

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Гимназия №97 г. Ельца»**

Рассмотрена  
на заседании МО  
учителей начального  
и эстетического  
образования  
(протокол № 1 от 27.08.2021 г.)

 /О.Ю.Семянникова /

Принята решением  
педагогического совета  
(протокол № 1  
от 30.08.2021 г.)

Утверждена  
приказом директора МБОУ  
«Гимназия №97 г. Ельца»  
от 31.08.2021 г. № 168



( Пирогова В.А.)



**Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
по социальному направлению  
«Обо мне и для меня»**

2021 – 2022 уч. год

Рабочая программа внеурочной деятельности «Обо мне и для меня» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции социально-эмоционального развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Данная рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов учебного предмета с учетом метапредметных и внутрипредметных связей, логики образовательной деятельности, возрастных особенностей обучающихся

### ***Планируемые результаты освоения обучающимися курса внеурочной деятельности «Обо мне и для меня»***

#### **Личностные результаты освоения программы курса:**

- 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 освоения программы курса.**

- 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 результаты освоения программы курса.

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 не менее пяти основных эмоций (злость, страх, интерес, грусть, радость), 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) по позе человека, его жестам и движениям, может сопоставить действия и эмоции.
		Эмоций по вербальным и паравербальным признакам	Ребёнок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, интерес) в речи по названию, интонации, громкости, темпу.
		Идентификация	Ребёнок может

		<p>эмоций в произведениях искусства</p>	<p>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).</p>
		<p>Понимание и использование эмоционального и ментального словаря</p>	<p>Ребёнок верно определяет эмоциональное содержание высказываний, понимает и использует в речи слова, связанные с эмоциями и эмоциональными состояниями.</p>
	<p>Выражение эмоций</p>	<p>Выражение эмоций через мимику и пантомимику</p>	<p>Ребёнок правильно выражает эмоции с помощью мимики, жестов, поз, движений.</p>
		<p>Вербальное и паравербальное выражение эмоций</p>	<p>Ребёнок может описать эмоциональное состояние (собственное и другого человека), используя эмоциональный словарь и паравербальные способы (громкость,</p>

			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 поведения		Ребёнок понимает, что эмоции могут влиять на поведение, делает 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 поддержать 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	Ребёнок идентифицирует

		ситуации	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.
	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.

## **Формы организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности**

- групповые занятия, теоретическое обсуждение вопросов, практическое использование полученных знаний в дискуссиях и сообщениях с использованием элементов ролевой и деловой игры, экскурсиях, массовых мероприятиях в школе;
- работа с учебной и художественной литературой;
- подготовка сообщений, индивидуальных и групповых проектов, презентаций, творческих работ;
- работа с использованием компьютерных программ;
- работа с наглядными пособиями и наглядным материалам;
- практические занятия по оформлению творческих отчетов о проделанной работе.
- участие в благотворительных и социальных акциях и проектах

### **2. Содержание программы курса внеурочной деятельности «Обо мне и для меня»**

#### **1-е классы**

##### **Введение (3ч.)**

Здравствуйте, это я! Мой класс – это место, где мне хорошо. Правила нашего класса.

##### **Восприятие и понимание причин эмоций ( 10ч.)**

Сад души. Почему мы радуемся. Как мы радуемся. Почему и как мы грустим. Почему и как мы злимся. Почему и как мы боимся. Интерес и как мы его проявляем. Разные эмоции и их причины. Разные люди – разные эмоции. Разные эмоции и их сила.

##### **Эмоциональная регуляция (8ч.)**

Приятные и неприятные эмоции. Портрет эмоций. Как эмоции влияют на поведение. Когда злость бывает полезной. Как не лопнуть от злости. Когда страх помогает, а когда мешает? Как справиться со страхом? По волнам эмоций.

##### **Социальное взаимодействие (12ч.)**

Что, если ты не похож на меня? Как работать вместе. Как услышать другого. Как понять другого. Как понять, что человеку нужна поддержка. Как помочь другому. Как попросить о помощи. Как решать конфликты. Для всех есть место под солнцем.

#### **2-3 классы**

##### **Введение (3ч.)**

Мои летние достижения. В школу с удовольствием? Мой дружный класс.

##### **Восприятие и понимание причин эмоций ( 10ч.)**

Об интересе интересно. Удивительное удивление. Сила эмоций. Приятные и неприятные эмоции. И смех и слёзы. Краски и звуки эмоций. Портрет эмоций. Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле. Мой эмоциональный портрет: эмоции и мысли. Как я чувствую то, что чувствует другой.

#### **Эмоциональная регуляция (7ч.)**

Хочу, чтоб эмоции мне помогли! Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции. Плакать или смеяться? Выразить или не выразить? Как рисунок мне поможет? Лепим настроение. Повелитель эмоций.

#### **Социальное взаимодействие (14ч.)**

Мой класс: такие разные и такие похожие. Для всех есть место под солнцем. Правда и ложь. Обман или заблуждение? Как посмотреть на мир глазами другого? Как понять другого? Полезные вопросы. Всегда ли ссора неизбежна? Когда не хотел обижать. Как поддержать другого, если его обижают? Если человеку нужна поддержка. Как выразить своё мнение. Язык Жирафа. Мы — команда. Что было и что будет.

### **3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.**

<b>Класс</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Общее количество часов, отведенных на изучение раздела.</b>
<b>1а,б,в,г</b>	<b>Введение</b>	<b>3 ч.</b>
<b>1а,б,в,г</b>	<b>Восприятие и понимание причин эмоций</b>	<b>10 ч.</b>
<b>1а,б,в,г</b>	<b>Эмоциональная регуляция</b>	<b>8 ч.</b>
<b>1а,б,в,г</b>	<b>Социальное взаимодействие</b>	<b>12 ч.</b>
<b>Итого</b>		<b>33ч.</b>

<b>Класс</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Общее количество часов, отведенных на изучение раздела.</b>
<b>2а,б,в,г 3а,в</b>	<b>Введение</b>	<b>3 ч.</b>
<b>2а,б,в,г 3а,в</b>	<b>Восприятие и понимание причин эмоций</b>	<b>10 ч.</b>
<b>2а,б,в,г 3а,в</b>	<b>Эмоциональная регуляция</b>	<b>7 ч.</b>
<b>2а,б,в,г 3а,в</b>	<b>Социальное взаимодействие</b>	<b>14 ч.</b>

<b>Итого</b>		<b>34ч.</b>
--------------	--	-------------