

Принята
Утверждена
на заседании педагогического
Протокол №1 от 30.08.2023г.

приказом № 84/01-18 от 01.09.2023

С.Л. Шебаршино



Программа внеурочной деятельности «Социально-эмоциональное развитие»

**муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 30» города Калуги**

Калуга
2023

Пояснительная записка

Разработанная система занятий в рамках программы способствует социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста. Программа 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.

Мы живём в эпоху социальных перемен: меняются условия жизни, ценности, характер отношений между поколениями. Сами взрослые часто оказываются не готовыми к переменам, и это не может не сказываться на детях. Родители и педагоги хотят, чтобы дети были успешными: активными, гармонично развитыми, устойчивыми к стрессам, умеющими справляться с трудностями и достигать поставленных целей, открытыми для познания и освоения нового.

В мире, где нет универсальных методов преодоления трудностей, где традиционные формы социальной интеграции уже не всегда успешны, всё большее значение приобретает развитие личностного потенциала ребёнка, его способности к пониманию себя, к самоорганизации и , что даёт неоспоримые преимущества во взаимодействии со сверстниками и взрослыми, усвоении социальных норм и правил, активной самореализации в обществе. Таким образом, особенно актуальной становится задача организации учебного процесса, включающего в себя социально-эмоциональное развитие.

Цель:

Способствовать социально – эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

Задачи:

- 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
- Развивать внутреннюю убежденность в востребовании ребенка обществом.
- Развивать основы личностной адекватной самооценки, ответственности за свои поступки.
- Воспитывать сочувствие, желание оказывать поддержку, принимать помощь других.

Содержание программы.

Программа рассчитана на два года обучения. Программа имеет универсальную структуру: в рамках каждого года обучения она включает в себя введение и три тематических блока. Занятия проводятся с учащимися 1 – 4 классов один раз в неделю. Первый год обучения включает 33 занятия, второй- четвертый год обучения включает 34 занятия.

Первый год обучения.

Введение.

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

Ещё одной задачей этого раздела является развитие у детей восприятия и понимание эмоций в ситуативном контексте, без опоры на мимику. 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 сознавать эмоциональную обусловленность, делать предположения о том, как разные эмоция могут влиять на поведение, применять элементарные приёмы саморегуляций.

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.

Второй год обучения.

Введение.

Направлено на осознание новых умений, которыми дети овладели летом, укрепление позитивного психологического климата в классе, актуализацию ценностей и норм поведения, правил взаимодействия младших школьников.

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. Особое внимание уделяется эмоциям, связанным с обучением в школе.

Раздел 2. Эмоциональная регуляция.

Основное направление работы во второй год обучения остаётся прежним – занятия способствуют осознанию важности выражения эмоций, развитие способности к саморегуляции. Дети учатся оценивать, какое влияние определённые эмоции оказывают на поведение, и делать выводы о необходимости управления ими.

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 новых ситуациях, варианты решения. Занятия данного раздела направлены на укрепление ценности дружбой, развитие умений, помогающим детям поддерживать дружеские отношения, противостоять буллингу (агрессивному преследованию) в классе.

Планируемые результаты

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

Тематическое планирование

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

1 класс

Тема	Количество часов	Ресурсы
Введение	3ч	«Единая коллекция «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» - http://school-collektion.edu/ru Вклад в будущее

		https://vbudushee.ru/library/
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций	10ч.	Федеральный портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» https://vbudushee.ru/library/ http://windows.edu/ru http://www.ict.edu.ru
Раздел 2. Эмоциональная регуляция	8ч.	www.rusedu.info https://vbudushee.ru/library/
Раздел 3. Социальное взаимодействие	12ч.	http://school-collection.edu.ru/ https://vbudushee.ru/library/
	33ч	

2-4 классы

Тема	Количество часов	Ресурсы
Введение	3 ч.	www.rusedu.info
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций	10 ч.	http://school-collection.edu.ru/ https://vbudushee.ru/library/ http://www.ict.edu.ru
Раздел 2. Эмоциональная регуляция	8 ч.	www.rusedu.info https://vbudushee.ru/library/
Раздел 3. Социальное взаимодействие	13 ч.	http://windows.edu/ru http://www.ict.edu.ru https://vbudushee.ru/library/
Итого:		34 ч.

Формы занятий, проводимых в рамках данной программы:

Просматривание отрывков из художественных фильмов, мультфильмов, рассматривание ситуативных иллюстраций, игра, викторина, конкурс, экскурсия, инсценировка, беседа.

Программа по курсу внеурочной деятельности «Социально – эмоциональное развитие» сформирована с учётом рабочей программы воспитания.