

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Октябрьский сельский лицей  
Чердаклинского района Ульяновской области

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора лицея  
от 31 августа 2022 года  
№ 160

Рабочая программа внеурочной деятельности  
(в том числе с применением электронного обучения  
и дистанционных образовательных технологий)

Обо мне и для меня  
на 2023-2024 учебный год  
учителя начальных классов  
высшей квалификационной категории  
Князькиной Раисы Анатольевны

Направление: социальное

Срок реализации: 1год

Возраст: обучающиеся начальных классов

РАССМОТРЕНО и ОДОБРЕНО

на заседании кафедры начального общего образования

Протокол № 01 от «31» августа 2023 года

Руководитель кафедры А.А. Замалетдинова

СОГЛАСОВАНО

зам директора лицея по УВР

Т.Н. Туктагулова

«31» августа 2022год

## **Содержание курса внеурочной деятельности**

**Введение** ( 3 занятия)

### **Раздел 1**

Восприятие и понимание причин эмоций ( 10 занятий)

### **Раздел 2**

Эмоциональная регуляция (8 занятий)

### **Раздел 3**

Социальное взаимодействие.(12 занятий)

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Личностные и метапредметные результаты освоения курса**

#### ***Личностные УУД***

Учащиеся получают 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
- Доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания, сопереживания чувствам других детей
- .

#### ***Метапредметные УУД***

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
- Определять общую цель и пути её достижения ;договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль.

- 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.

### **Познавательные:**

- извлекать информацию, представленную в разных формах (текст; иллюстрация, таблица, схема);
- перерабатывать и преобразовывать информацию из одной формы в другую (составлять план, таблицу, схему);
- пользоваться словарями, справочниками;
- осуществлять анализ и синтез;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить рассуждения;
- отбирать книги по теме, жанру и авторской принадлежности;
- ориентироваться в мире книг (работа с каталогом, с открытым библиотечным фондом);
- составлять краткие аннотации к прочитанным книгам;

### **Коммуникативные:**

- оформлять свои мысли в устной форме с учётом речевой ситуации;
- владеть монологической и диалогической формами речи.
- высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- задавать вопросы;
- участвовать в беседе, выражать своё мнение и аргументировать свою точку зрения;

**Виды учебной деятельности:** деловые игры, проектная деятельность, тестирование, социально-творческая и общественно полезная практика.

**Формы учебной деятельности,** используемые при реализации программы, разнообразны: мини-проекты, дискуссии, ролевые ситуационные игры, мини-исследования, социально направленные акции, беседа-дискуссия с элементами инсценировки, творческие презентации, тематические встречи. В ходе реализации программы активно используются технологии коллективного творчества, начального моделирования и проектирования, совместной продуктивной деятельности.

**Деятельность учащихся:**

Слушать собеседника, вести диалог, высказывать свои мысли уметь отстаивать свою позицию, принимать мнения товарищей в процессе общения, сопоставлять действия и эмоции, участвовать в ролевых симуляционных играх и упражнениях, эмоциональных гимнастиках, совместное выполнение , обсуждение , взаимодействие в группах, участвовать в тематических встречах с родителями и совместных детско- родительских мероприятиях.

**Тематическое планирование**

№ Зан я- тия	Тема	Коли- чество час.	Электронные (цифровые) образователь ные ресурсы	Форма проведения занятий
	<b>Введение.</b>			
1	Знакомство детей в классе. Самопрезентация.	1	school- collection.edu.r u/collection/	Беседа
2	Психологический климат в классе.	1	edsoo.ru/Metodi cheskie_vidour oki.htm	мини-проекты, дискуссии, ролевые ситуационные игры,
3	Нормы и правила в группе	1	school- collection.edu.r u/collection/	

	<b>Раздел 1 Восприятие и понимание причин эмоций</b>		edsoo.ru/Metodicheskie_vidеourоki.htm	мини-исследования, социально направленные акции, беседа-дискуссия с элементами инсценировки, творческие презентации, тематические встречи.  мини-проекты, дискуссии, ролевые ситуационные игры, мини-исследования, социально направленные акции, беседа-дискуссия с элементами инсценировки, творческие презентации, тематические встречи.
4	Нормы и правила в группе	1	school-collection.edu.ru/collection/	
			edsoo.ru/Metodicheskie_vidеourоki.htm	
5	Причины и способы воображения радости. Почему мы радуемся.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
6	Причины и способы воображения радости. Как мы радуемся.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_vidеourоki.htm	
7	Причины и способы выражения грусти. Почему и как мы грустим.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
8	Причины и способы выражения злости. Почему и как мы злимся.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_vidеourоki.htm	
9	Причины и способы выражения страха. Почему и как мы боимся.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
10	Причины и способы выражения интереса. Интерес и как мы его проявляем.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_vidеourоki.htm	
11	Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей. Разные эмоции и их причины.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
12	Индивидуальные особенности эмоциональной сферы человека. Разные люди- разные эмоции.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_vidеourоki.htm	
13	Интенсивность эмоций. Разные эмоции и их сила.	1	school-collection.edu.ru/collection/	

	<b>Раздел 2 Эмоциональная регуляция</b>	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	мини-проекты, дискуссии, ролевые ситуационные игры, мини-исследования, социально направленные акции, беседа-дискуссия с элементами инсценировки, творческие презентации, тематические встречи.
14	Модальность эмоций. Приятные и неприятные эмоции.		school-collection.edu.ru/collection/	
15	Влияние эмоций на поведение. Какие эмоции влияют на поведение.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	
16	Выражение эмоций, основы саморегуляции. Эмоции, которые хочется спрятать.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
17	Влияние злости на поведение. Основы управления злостью. Когда злость бывает полезной.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	
18	Конструктивные способы выражения злости. Как не лопнуть от злости.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
19	Значение эмоции «страх». Когда страх помогает, а когда мешает?.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	
20	Управление страхом. Основы саморегуляции. Как справиться со страхом.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
21	Элементарные навыки саморегуляции. По волнам эмоций.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	
	<b>Раздел 3 Социальное взаимодействие</b>	1	school-collection.edu.ru/collection/	
22	Сходства и различия в группе. Общение в мире различий. Что если ты не похож на меня?		edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	мини-проекты, дискуссии, ролевые ситуационные игры, мини-исследования, социально направленные акции, беседа-дискуссия с элементами инсценировки, творческие презентации, тематические встречи.
23	Согласованность в совместной работе. Как работать вместе.	1	school-collection.edu.ru/collection/	

24	Важность умения слушать другого человека. Как услышать другого.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	мини-проекты, дискуссии, ролевые ситуационные игры, мини-исследования, социально направленные акции, беседа-дискуссия с элементами инсценировки, творческие презентации, тематические встречи.
25	Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений. Как понять другого.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
26	Эмпатия, сочувствие и сопереживание. Как понять, что человеку нужна поддержка.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	
27	Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки.как поддержать другого.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
28	Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки.как поддержать другого.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	
29	Ценность и взаимопомощь в дружеских отношениях. Как помочь другому.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
30	Умение обратить внимание другого на свои потребности, попросить о помощи.Как попросить о помощи.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	
31	Сложные ситуации в общении способы их разрешения. Как решить конфликты.	1	school-collection.edu.ru/collection/	
32	Сложные ситуации в общении способы их разрешения. Как решить конфликты.	1	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm	
33	Осознание изменений произошедших за учебный год. Мотивация к саморазвитию.	1	school-collection.edu.ru/collection/	

34	Итоговое занятие. Наш дружный класс.	Наш	1	school-collection.edu.ru/collection/	
	<b>Итого: 34 часа</b>				