ценностях и личном выборе	1		

32	Галерея цитат Разговор о ценностях и личном выборе	1		
<b>Подводим итоги (2ч)</b>				
33	Готовимся к переходу	1		
34	Готовимся к переходу			