МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ХРАБРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

**Рабочая программа**

**курса внеурочной деятельности**

**«Школа возможностей»**

**в 1 «А, 1«Б», 1 «В» классах**

**на 2024– 2025 учебный год**

Разработчик:

Чернецова И.И.,

учитель начальных классов

п.Храброво

2024г.

**результаты освоения курса**

|  |
| --- |
| **Личностные результаты** |
| **Учащиеся получат возможность для формирования:**  - уважительного отношения к мнению другого человека;  - начальных навыков адаптации в динамично изменяющемся 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 социальныхситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. |
| **Метапредметные результаты**  **Учащиеся получат возможность для формирования:**  **-** применять начальные формыпознавательной 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**  Предметные результаты освоения программы социально – эмоционального развития разделяются на три блока компетенций: восприятие и понимание причин эмоций, эмоциональная регуляция, социальное взаимодействие.  **Содержание курса** |
| **Введение (3ч)**  Направлено на знакомство и самопрезентацию учеников в классе, создание благоприятных условий для совместной работы, определение правил взаимодействия. |
| **Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 занятий)**  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 изобразить.  **Раздел 2. Эмоциональная регуляция (8 занятий)**  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 развитию способностей к саморегуляции.  **Раздел 3. Социальное взаимодействие (12 занятий)**  Данный раздел посвящён формированию принятия многообразия и уважения индивидуальности человека.Занятия направлены на развитие коммуникативной компетентности: умение слушать и понимать других людей, работать в команде, решать конфликты, помогать другим и самому просить о помощи. |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | Количество часов | | | Формы контроля |
| **всего** | **теория** | практика |
| Введение (3ч) | | | | | |
| 1 | **Тема 1. Знакомство детей в классе, самопрезентация.**  Здравствуйте, это я! | 1 | 0.5 | 0.5 | Блиц-опрос |
| 2 | **Тема 2. Психологический климат в классе.**  Мой класс — это место, где мне хорошо | 1 | 0.5 | 0.5 | Выставка рисунков |
| 3 | **Тема 3. Нормы и правила в группе.**  Правила нашего класса | 1 | 0.5 | 0.5 | Свод правил |
| Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 занятий) | | | | | |
| 4 | **Тема 4. Многообразие эмоций.**  Сад души | 1 | 0.5 | 0.5 | Записи с наклейками в тетради |
| 5 | **Тема 5. Причины возникновения и способы выражения радости.**  Почему мы радуемся. | 1 | 0.5 | 0.5 | Игра  Рисунки |
| 6 | **Тема 5. Причины возникновения и способы выражения радости**  Как мы радуемся | 1 | 0.5 | 0.5 | Записи с наклейками в тетради |
| 7 | **Тема 6. Причины возникновения и способы выражения грусти.**  Почему и как мы грустим | 1 | 0.5 | 0.5 | Игра с карточками |
| 8 | **Тема 7. Причины возникновения и способы выражения злости.**  Почему и как мы злимся | 1 | 0.5 | 0.5 | Игра с карточками |
| 9 | **Тема 8. Причины возникновения и способы выражения страха.**  Почему и как мы боимся | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  эмоций |
| 10 | **Тема 9. Причины возникновения и способы выражения интереса.**  Интерес и как мы его проявляем | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  эмоций |
| 11 | **Тема 10. Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей.**  Разные эмоции и их причины | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  эмоций |
| 12 | **Тема 11. Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека.**  Разные люди — разные эмоции | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  Эмоций |
| 13 | **Тема 12. Интенсивность эмоций.**  Разные эмоции и их сила | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  эмоций |
| Раздел 2. Эмоциональная регуляция (8 занятий) | | | | | |
| 14 | **Тема 13. Модальность эмоций.**  Приятные и неприятные эмоции | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  Эмоций |
| 15 | **Тема 14. Влияние эмоций на поведение.**  Как эмоции влияют на поведение | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  Эмоций |
| 16 | **Тема 15. Выражение эмоций, основы саморегуляции.**  Эмоции, которые хочется спрятать | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  Эмоций |
| 17 | **Тема 16. Влияние злости на поведение. Основы управления злостью.**  Когда злость бывает полезной? | 1 | 0.5 | 0.5 | Игра с карточками |
| 18 | **Тема 17. Конструктивные способы выражения злости. Основы саморегуляции.**  Как не лопнуть от злости? | 1 | 0.5 | 0.5 | Игра с карточками |
| 19 | **Тема 18. Значение эмоции страха в жизни человека.**  Когда страх помогает, а когда мешает? | 1 | 0.5 | 0.5 | Игра с карточками |
| 20 | **Тема 19. Управление страхом. Основы саморегуляции.**  Как справиться со страхом | 1 | 0.5 | 0.5 | Игра с карточками |
| 21 | **Тема 20. Элементарные навыки саморегуляции.**  По волнам эмоций | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  эмоций |
| Раздел 3. Социальное взаимодействие (12 занятий) | | | | | |
| 22 | **Тема 21. Сходства и различия в группе. Общение в мире различий.**  Что, если ты не похож на меня? | 1 | 0.5 | 0.5 | Взаимодействие в разыгранной ситуации |
| 23 | **Тема 22. Согласованность в совместной работе.**  Как работать вместе | 1 | 0.5 | 0.5 | Записи с наклейками в тетради |
| 24 | **Тема 23. Важность умения слушать другого человека.**  Как услышать другого | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  эмоций |
| 25 | **Тема 24. Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений.**  Как понять другого | 1 | 0.5 | 0.5 | Палитра  эмоций |
| 26 | **Тема 25. Эмпатия, сочувствие и сопереживание.**  Как понять, что человеку нужна поддержка | 1 | 0.5 | 0.5 | Записи с наклейками в тетради |
| 27-28 | **Тема 26. Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки.**  Как поддержать другого | **2** | 0.5 | 1.5 | Разыгрывание ситуаций |
| 29 | **Тема 27. Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях.**  Как помочь другому | 1 | 0.5 | 0.5 | Разыгрывание ситуаций |
| 30 | **Тема 28. Умение обратить внимание других на свои потребности, попросить о помощи.**  Как попросить о помощи | 1 | 0.5 | 0.5 | Разыгрывание ситуаций |
| 31-32 | **Тема 29. Сложные ситуации в общении и способы их разрешения.**  Как решать конфликты | **2** | 0.5 | 1.5 | Разыгрывание ситуаций |
| 33 | **Тема 30. Осознание изменений за время первого года обучения. Мотивация к саморазвитию.**  Мои достижения и планы | 1 | 0.5 | 0.5 | Презентация достижений |

ИТОГО: 33часа