



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Многопрофильный лицей города Димитровграда Ульяновской области»
имени заслуженного учителя школы РСФСР Ривгата Рашитовича Ибрагимова
Форма-Рабочая программа по учебному предмету, курсу

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ МПЛ
Д.А. Дырдин

« 29 » августа 20 23 г.

Приказ № 220-од от « 29 » августа 20 23 г.

Рабочая программа по учебному предмету, курсу

Название учебного предмета, курса	Социально- эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста.
Класс	1-4
Уровень образования	начальное общее образование
Срок реализации программы	4 года
Количество часов	всего 135 часа в год; в 1 час неделю
Рабочая программа составлена на основе	
Учебно-методический комплекс	
Рабочую программу составил (а)	Абуталипова Д.Е., Андропова Е.В., Аннина Л.В., Антонова Т.А., Галиуллина Г.Р., Грешкова Н.М., Захарова Н.П., Кондакова Е.Р., Медведева Н.С., Михайлина И.Н., Платонова Г.В., Пясецкая Т.А., Скрытникова Е.М., Степучева О.Д., Шакмаева Г.А., Шестоперова В.А., Янкова Л.А.,.
Город	Димитровград
Год разработки программы	2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Содержание учебного предмета	3
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета	9
3. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета, и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов	15

Рабочая программа учебного курса «Социально- эмоциональное развитие детей» для обучающихся 1-4 классы на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее — ФГОС НОО), а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в Программе воспитания МБОУ МПЛ. Общее число часов, отведённых на изучение на 1 час в неделю: 1 класс – 33ч. в год, 2-4 классы – 34ч. в год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа, разработанная при участии Благотворительного фонда Сбербанка «Вклад в будущее», отвечает запросам времени. Она 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.

Субъектный подход предполагает учёт индивидуальных особенностей ребёнка и его непосредственное участие в процессе обучения и воспитания. Ребёнок является не объектом обучения и воспитания, а его субъектом.

Теория модели психического, или модель психического состояния, — это возможность понимать не только собственное психическое состояние (намерения, желания, чувства и т. п.), но и психический мир других людей. Без развития этой способности невозможны ни социализация, ни усвоение социальных правил и норм, ни адаптация к меняющимся условиям социальных отношений.

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. Согласно данной теории, выделяются следующие составляющие эмоционального интеллекта. Восприятие и идентификация эмоций — способность распознавать свои эмоции и эмоции других людей.

Понимание эмоций — умение определять причины возникновения эмоций, видеть связь между мыслями, поведением и эмоциями, предугадывать, как изменится эмоциональное состояние в ближайшее время, понимать сложные эмоции и чувства (свои и других людей).

Использование эмоций — способность задействовать эмоции для решения повседневных задач, при выстраивании взаимоотношений с окружающими людьми.

Управление эмоциями — умение регулировать своё эмоциональное состояние и интенсивность проявления эмоций; оказывать влияние на эмоциональное состояние других людей.

Программа социально-эмоционального развития рассчитана на работу с детьми, начиная с дошкольного 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.

Цель программы

Способствовать социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

Задачи программы

- *Познакомить школьников с многообразием эмоций.
- *Развивать умение выражать и распознавать эмоции (радость, злость, грусть, страх, удивление, интерес) у себя и других людей.
- *Расширять эмоциональный словарь школьников.
- *Создавать условия для понимания эмоциональной обусловленности поведения и причин возникновения эмоций.
- *Формировать у школьников 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 детей 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

СОДЕРАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа для младших школьников является продолжением курса для дошкольников. Она рассчитана на четыре года обучения — в 1-4 классах. Если работа

в 1 классе не проводилась, можно начать заниматься по программе первого года обучения с учащимися 2 класса. Программа имеет универсальную структуру: в рамках каждого года обучения она включает в себя введение и три тематических блока. Данное методическое пособие предназначено для педагогов, которые будут проводить с детьми занятия первого года обучения. В пособии подробно рассматривается содержание, тематическое планирование и сценарии занятий первого года обучения по программе. Тематическое планирование и сценарии занятий второго года обучения представлены в отдельном пособии. Занятия проводятся с учащимися 1—2 (или 3-4) классов один раз в неделю.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

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.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций

Раздел посвящён обобщению и закреплению знаний об изученных ранее эмоциях и формированию представлений о новых эмоциях — удивлении и отвращении. Таким образом, за два года обучения школьники изучают семь базовых эмоций, учатся их выражать и распознавать, понимать причины возникновения этих эмоций у себя и других людей. Особенное внимание уделяется эмоциям, связанным с обучением в школе. Значительная часть раздела посвящена идентификации собственных эмоций и пониманию их причин.

Раздел 2. Эмоциональная регуляция

Основное направление работы во второй год обучения остаётся прежним — занятия способствуют осознанию важности выражения эмоций, развитию способности к саморегуляции. Дети учатся оценивать, какое влияние (конструктивное или деструктивное) определённые эмоции оказывают на поведение, и делать выводы о необходимости управления ими. Расширяется спектр методов эмоциональной регуляции.

Раздел 3. Социальное взаимодействие

Данный раздел посвящён развитию социальной компетентности — системы социальных умений и навыков взаимодействия, сценариев поведения в типичных общественных ситуациях, а также выработке новых поведенческих сценариев, позволяющих адаптироваться в сложных ситуациях и находить варианты решения, целенаправленно взаимодействовать с окружающими.

Расширяются представления детей о различиях и сходстве интересов и предпочтений разных людей.

Они являются основой для формирования установок Толерантности.

Занятия данного раздела направлены на укрепление ценности дружбы, развитие умений, помогающих детям поддерживать дружеские отношения, противостоять буллингу (агрессивному преследованию) в классе.

Особое внимание уделяется развитию навыка децентрации, пониманию внутреннего состояния человека, умению учитывать неверные мнения и понимать их источники, а также различать обман и осознавать его влияние на взаимоотношения. Среди важных социальных навыков рассматриваются эмоциональная поддержка, умение адаптироваться в новом коллективе, высказывать и конструктивно отстаивать собственное мнение.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Программа третьего года обучения ориентирована на решение актуальных возрастных задач в сфере взаимодействия с окружающими и развитие навыка управления эмоциями в трёх типах ситуаций: выбора, достижения и угрозы. Годовой цикл начинается вводным совместным детско-родительским мероприятием и завершается итоговым занятием. Все темы можно условно поделить на 5 блоков :

Вводное занятие направлено на укрепление доброжелательного психологического климата в классе, актуализацию имеющихся знаний и навыков в области социально-эмоционального развития, а также формирование мотивации на обучение по программе.

Эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения. Темы этого блока посвящены навыкам саморегуляции в ситуации неопределённости и относятся к «мастерской выбора»¹ Дети учатся распознавать собственное эмоциональное состояние и управлять им и своим мышлением, а также осознавать влияние внешних факторов на личный выбор

В ходе обсуждения расширяются представления детей о различиях и сходстве интересов и предпочтений разных людей, что становится основой для формирования установок толерантности.

Эмоциональная регуляция в ситуации достижения цели. Акцент в этом блоке сделан на умении сотрудничать, договариваться при достижении общей цели. Содержание тем способствует формированию здоровой самооценки, развитию умения обращаться за помощью и поддержкой и быть благодарными .

Задания и упражнения направлены на формирование позитивного самоотношения, устойчивой самооценки и относятся к «мастерской достижения»

Управление собой в стрессовых ситуациях. Темы данного блока направлены на укрепление ценности

дружбы, развитие умений, помогающих детям поддерживать доброжелательные отношения, противостоять буллингу (агрессивному преследованию) в классе, а также на усвоение эмоционально-ориентированных (направленных на преодоление эмоционального возбуждения, вызванного стрессором) копинг-стратегий², которые могут быть применимы как

в ситуациях, связанных с учёбой (контрольные, экзамены, ответ у доски и пр), так и во взаимодействии с другими участниками образовательного процесса

(одноклассниками, другими учащимися школы, педагогами и пр) Содержание блока можно отнести к «мастерской жизнестойкости»

Подведение итогов. Последнее занятие третьего года обучения посвящено рефлексии, осмыслению полученного опыта, а также постановке задач на летние каникулы.

Некоторые темы могут одновременно относиться к нескольким тематическим блокам, так как они могут включать в себя ситуации различного характера и затрагивать ресурсы разных подструктур личностного потенциала.

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Программа четвёртого года обучения продолжает логику предыдущего и ориентирована на решение актуальных возрастных задач в сфере взаимодействия с окружающими и развитие навыка управления эмоциями в трёх типах ситуаций: выбора, достижения и угрозы.

Все темы можно условно поделить на три блока:

Эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения («мастерская выбора»)

Темы этого блока направлены на осознание учащимися своей роли в разных ситуациях, понимание своих эмоций и импульсов, связанных с ними, развитие осмысленного выбора модели поведения в зависимости от желаемого результата и принятие ответственности за любой результат своих действий.

Эмоциональная регуляция в ситуации достижения цели («мастерская достижения»)

На занятиях этого блока учащиеся расширяют представления о своих сильных сторонах, учатся опираться на них при решении практических задач, развивают навыки саморегуляции при достижении цели.

Управление собой в стрессовых ситуациях («мастерская жизнестойкости»)

Задача занятий этого блока состоит в том, чтобы способствовать формированию у учащихся жизнестойких установок, развитию способности находить опору в себе и поддержку других в сложных ситуациях. Некоторые темы могут одновременно относиться к нескольким тематическим блокам, так как они включают в себя ситуации различного характера и затрагивают ресурсы разных подструктур личностного потенциала.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.

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

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

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
1. Восприятие и понимание причин эмоций	Идентификация эмоций	Идентификация эмоций по мимическим признакам	Ребёнок знает мимические признаки следующих эмоций: злость, страх, интерес, грусть, радость, удивление, 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 различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, интерес, удивление) 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
2. Эмоциональная регуляция	Понимание эмоциональной обусловленности		Ребёнок понимает, что эмоции могут влиять на поведение, делает

	поведения		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 поддерживать 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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел	Темы занятий	Количество занятий	В том числе			Форма контроля
			лекции	выездные занятия, стажировки, деловые игры	практические занятия	
Введение	Тема 1. Индивидуальность и многообразие в группе. Занятие 1. Портрет моего Я.	1	1		1	беседа
	Тема 2. Проявление эмоций в группе. Занятие 2. Правила группы. Занятие 3. Дом в окошках — словно сыр. Много-много в нём квартир	2	1	1		игра
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций	Тема 3. Многообразие эмоций. Занятие 4-5. Происшествие в цветнике	2	1	1		Ролевая игра
	Тема 4. Радость и грусть. Признаки и	1	1			просмотр тематических

	причины. Занятие 6. Почему мы грустим и радуемся					видеофильмов
	Тема 5. Страх. Признаки и причины. Вред и польза страха. Занятие 7. Где живут страшные монстрики?	1	1			беседа
	Тема 6. Злость. Признаки и причины злости. Занятие 8. Как договориться со злыми монстриками	1			1	игра
	Тема 7. Отклик тела на эмоции. Выражение эмоций мимикой, позой, движением. Занятие 9. Мой калейдоскоп эмоций. Занятие 10. Мой калейдоскоп эмоций (продолжение)	2	1		1	Конкурс рисунков
	Тема 8. Выражение эмоций голосом. Эмоции в речи. Занятие 11. Как услышать	2	1		1	Конкурс сказок

	чужие эмоции. Занятие 12. Давай придумаем сказку.					
	Тема 9. Разнообразие эмоций в поэзии и живописи. Интерес, удивление. Занятие 13. Приключение линии на холсте. Занятие 14. Встреча с ожившей картиной	2		1	1	Круглый стол
	Тема 10. Эмоции и музыка. Занятие 15. Я слышу и чувствую музыку. Занятие 16. Как слова подружились с музыкой	2	1	1		Слушание музыки
Раздел 2. Эмоциональная регуляция	Тема 11. Основы саморегуляции. Занятие 17. Пять важных шагов. Занятие 18-19. Как изменить своё настроение	3	1		2	игра
	Тема 12. Регуляция эмоций и поведенческих проявлений	2	1		1	Ролевая игра

	при взаимодействии и в группе. Занятие 20. Вместе интереснее. Занятие 21. Как договориться с сильными эмоциями					
	Тема 13. Творческое выражение эмоций как способ саморегуляции. Занятие 22. Мой разноцветный день. Занятие 23. Что хранится в моём сердце	2	1		1	Конкурс рисунков
Раздел 3. Социальное взаимодействие	Тема 14. Навыки коммуникации — установление отношений и сотрудничества. Занятие 24. Раз, два, три, четыре, пять, я хочу с тобой играть. Занятие 25. Давай играть вместе!	2	1		1	Ролевая игра
	Тема 15. Эмпатия. Оказание эмоциональной поддержки. Взаимопомощь	3	1		2	игра

	<p>Занятие 26. Раз, два, три, четыре, пять, мы в поход идём играть.</p> <p>Занятие 27. Секреты понимания.</p> <p>Занятие 28. Если друг не смеётся, подари ему солнце.</p>					
	<p>Тема 16. Конфликты и разногласия. Эффективное поведение в ситуации конфликта.</p> <p>Занятие 29. Слушай свою Птицу души.</p> <p>Занятие 30. Надо постараться, чтоб ни с кем не драться</p>	3	1		1	беседа
	<p>Тема 17. Эмоции и театр.</p> <p>Занятие 31. Волшебные превращения простых вещей.</p> <p>Занятие 32. Я играю в теневом театре</p>	2	1	1		Ролевая игра
	<p>Заключительное занятие.</p> <p>Занятие 33. Путешествие в городе эмоций</p>	1	1			диагностик а
		33				

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел	Темы занятий	Количество занятий	В том числе			Форма контроля
			лекции	выездные занятия, стажировки, деловые игры	практические занятия	
Введение	Тема 1. Разнообразие и уникальность в группе. Занятие 1. Мой портрет в цифрах и рисунках	1	1			беседа
	Тема 2. Правила взаимодействия в группе. Занятие 2. Правила взаимодействия в группе Занятие 3. Где стоит буква «Я» в алфавите?	2	1		1	игра
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций	Тема 3. Многообразие эмоций: радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес. Занятие 4. Я состою из эмоций. Занятие 5.	3	1		2	Ролевая игра

	Чувства разные нужны. Занятие 6. Пишу первое письмо					
	Тема 4. Органы чувств и эмоции. Занятие 7. Я доверяю своим ощущениям. Занятие 8. Играю в ассоциации	2	1		1	Игра в ассоциации
	Тема 5. Выражение и распознавание эмоций по невербальным признакам. Занятие 9. Как договориться без слов. Занятие 10. Что может сказать моё тело	2	1		1	игра
	Тема 6. Выражение и распознавание эмоций по звукам, вербальным признакам. Занятие 11. Как звучат эмоции? Занятие 12. Оркестр моего настроения	2	1		1	беседа
	Тема 7. Искусство — источник эмоций.	2	1		1	Конкурс творческих работ

	Занятие 13. Скучное я сделаю интересным. Занятие 14. Моё ателье цвета					
	Тема 8. Распознавание эмоций в поэзии. Влияние иллюстрации на эмоционально е восприятие текста. Занятие 15. Страница из моей книги эмоций. Занятие 16. Я рисую стихи	2	1		1	Конкурс стихов
Раздел 2. Эмоциональ ная регуляция	Тема 9. Приёмы саморегуляци и. Занятие 17. Как заявить о себе? Занятие 18. Искусство моего дыхания	2	1		1	игра
	Тема 10. Арт- территория: эмоции через творчество. Занятие 19. Я могу рисовать свои эмоции. Занятие 20. Играю с искусством	2	1		1	Выставка рисунков
	Тема 11. Регуляция	2	1		1	игра

	эмоциональн х состояний при взаимодейств ии в группе. Занятие 21. Превращение моих эмоций. Занятие 22. Игра в собираателей					
Раздел 3. Социальное взаимодейст вие	Тема 12. Установление и поддержание дружеских отношений. Занятие 23. Как стать хорошим другом? Занятие 24. Мой питомец мне друг Занятие 25. Мой питомец мне друг	3	1	1	1	беседа
	Тема 13. Эмпатия. Навыки оказания эмоционально й поддержки. Взаимопомощ ь. Занятие 26. Как помочь другу? Занятие 27. Я смогу поделиться с тобой.	2	1		1	беседа
	Тема 14. Конфликты и их профилактика. Решение	3	1	1	1	Ролевые игры

	конфликтных ситуаций. Занятие 28. Давай жить дружно. Занятие 29. Кубик согласия. Занятие 30. Где найти хорошее настроение?					
	Тема 15. Этика поведения. Занятие 31. Обращение за помощью — просьба и требование. Занятие 32. Зачем быть вежливым?	2	1		1	беседа
	Тема 16. Социальные компетенции. Занятие 33. Я сочиняю игру. Занятие 34. Учимся играя	2	1		1	диагностика
		34				

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел	Темы занятий	Количество занятий	В том числе			Форма контроля
			лекции	выездные занятия, стажировки, деловые игры	практические занятия	
Введение	1. И снова вместе! (Совместное детско-родительское мероприятие Установка на	1				

	новый учебный год)					
Раздел 1. Эмоциональн ый интеллект в ситуации выбора и самоопределе ния (мастерская выбора)	2. Эмоции, эмоции, эмоции... Обобщение знаний об эмоциях	1	1			беседа
	3. Составляем Соглашение класса. Обсуждение общих правил взаимодейств ия в классе	1			1	беседа
	4. Моя путеводная звезда. Формулирова ние личной цели на учебный год	1	1			выставка
	5. Дом, в котором мы живём. Эмоциональн ая оценка пространства класса	2	1		1	игра
	6. Не торопись с выводами. Прояснение шагов обдуманного выбора	2		1	1	игра
	7. Какой он — правильный выбор? Осознание эмоций в ситуации выбора и понимание их причин.	2	1		1	беседа

	8. Это угроза? Идентификация угрожающего поведения	2	1		1	просмотр тематических видеофильмов
	9. Мы справимся! Поведение в ситуации буллинга.	1	1			просмотр тематических видеофильмов
	10. Тайны музейных экспонатов. Обсуждение семейных ценностей.	2	1		1	выставка
Раздел 2. Эмоциональная регуляция в ситуации достижения цели (мастерская достижения)	11. Эмоции, эмоции, эмоции... Обобщение знаний об эмоциях	1	1			Круглый стол
	12. Моя путеводная звезда. Формулирование личной цели на учебный год	1	1			
	13. Моя суперсила. Составление репортажа о сильных сторонах одноклассников по их рассказам о себе	1			1	игра
	14. Когда что-то пошло не так... Управление состоянием тревоги.	2	1		1	Практическая игра

	15. Нужно ли стараться. Оказание поддержки и приёмы самоподдержки для достижения результата.	1			1	игра
	16. Новый год — новые цели. Подведение промежуточных результатов работы с Соглашением	1			1	викторина
	17. Что значит помогать. Оказание помощи и обращение за ней.	1			1	беседа
	18. Тайны музейных экспонатов. Обсуждение семейных ценностей.	1		1		выставка
Раздел 3. Управление собой в стрессовых ситуациях (мастерская жизнестойкости)	19. Эмоции, эмоции, эмоции... Обобщение знаний об эмоциях	1			1	Игра
	20. Моя суперсила. Составление репортажа о сильных сторонах одноклассников по их рассказам о себе	1	1			беседа

	21. Когда что-то пошло не так... Управление состоянием тревоги.	1	1			Ролевая игра
	22. Нужно ли стараться. Оказание поддержки и приёмы самоподдержки для достижения результата.	2	1		1	беседа
	23. Искусство замечать хорошее. Умение видеть хорошее и благодарить	2	1		1	просмотр тематических видеофильмов
	24. Это угроза? Идентификация угрожающего поведения.	1	1			беседа
	25. Мы справимся! Поведение в ситуации буллинга.	1	1			
Раздел 4. Подведение итогов	26. Соглашение Подводим итоги. Анализ работы с Соглашением в течение года и планирование летних каникул	1			1	диагностика
		34				

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел	Темы занятий	Количество занятий	В том числе			Форма контроля
			лекции	выездные занятия, стажировки, деловые игры	практические занятия	
Раздел 1. Эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения («мастерская выбора»)						
1	Обновление классного Соглашения. Внесение поправок и дополнений в классное Соглашение Отражение прав человека в Соглашении	1	1			беседа
2	Украденные имена. Буллинг. Роли и стратегии реагирования	1	1			беседа
3	Моя реакция — мой выбор. Приёмы управления своим поведением с ориентацией на результат	2	1		1	Круглый стол
4	Не факт! (Навыки ННО). Навыки ненасильственного общения,	1	1			Круглый стол

	умение отделять факт от убеждений Осознание ограничивающих убеждений					
5	Ты мне друг, но ты не прав. Поведение в конфликте.	1			1	тренинг
6	Впереди 5 класс. Постановка задач по саморазвитию перед переходом в 5 класс.	1	1			беседа
7	Стыд, вина, обида. Стратегии управления стыдом и виной. Способы выражения обиды.	1	1			Ролевая игра
8	Быть или не быть добрым? Проявление доброты в действиях и поступках	1	1			просмотр тематических видеофильмов
9	Галерея цитат. Разговор о ценностях и личном выборе	1			1	беседа
Раздел 2. Эмоциональная регуляция в ситуации достижения цели («мастерская достижения»)						
10	Что такое эмоциональный интеллект? Развитие навыков эмоционального интеллекта через	2	1		1	тренинг

	разрешение ситуаций					
11	Моя реакция — мой выбор. Приёмы управления своим поведением с ориентацией на результат	1			1	игра
12	Не факт! (Навыки ННО). Навыки ненасильственного общения, умение отделять факт от убеждений Осознание ограничивающих убеждений	1	1			Круглый стол
13	Впереди 5 класс. Постановка задач по саморазвитию перед переходом в 5 класс	1			1	Круглый стол
14	Да, мы такие. Определение своих сильных сторон	1	1			беседа
15	Дорогу осилит идущий . Роль усердия в достижении цели	2	1		1	беседа
Раздел 3. Управление собой в стрессовых ситуациях («мастерская жизнестойкости»)						
16	Украденные имена. Буллинг. Роли и стратегии реагирования	1			1	Круглый стол
17	Не факт!	1			1	Круглый

	(Навыки ННО). Навыки ненасильственно го общения, умение отделять факт от убеждений Осознание ограничивающи х убеждений					стол
18	Ты мне друг, но ты не прав. Поведение в конflikте	1			1	Ролевая игра
19	Разговор с самим собой. Как быть добрым к себе Самопринятие и самоподдержка	2	1		1	игра
20	Прогулка благодарности. Практика благодарности	2	1		1	игра
21	Да, мы такие. Определение своих сильных сторон	1	1			Круглый стол
22	Стыд, вина, обида. Стратегии управления стыдом и виной Способы выражения обида	1			1	просмотр тематически х видеофильм ов
23	Быть или не быть добрым? Проявление доброты в действиях и поступках.	1			1	игра
24	Ничего себе шуточки! Разговор о том, что смех бывает разным О юморе	2	1		1	просмотр тематически х видеофильм ов

	и злых шутках					
25	Сила природы. Практика саморегуляции с опорой на явления природы	2	1	1		экскурсия
26	Впереди 5 класс. Постановка задач по саморазвитию перед переходом в 5 класс	1	1			беседа
27	Готовимся к переходу. Вспоминаем учебный год и планируем лето	1				диагностика
		34				

СОСТАВ УЧЕБНО- МЕТОДИЧЕСКОГО КОМПЛЕКТА

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). В книге изложены теоретические основы программы, описаны возрастные особенности детей и подростков и др.
- Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы (авторы: Е А Сергиенко, Т Д Марцинковская и др) В пособии изложены теоретические основы программы, описаны возрастные особенности детей и подростков, подробно рассматриваются проблемы социально-эмоционального развития, представлена краткая сравнительная характеристика отечественных и зарубежных программ социально-эмоционального развития
- Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (авторы: А. В. Макаrchук, 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. Особенности работы с материалами, входящими в комплект, подробно описаны в разделе «Как работать с учебно-методическим комплектом» .
- Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (9+) (авторы: И А Дворецкая, Н Е Рычка, М И Катеева) В пособиях содержатся сценарии занятий с учащимися и совместных детско-родительских мероприятий.

- Концепция учебно-методического комплекта «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (авторы: М И Катеева, ТН Е Рычка)
- Как развивать социально-эмоциональные навыки в начальной школе (авторы: И А Дворецкая, М И Катеева, Н Е Рычка) Пособие включает в себя рекомендации по интеграции социально-эмоционального развития в образовательный процесс.
- Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста(10+)» (авторы: И А Дворецкая, М И Катеева, Н Е Рычка) В пособии содержатся сценарии развивающих занятий с методическими рекомендациями по их реализации.
- 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.
- Набор плакатов: «Квадрат настроения» и «Базовые эмоции» Плакаты послужат хорошей визуальной опорой для развития навыков идентификации эмоций.

Предполагаемые результаты курса:

Оценка результатов усвоения программы¹ проводится в целях выявления индивидуальных особенностей детей для содействия раскрытию потенциала каждого ребёнка

Оценка с фиксацией результатов проводится в начале и в конце учебного года В ходе каждого занятия педагогу необходимо наблюдать за детьми, быть внимательным к прогрессу каждого ребёнка, его изменениям и достижениям В этом педагогу поможет предложенная технология наблюдения В начале учебного года по результатам оценки определяется зона образовательных потребностей каждого ребёнка В конце года на основе результатов диагностики делаются выводы о степени удовлетворения образовательных потребностей детей и динамике в развитии их умений

Основным инструментом оценки социально-эмоциональных навыков детей является структурированное наблюдение за детьми как в ходе занятий, так и в остальное время Объектом наблюдения являются параметры компетенций и блоков компетенций социально-эмоционального развития.

1. Восприятие и понимание причин эмоций.

*Идентификация эмоций

*Выражение эмоций

*Понимание причин эмоций

2. Понимание и регуляция эмоциональных состояний.

*Эмоциональное прогнозирование и регуляция эмоциональных состояний

*Понимание контекста взаимодействия

3. Просоциальное поведение в коммуникации.

4. Социально-коммуникационный компонент.

*Коммуникативная компетентность

*Социальная компетентность.

Для каждой компетенции выделено от двух до пяти критериев наблюдения, которое проводится педагогом с опорой на указанные индикаторы. Результаты наблюдения фиксируются в сводных таблицах отдельно по каждой компетенции. Оценка уровня развития навыка 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.

Литература

- 1 Азбучные истины / сост Мария Голованивская — 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
- 34 Шуэ М. Научить ребенка думать — М : Эксмо, 2012
- 35 Экман П. Психология эмоций Я знаю, что ты чувствуешь — СПб : Питер, 2015