

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Омской области

Комитет по образованию Администрации

Черлакского муниципального района

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

РАССМОТРЕНО

методическим объединением
учителей начальных классов

И.Н.Калмыкова

Протокол № 1 от «30» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместителем директора по
УВР

Т.А.Секисова

Протокол №1 от «30» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

А.А. Рева

Приказ №146 от «30» 08 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Социально-эмоциональное развитие
младших школьников»

(для 4 класса начального общего образования)

Красный октябрь 2024г

Пояснительная записка.

В современном мире возрастает потребность в навыках, которые отличают человека от машины, а, значит актуальной становится задача создания развивающих программ, направленных на социально-эмоциональное развитие детей.

Благотворительный фонд Сбербанка «Вклад в будущее» в рамках направления «Современное образование» инициировал разработку образовательной программы «Социально-эмоциональное развитие младших школьников». Её авторами стали российские ученые Института психологии РАН под руководством доктора психологических наук, профессора Е.А. Сергиенко. Программа разработана с использованием зарубежных теорий развития эмоционального и социального интеллекта, с опорой на положения отечественной психологии о развитии ребенка. Программа соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту.

Программа Социально-эмоциональное развитие детей (СЭР) позволяет целенаправленно обучать детей внимательному и уважительному отношению к эмоциям, саморегуляции, взаимопониманию, использованию эмоций при выстраивании взаимодействия. Результаты обучения переносятся и в школьную среду в целом, изменяя в лучшую сторону не только отношения детей со сверстниками и взрослыми, но и всю атмосферу школьной жизни. Программа, с одной стороны, адаптирована к процессу обучения в школе, а с другой — она чувствительна к образовательной среде и незаметно изменяет её, оказывая положительное влияние на детей, родителей, педагогов.

Программа основывается на теории эмоционального интеллекта (Дж. Мэйер, П. Соловей, Д. Карузо), теории модели психического (The Theory of Mind), а также на теории деятельности. Важным основанием программы является междисциплинарный подход, который позволяет рассматривать развитие личности ребёнка в единстве его эмоционально-личностных, познавательных и поведенческих качеств.

Культурно-историческая концепция Л. С. Выготского даёт основания для понимания особенностей социального окружения, целей и задач на каждом конкретном этапе развития. Согласно теории деятельности, развитие осуществляется в активном взаимодействии ребёнка с окружающими людьми, предметами, социальной и естественной средой, он обучается и воспитывается в процессе деятельности.

Теория эмоционального интеллекта (Дж. Мэйер, П. Соловей, Д. Карузо) исходит из единства эмоций и интеллекта. Под эмоциональным интеллектом обычно понимают способность воспринимать и выражать эмоции, понимать и объяснять намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, видеть причинно-следственные связи, регулировать эмоции (собственные и других людей), учитывать знания об эмоциональных состояниях в поведении, использовать знания об эмоциональном мире в повседневной жизни.

Программа социально-эмоционального развития рассчитана на работу с детьми, начиная с первого года обучения и заканчивая старшим школьным возрастом. Она имеет спиральную структуру — тематические разделы сохраняются на всех ступенях обучения, постепенно расширяясь и углубляясь. В процессе реализации программы дети учатся понимать себя, с уважением относиться к своему эмоциональному миру и эмоциям других людей, понимать и принимать свои ощущения и управлять ими, строить на основе этого понимания отношения с другими людьми и окружающим миром.

Учебно-методический комплект для начальной школы включает:

- 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).
- Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (авторы: А. В. Макачук, Е. В. Горинова, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева).

- Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» (авторы: А. В. Макаrchук, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева).
- Игровой комплект «Палитра эмоций» (авторы: И. А. Дворецкая, А. В. Макаrchук, Н. Е. Рычка, О. Е. Хухлаев).

Цель программы: способствовать социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

Задачи программы:

1. Познакомить школьников с многообразием эмоций.
2. Развивать умение выражать и распознавать эмоции (радость, злость, грусть, страх, удивление, интерес) у себя и других людей.
3. Расширять эмоциональный словарь школьников.
4. Создавать условия для понимания эмоциональной обусловленности поведения и причин возникновения эмоций.
5. Формировать у школьников основы саморегуляции и произвольной регуляции поведения.
6. Способствовать развитию эмпатии, пониманию других людей и оказанию им эмоциональной поддержки.
7. Развивать способность к децентрации — умению видеть ситуацию с точки зрения другого человека.
8. Формировать представления о морально-этических нормах и правилах поведения.
9. Познакомить детей с эффективными способами поведения в сложных коммуникативных ситуациях, развивать их коммуникативные навыки.
10. Способствовать созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в классе.
11. Содействовать социальной адаптации младших школьников.

Принципы построения и реализации программы.

- *Полнота.* Программа для младших школьников является полным курсом, рассчитанным на интеграцию в образовательный и воспитательный процесс в течение двух лет.
- *Интерактивность.* В программе используются психолого-педагогические технологии, обеспечивающие активную позицию ребёнка.
- *Практико-ориентированность.* Программа направлена на овладение знаниями и навыками, полезными в решении актуальных социальных и возрастных задач ребёнка.
- *Индивидуальный подход.* Педагог может адаптировать программу под индивидуальные особенности ребёнка, создавать для него индивидуальную траекторию освоения материала в зависимости от уровня овладения отдельными составляющими социально-эмоционального интеллекта.
- *Систематическое последовательное усложнение материала.* 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.
- *Создание условий для позитивной коммуникации в детском коллективе.* В программе содержатся специальные тематические блоки и групповые совместные задания, направленные на создание благоприятного климата в классе.
- *Включение родителей как активных участников программы.* Такой подход создаёт системную среду, способствующую развитию потенциала ребёнка. Специальные компоненты программы помогают организовывать содержательное общение родителей с ребёнком. Совместная работа родителей и детей в рамках программы помогает успешному социально-эмоциональному развитию младших школьников.

Формы и методы организации занятий. Основой программы является самопознание и получение опыта идентификации базовых эмоций. В структуру занятия включены вопросы для обсуждения, которые помогают осознать полученный опыт.

В программу включены анализ проблемных и конфликтных ситуаций, мотивов поведения и разных точек зрения. Активно используется беседа, разговор с детьми из их личного опыта. Неотъемлемой частью занятий является развитие способности к эмпатии — сопереживанию и сочувствию эмоциональному состоянию другого человека.

Отдельный раздел программы посвящён взаимодействию младших школьников и развитию их коммуникативных навыков. Несмотря на то, что в начальной школе ведущей деятельностью ребёнка становится учебная деятельность, игра по-прежнему включена в занятия. Наряду с этим вводятся элементы анализа: обсуждение ситуаций, чувств героев литературных произведений и мультфильмов. В программу также включены разные способы выражения эмоций: рисование, создание аппликаций, проигрывание ситуаций, выражение эмоций через движение и др. Стойкие позитивные изменения возможны лишь при совместных усилиях всех участников обучения и развития ребёнка, поэтому к работе активно подключаются родители. В программе предусмотрены не только задания, предполагающие совместную работу детей и родителей, но и особые мероприятия для родителей.

Программа рассчитана на один год обучения — в 3 и во 4 классах.

В программу включены мероприятия для родителей и совместные детско-родительские мероприятия.

Занятия проводит учитель начальных классов или психолог, прошедшие специальную подготовку по программе.

I. Планируемые результаты освоения программы СЭР.

Личностные.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- 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.

Метапредметные.

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;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- конструктивно разрешать конфликты с помощью сотрудничества, учитывая интересы всех участников.

Предметные.

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемый результат
		Идентификация	Ребёнок знает мимические признаки не менее

1. Восприятие и понимание причин эмоций	Идентификация эмоций	эмоций по мимическим признакам	пяти основных 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) по позе человека, его жестам и движениям, может сопоставить действия и эмоции.
		Идентификация эмоций по вербальным и паравербальным признакам	Ребёнок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, интерес) в речи по названию, интонации, громкости, темпу.
		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 эмоций в творчестве	Ребёнок выражает эмоции в рисунке, аппликации, через музыку и движение.
	Понимание причин эмоций	Понимание ситуативной обусловленности 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.
	Понимание эмоциональной		Ребёнок понимает, что эмоции могут влиять на

2. Эмоциональная регуляция	обусловленности поведения		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.
	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.
--	--	--------------------------	---

Оценка результатов усвоения программы проводится в целях выявления индивидуальных особенностей детей для создания индивидуального образовательного маршрута в ходе обучения и содействия

раскрытию потенциала каждого ребёнка.

Оценка с фиксацией результатов проводится в начале и в конце учебного года. В начале учебного года по результатам оценки определяется зона образовательных потребностей каждого ребёнка и конструируется индивидуальная траектория его развития в рамках программы. В конце года на основе результатов диагностики делаются выводы о степени удовлетворения образовательных потребностей детей и динамике в развитии их умений.

Основным инструментом оценки является структурированное наблюдение за детьми как в ходе занятий, так и в остальное время. Объектом наблюдения являются компетенции и блоки компетенций программы социально-эмоционального развития.

Для каждой компетенции выделено от двух до пяти критериев для наблюдения, которое проводится педагогом с опорой на индикаторы, приведённые в методическом пособии. Результаты наблюдения фиксируются в сводных таблицах отдельно по каждой компетенции.

Оценка ученика проводится по 10-балльной шкале, которая соответствует трём уровням:

- 1-й уровень (1—3 балла) — не пытается проявлять оцениваемый навык / пытается, но ничего не получается;
- 2-й уровень (4—7 баллов) — нерегулярно применяет оцениваемый навык / показывает средний (нерегулярный) результат;
- 3-й уровень (8—10 баллов) — регулярно и успешно применяет оцениваемый навык.

Педагогу не следует делить учащихся на сильных, средних и слабых по итоговой сумме баллов.

Суммарные усреднённые оценки предназначены для оценки эффективности программы, а не личности ребёнка.

Важно понимать, что эти результаты не могут быть использованы для сравнения детей между собой.

II. Основное содержание программы.

Программа имеет универсальную структуру: она включает в себя введение и три тематических блока.

Введение. Направлено на знакомство и самопрезентацию учеников в классе, создание благоприятных условий для совместной работы, определение правил взаимодействия.

Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций. Включает в себя идентификацию эмоций, их выражение и понимание причин. В первый год изучаются пять базовых эмоций: радость, злость, грусть, страх и интерес. Занятия направлены на развитие не только представлений о разных эмоциональных выражениях, но и способности их произвольно изобразить. Ещё одной задачей этого раздела является развитие у детей восприятия и понимания эмоций в ситуативном контексте, без опоры на мимику. Знакомясь с типовыми ситуациями, которые могут вызвать ту или иную эмоцию, дети учатся прогнозировать эмоции других людей и понимать зависимость эмоций от ситуации. Занятия этого раздела также содержат материал, отражающий индивидуальные особенности в переживании и выражении эмоций и их силы.

Раздел 2. Эмоциональная регуляция. Занятия данного раздела способствуют формированию представлений у детей о приятных и неприятных эмоциях, их значении в жизни человека.

Установка на подавление неприятных или социально осуждаемых эмоций заменяется

формированием умений саморегуляции и пониманием необходимости управления собственными эмоциями. Дети учатся осознавать эмоциональную обусловленность поведения, делать предположения о том, как разные эмоции могут влиять на поведение, применять элементарные приёмы саморегуляции. Особое внимание уделяется управлению такими эмоциями, как страх и злость.

Раздел 3. Социальное взаимодействие. Данный раздел посвящён формированию принятия многообразия и уважения индивидуальности человека. Занятия направлены на развитие коммуникативной компетентности: умения слушать и понимать других людей, работать в команде, решать конфликты, помогать другим и самому просить о помощи. Особое внимание отводится изучению возможностей влияния на эмоциональное состояние других людей посредством оказания эмоциональной поддержки.

Тематические встречи для родителей и совместные детско-родительские мероприятия. В рамках реализации программы социально-эмоционального развития предусмотрено проведение интерактивных тематических встреч во время родительских собраний. Продолжительность каждой встречи составляет 15—30 минут. Запланированы четыре такие встречи: первая — ознакомительная, остальные посвящены содержанию тематических разделов программы.

Важной частью программы является проведение совместных детско-родительских мероприятий — игр, конкурсов и др.

Тематическое планирование (третий год обучения)

Блоки	Занятие и тема
Введение	1. И снова вместе!
Эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения	2. Классный город: наши мечты и желания.
	3. Эмоции, эмоции, эмоции: роль эмоций в достижении результатов
	4. Эмоции, эмоции, эмоции: составление эмоционального словаря
	5. Составляем соглашения класса
	6. Составляем соглашения класса
Эмоциональная регуляция в ситуации достижения цели	7. Моя путеводная звезда: постановка цели и её характеристика
	8. Моя путеводная звезда: развитие навыка формулирования цели
	9. Дом, в котором мы живем: эмоции нашего класса
	10. Дом, в котором мы живем: соотнесение пространства класса с личными ощущениями
	11. Моя супер сила : самовыражение через автопортрет
	12. Моя супер сила: умение видеть другого
	13. Когда что-то пошло не так: обобщения представлений детей о трудностях
	14. Когда что-то пошло не так: создание условий для развития самопринятия
	15. Нужно ли стараться: о ценности собственного опыта
	16. Нужно ли стараться: преимущества настойчивого поведения
	17. Новый год- новые цели: пересмотр соглашения
	18. Новый год- новые цели: постановка личной цели
	19. Не торопись с выводами: актуализация ситуации выбора
	20. Не торопись с выводами: развитие внимательного отношения
	21. Искусство замечать хорошее: развитие умения видеть хорошее и выражать благодарность
	22. Искусство замечать хорошее: формирование позитивного мышления
	23. Какой он – правильный выбор? (актуализация ситуации выбора)

	24. Какой он – правильный выбор? (эмоциональные реакции в ситуации выбора)
Управление собой в стрессовых ситуациях	25. Это угроза? (эмоции в ситуации морально-нравственного выбора)
	26. Это угроза? (идентификация угрозы и способы реагирования на неё.
	27. Мы справимся! (развитие эмпатии)
	28. Мы справимся! (осмысление и присвоение детьми отношений эмпатии)
	29. Что значит помогать: эмоции в ситуации оказания помощи
	30. Что значит помогать: оказание помощи о обращение за ней
	31. Тайны музейных экспонатов: определение ценности человека
	32. Тайны музейных экспонатов: семейные ценности
Подведение итогов	33. Соглашения. Подводим итоги: анализ работы за год
	34. Соглашения. Подводим итоги: планирование на лето
Итого: 34 часа	

Список рекомендованной литературы.

1. Азбучные истины / сост. Мария Головановская. — М.: Clever, 2016.
2. Барб-Галль Ф. Как говорить с детьми об искусстве. — СПб.: Арка, 2017.
3. Бренифье О. Что такое свобода? — М.: Clever, 2012.
4. Бренифье О. Что такое чувства? — М.: Clever, 2014.
5. Бренифье О., Деспре Ж. Главная книга противоречий. — Clever, 2012.
6. Бренифье О., Деспре Ж. Любовь и дружба. — М.: Clever, 2013.
7. Вант Хал Д. Творческое воспитание. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016.
8. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. — М.: Эксмо-Пресс, 2003.
9. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? — М.: АСТ, 2016.
10. Готтман Джон, Деклер Джоан. Эмоциональный интеллект ребенка. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 1997.
11. Грей П. Свобода учиться. Игра против школы. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016.
12. Грин Р. В партнерстве с ребенком. Как слышать друг друга и вместе находить решения. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019.
13. Кон А. Воспитание сердцем. Без правил и условий. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019.
14. Корчак Я. Несерьезная педагогика. — М.: Самокат, 2019.
15. Кэмерон Д., Лайви Э. Художник есть в каждом. Как воспитать творчество в детях. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015.
16. Макарова Е. Г. Как вылепить отфыркивание. — М.: Самокат, 2017.
17. Макарова Е. Г. Цаца заморская. — М.: Самокат, 2019.
18. Монсе Д. Монстры под кроватью. — М.: Альпина Паблишер, 2017.
19. Мурашова Е. В. Все мы родом из детства. — М.: Самокат, 2019.
20. Мы все рождены свободными. Всеобщая декларация прав человека в картинках. — М.: КомпасГид, 2011.
21. Особенности развития детей 6–7-летнего возраста / под ред. Д. Б. Эльконина, А. Л. Венгера. — М.: Педагогика, 1988.
22. Осорина М. В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. — СПб.: Питер, 2016.
23. Пейн Б. Как искусство может сделать вас счастливее. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018.
24. Петрановская Л. В. Большая книга про вас и вашего ребенка. — М.: АСТ, 2017.
25. Рапсон Джеймс, Инглиш Крейг. Похвалите меня. Как перестать зависеть от чужого мнения и обрести уверенность в себе. — Альпина Паблишер, 2014.
26. Робинсон Кен, Ароника Лу. Школа будущего. Как вырастить талантливого ребенка. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016.
27. Розенберг М. Язык жизни. Ненасильственное общение. — София, 2018.
28. Смирнова Т. И. Воспитание искусством или искусство воспитания. — М., 2007.
29. Соловейчик С. Л. Учение с увлечением. — М.: Первое сентября, 2012.
30. Тома д'Ансембур. Хватит быть хорошим! Как прекратить подстраиваться под других и стать счастливым. — М.: Эксмо, 2004.
31. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? — М.: Генезис, 2010.

32. Чистякова М. И. Психогимнастика / под ред. М.И. Буянова — М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.
33. Шумейкер Х. Не делиться — это нормально! И другие неправильные правила воспитания разумных и отзывчивых детей. — М.: КоЛибри, 2016.