

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 221»
ГОРОДА ЗАРЕЧНОГО ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

ПРИНЯТО
педагогическим советом
МОУ «СОШ № 221»
Протокол №1 от 31.08.2023



**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности обучающихся 2В класса
МОУ «СОШ №221»
духовно-нравственного направления
«Развитие личностного потенциала»**

Срок реализации – 1 год

Автор-составитель:
Банникова Г.В.,
учитель начальных классов
МОУ «СОШ № 221»

г. Заречный

2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.....3
2. Содержание курса внеурочной деятельности
с указанием форм организации и видов деятельности.....4
3. Тематическое планирование.....5

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Программа курса внеурочной деятельности «Развитие личностного потенциала» позволяет добиться следующих личностных, метапредметных и предметных результатов:

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.

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 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 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.

1. Восприятие и понимание причин эмоций.

- Идентификация эмоций.

- Выражение эмоций.
 - Понимание причин эмоций.
- 2. Эмоциональная регуляция.**
- Понимание эмоциональной обусловленности поведения.
 - Владение элементарными навыками саморегуляции.
- 3. Социальное взаимодействие.**
- Коммуникативная компетентность.
 - Социальная компетентность.

Для каждой компетенции выделено от двух до пяти критериев для наблюдения, которое проводится педагогом с опорой на индикаторы, приведённые в приложениях 1—3 данного пособия. Результаты наблюдения фиксируются в сводных таблицах отдельно по каждой компетенции (см. Приложения 1.1—1.3).

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.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Введение - 1 час

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

Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций - 2 часа

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:

- знакомство ведущего и группы;
- обмен участниками личностной информацией о себе, обсуждение ожиданий от занятий, своих сомнений, пожеланий;
- установление правил работы группы, формирование интереса детей к совместной работе, принятие правил групповой работы.
- игры на знакомство.

Раздел 2. Эмоциональная регуляция - 3 часа

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 - 2 часа

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.

Раздел 4. «Восприятие и понимание причин эмоций» -8 часов

Мой психологический портрет. Как я воспринимаю себя сам? Кто я в глазах других? Что во мне особого? В чем это проявляется? Диагностика позиции «Я», самооценки, личностных качеств участников. Практикум по углублению процессов самораскрытия, укреплению самооценки и актуализации личностных ресурсов.

Раздел «Эмоциональная регуляция» - 6 часов

Мои эмоции. Что может вызвать мое раздражение, а что злость? Что вызовет быстрее всего у меня радость? Как проявляются мои эмоции (мимика, жесты, поведение)? Что берет гору: ум или эмоции? Как справиться с плохим настроением? Диагностика эмоционально-волевой сферы участников. Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей, регуляции эмоциональных проявлений.

Раздел «Социальное взаимодействие» - 12 часов

Я о другом. Комфортно ли мне с другими? Чем меня привлекают окружающие, а чем отталкивают? Контакт с другим (общительны ли мы?). Конфликтен ли я? Зона взаимодействия. Точки соприкосновения. Моделируем взаимодействие. Эффективные приемы общения. Диагностика коммуникативных качеств участников. Практикум по развитию навыков межличностного общения. Практикум по определению личностных ценностей, самопринятию и укреплению личностных ресурсов. Игра «Палитра эмоций». Игра-конкурс по изученному материалу. Практикум по развитию умения выражать эмоции через творчество. Применение технологии саморегуляции. Практикум по произвольному сокращению и расслаблению мышц

4. Тематическое планирование

<i>№ занятия</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Содержание деятельности</i>
			<i>Практическая часть занятия</i>
1	Знакомство детей в классе, самопрезентация.	1	Беседа о психологии. Принятие правил групповой работы. Игры на знакомство.
2	Психологический климат в классе.	1	
3	Нормы и правила в группе.	1	

4	Многообразие эмоций.	1	<p>Диагностика позиции «Я», самооценки, личностных качеств участников.</p> <p>Практикум по углублению процессов самораскрытия, укреплению самооценки и актуализации личностных ресурсов.</p>	
5, 6	Причины и способы выражения радости.	2		
7	Причины и способы выражения грусти.	1		
8	Причины и способы выражения злости.	1		
9	Причины и способы выражения страха.	1		
10	Причины и способы выражения интереса.	1		
11	Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей.	1		<p>Диагностика эмоционально-волевой сферы участников.</p> <p>Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей, регуляции эмоциональных проявлений.</p>
12	Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека.	1		<p>Диагностика коммуникативных качеств участников. Практикум по развитию навыков межличностного общения.</p>
13	Интенсивность эмоций.	1		
14	Модальность эмоций.	1		
15	Влияние эмоций на поведение.	1		
16	Выражение эмоций, основы саморегуляции.	1		
17	Влияние злости на поведение. Основы управления злостью.	1		
18	Конструктивные способы выражения злости. Основы саморегуляции.	1		
19	Значение эмоции «страх».	1	<p>Практикум по определению личностных ценностей, самопринятию и укреплению личностных</p>	
20	Управление страхом. Основы саморегуляции.	1		
21	Элементарные навыки	1		

	саморегуляции.		ресурсов.
22	Сходство и различия в группе. Общение в мире различий.	1	Игра «Палитра эмоций»
23	Согласованность в совместной работе.	1	
24	Важность умения слушать другого человека.	1	Игра-конкурс по изученному материалу.
25	Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений.	1	Практикум по развитию умения выражать эмоции через творчество Применение технологии саморегуляции. Практикум по произвольному сокращению и расслаблению мышц
26	Эмпатия, сочувствие и сопереживание.	1	
27, 28	Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки.	2	
29	Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях.	1	
30	Умение обратить внимание других на свои потребности, попросить о помощи.	1	
31, 32	Сложные ситуации в общении и способы их разрешения.	2	
33, 34	Осознание изменений, произошедших за учебный год. Мотивация к саморазвитию.	2	