

муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Леснополянская начальная школа  
им.К.Д.Ушинского» Ярославского муниципального района

**РАССМОТРЕНА**

на заседании педагогического совета  
учителей начальных классов  
(протокол № 1 от 31.08.2023 г.)

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом директора МОУ Леснополянская НШ  
им. К.Д.Ушинского ЯМР  
от 31.08.2023 г. за № 03-02/257

  
Г.В. Лозинская

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«В мире эмоций»**

для обучающихся 1 -х классов начального общего образования  
на 2023-2024 учебный год

**Количество часов по учебному плану:**

33 часа - 1 час в неделю

**Количество часов по программе: 33 часа**

**Составитель: Омельчук О.В.**

учитель начальных классов высшей  
квалификационной категории

## Пояснительная записка

Нормативную правовую основу настоящей рабочей программы курса внеурочной деятельности составляют следующие документы.

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64100).
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64101).
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69676).
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413» (Зарегистрирован Минюстом России 12.09.2022 № 70034).
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229).

Современная эпоха стремительно меняет человека, его мировоззрение. В процессе совершенствования искусственного интеллекта происходит роботизация и автоматизация производственных процессов, вытесняется множество профессий. Важно, чтобы, несмотря на экономические, технологические, гуманитарные изменения, наши дети чувствовали себя уверенно в сложном, подвижном, непредсказуемом мире, знали, что их навыки и компетенции будут востребованы. Для того чтобы выпускники школ и вузов были готовы к работе, жизни и самореализации в XXI веке, необходимо совершенствовать образовательные системы, ставить новые задачи развития детей и подростков. В современном мире возрастает потребность в навыках, которые отличают человека от машины, а значит, актуальной становится задача создания развивающих программ, направленных на социально-эмоциональное развитие детей. Подобные программы подразумевают гармоничное соединение индивидуальных особенностей с развитием способностей, оптимизирующих процесс общения детей со взрослыми и сверстниками и этапы их активного вхождения в мир взрослых.

Программа основывается на следующих теоретических основах:

❖ *Теория эмоционального интеллекта* (Дж.Мэйер, П.Соловей, Д.Карузо), *теории модели психического* (TheTheoryofMind), а также на теории деятельности. Важным основанием программы является междисциплинарный подход, который позволяет рассматривать развитие личности ребёнка в единстве его эмоционально-личностных, познавательных и поведенческих качеств.



❖ *Культурно-историческая концепция Л.С.Выготского* даёт основания для понимания особенностей социального окружения, целей и задач на каждом конкретном этапе развития. Согласно теории деятельности, развитие осуществляется в активном взаимодействии ребёнка с окружающими людьми, предметами, социальной и естественной средой, он обучается и воспитывается в процессе деятельности.

❖ *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.

Состав учебно - методического комплекта для реализации программы:

❖ *Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы* (авторы: Е.А. Сергиенко, 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.

❖ *Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста»* (авторы: А.В.Макарчук, 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.

❖ *Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня»* (авторы: А.В.Макарчук, 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.Макарчук, Н.Е.Рычка, О.Е.Хухлаев) - комплект карточек, предназначенный для организации групповой работы в классе.

## Цель и задачи программы

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 саморегуляции, 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**. Решать эту задачу можно двумя путями:

- перестраивая среду, то есть саму школьную жизнь, создавая такие условия обучения, в которых эмоциональный мир, опыт взаимодействия со сверстниками и взрослыми обладают ценностью и заслуживают внимания независимо от достигнутого результата, где всё это становится предметом рефлексии и органично включается в учебный процесс;

- организуя с детьми специальные занятия, в ходе которых социально-эмоциональное развитие становится педагогической задачей. В этом случае необходимо создание особой программы, работа по которой будет проводиться в отдельное, специально выделенное для этого время. Стоит отметить, что эффективность подобной программы будет выше, а её результаты устойчивее, если принятые на занятиях ценности и правила взаимодействия между детьми и педагогом, освоенные приёмы и техники будут переноситься в повседневное общение, интегрироваться в образовательный процесс.

Основная **цель** данной программы: способствовать социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

Для достижения цели были определены следующие **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.

Данная программа социально-эмоционального развития предназначена для работы с детьми начальной школы, рассчитана на два года. Она имеет спиральную структуру — тематические разделы сохраняются на обеих 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.

## **Принципы построения и реализации программы**

- ❖ *Полнота.* Программа для младших школьников является полным курсом, рассчитанным на интеграцию в образовательный и воспитательный процесс в течение двух лет.
- ❖ *Интерактивность.* В программе используются психолого-педагогические технологии, обеспечивающие активную позицию ребёнка.



❖ *Практико-ориентированность.* Программа направлена на овладение знаниями и навыками, полезными в решении актуальных социальных и возрастных задач ребёнка.

❖ *Индивидуальный подход.* Педагог может адаптировать программу под индивидуальные особенности ребёнка, создавать для него индивидуальную траекторию освоения материала в зависимости от уровня овладения отдельными составляющими социально-эмоционального интеллекта.

❖ *Систематическое последовательное усложнение материала.* В рамках каждого года обучения программа предполагает изучение одних и тех же разделов, она построена с последовательным усложнением и углублением материала в соответствии с возрастными особенностями детей и уровнем их овладения знаниями.

❖ *Создание условий для позитивной коммуникации в детском коллективе.* В программе содержатся специальные тематические блоки и групповые совместные задания, направленные на создание благоприятного климата в классе.

❖ *Включение родителей как активных участников программы.* Такой подход создаёт системную среду, способствующую развитию потенциала ребёнка. Специальные компоненты программы помогают организовывать содержательное общение родителей с ребёнком. Совместная работа родителей и детей в рамках программы помогает успешному социально-эмоциональному развитию младших школьников.

## Содержание программы

Программа для младших школьников является продолжением курса для дошкольников. Она рассчитана на два года обучения — в 1 и во 2 классах. Если работа в 1 классе не проводилась, можно начать заниматься по программе первого года обучения с учащимися 2 или 3 класса. Программа имеет универсальную структуру: в рамках каждого года обучения она включает в себя введение и три тематических блока. Занятия проводятся с учащимися 1—2 (или 2—3/ 3-4) классов два раза в неделю первый год обучения, один раз в неделю- второй год обучения. Первый год обучения по программе включает 66 занятий (продолжительность занятий 1—30 составляет 35 минут, занятия 31—66 длятся 45 минут). Второй год обучения включает 34 занятия по 45 минут. В программу включены мероприятия для родителей и совместные детско-родительские мероприятия. Занятия проводит учитель начальных классов или психолог, прошедшие специальную подготовку по программе.

### *Первый год обучения(1 класс)*

Название раздела	Основное содержание
<b>Введение</b>	Направлено на знакомство и самопрезентацию учеников в классе, создание благоприятных условий для совместной работы, определение правил взаимодействия.
<b>Раздел1. Восприятие и понимание причин эмоций</b>	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. Знакомьсь с типовыми ситуациями, которые могут вызвать ту или иную эмоцию, дети

	<p>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.</p>
<p><b>Раздел 2.</b> <b>Эмоциональная регуляция</b></p>	<p>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.</p>
<p><b>Раздел 3.</b> <b>Социальное взаимодействие</b></p>	<p>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.</p>

## Планируемые результаты освоения программы социально-эмоционального развития

### Личностные результаты

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.

### Предметные результаты

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	<i>Идентификация эмоций</i>	<b>Идентификация эмоций по мимическим признакам</b>	Ребенок 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
		<b>Идентификация эмоций по пантомимическим признакам</b>	Ребенок верно определяет эмоции (злость, страх, интерес, грусть, радость) по позе человека, его жестам и движениям, может сопоставить действия и эмоции
		<b>Идентификация эмоций по вербальным и паравербальным признакам</b>	Ребенок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, интерес) в речи по названию, интонации, громкости, темпу
		<b>Идентификация эмоций в произведениях искусства</b>	Ребенок 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)
		<b>Понимание и использование эмоционального и ментального словаря</b>	Ребенок верно определяет эмоциональное содержание высказываний, понимает и использует в речи слова, связанные с эмоциями и эмоциональными состояниями
	<i>Выражение эмоций</i>	<b>Выражение эмоций через мимику и пантомимику</b>	Ребенок правильно выражает эмоции с помощью мимики, жестов, поз, движений
		<b>Вербальное и</b>	Ребенок может описать эмоциональное состояние (собственное и другого человека),

		<b>паравербальное выражение эмоций</b>	используя эмоциональный словарь и паравербальные способы (громкость, интонация, темп речи)
		<b>Выражение эмоций в творчестве</b>	Ребенок выражает эмоции в рисунке, аппликации, через музыку и движение
	<i>Понимание причин эмоций</i>	<b>Понимание ситуативной обусловленности и эмоций</b>	При обсуждении ситуации (изображения, литературного произведения, личного опыта) ребёнок распознаёт эмоции, делает верные предположения о причинах их возникновения и событиях, предшествующих данной ситуации
		<b>Понимание индивидуальных различий в причинах и выражении эмоций</b>	Ребенок 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	<b>Понимание эмоциональной обусловленности поведения</b>		Ребенок понимает, что эмоции могут влиять на поведение, делает предположения о том, какое влияние данное эмоциональное состояние может оказать на его поведение в конкретных ситуациях
	<b>Владение элементарными навыками саморегуляции</b>		Ребенок может определить своё эмоциональное состояние и его интенсивность, описать ситуацию, ставшую причиной проявления эмоции; знает несколько способов саморегуляции
3.Социальное взаимодействие	<i>Коммуникативная компетентность</i>	<b>Установление и поддержание взаимодействия</b>	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
		<b>Понимание и социальное прогнозирование</b>	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
		<b>Эмпатия. Эмоциональная поддержка и взаимопомощь</b>	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
		<b>Работа в</b>	Ребёнок знает о необходимости



		<b>команде</b>	договорённостей и соблюдения правил в совместной деятельности; предлагает варианты взаимодействия, умеет договариваться; выполняет совместные задания в группе
		<b>Поведение в конфликтной ситуации</b>	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
	<i>Социальная компетентность</i>	<b>Следование формальным правилам поведения</b>	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
		<b>Принятие многообразия</b>	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

## Оценка результатов усвоения программы

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. Результаты наблюдения фиксируются в сводных

таблицах отдельно по каждой компетенции (см. приложения 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.

Педагогу не следует делить учащихся на сильных, средних и слабых по итоговой сумме баллов. Суммарные усреднённые оценки предназначены для оценки эффективности программы, а не личности ребёнка. Для ученика важна возможность дифференцированного подхода в рамках каждой отдельной компетенции. Один и тот же ребёнок может обладать выдающимися способностями в области идентификации эмоций и в то же время демонстрировать средние или низкие умения в сфере социального взаимодействия. Перед началом каждого раздела программы дифференцированная оценка позволит определить образовательные приоритеты для отдельных детей при изучении раздела.

Дети с высоким уровнем развития компетенции, с одной стороны, имеют высокие образовательные потребности, с другой — могут являться ресурсными ролевыми моделями для остальных детей в классе. При организации групповой работы целесообразно включать их в группы с детьми, в меньшей степени овладевшими соответствующими умениями. Однако педагогу следует внимательно следить за тем, чтобы эти ученики не брали на себя выполнение всей групповой работы. При организации обсуждений детям с высоким уровнем развития данной компетенции следует предлагать более сложные вопросы и давать возможность высказаться после остальных учащихся.

Дети со средним уровнем развития компетенции составляют наиболее многочисленную группу в классе. Важно помнить о том, что именно такие дети чаще всего попадают в «слепую зону» для педагога, что влечёт за собой риск упущения их образовательных потребностей. Поэтому педагог должен уделить особое внимание детям со средним уровнем развития компетенции, подходить к ним настолько дифференцированно, насколько это возможно.

Дети, показавшие низкий уровень развития данной компетенции, имеют соответственно низкие образовательные потребности. Для них важно создать комфортные и безопасные условия, соответствующие их зоне ближайшего развития, чтобы помочь таким детям достичь максимального прогресса вместе со взрослым и с другими детьми. Педагогу необходимо продумать систему совместных действий с родителями таких детей, чтобы создать развивающую среду не только в образовательном учреждении, но и дома.

Вспомогательным инструментом оценки результатов освоения программы является оценка родителей. Внешняя оценка результативности программы со стороны родителей позволит повысить объективность диагностических процедур. Оценка родителей осуществляется посредством заполнения бланков специальных опросников в начале и в конце учебного года по тем же компетенциям, что и в наблюдении педагога. Данные родительских оценок педагог заносит в сводную таблицу (см. приложение 4). Результаты по каждой компетенции могут находиться в диапазоне от 4 до 40 баллов.



Важно понимать, что эти результаты не могут быть использованы для сравнения детей между собой. Сравнить можно только оценки, данные одним и тем же родителем. Опросы родителей полезны для определения сильных сторон ребёнка (высокие оценки родителя) и тех компетенций, которые требуют развития (низкие оценки родителя). Таким образом, анализ оценок родителей поможет педагогу понять, в каком разделе или разделах программы данному ребёнку надо уделить максимальное внимание, продумать и организовать развивающую среду. Результаты сравнения оценок родителей в начале и в конце учебного года являются ценной дополнительной информацией, которая позволит оценить эффективность работы по программе. В опросниках родители по желанию могут в свободной форме сообщить информацию о своём ребёнке и особенностях его социально-эмоционального развития, которую, по их мнению, необходимо знать педагогу. Эту информацию важно принять к сведению и учитывать при построении образовательной и воспитательной траекторий развития ребёнка.

### Тематическое планирование курса

Раздел	Тема, занятие	Количество часов
Введение	<b>Тема 1. Знакомство детей в классе, самопрезентация.</b> Занятие 1 . Здравствуй, это я!	1*
	<b>Тема 2. Психологический климат в классе.</b> Занятие 2 . Мой класс — это место, где мне хорошо.	1*
	<b>Тема 3. Нормы и правила в группе.</b> Занятие 3 . Правила нашего класса	1*
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 занятий)	<b>Тема 4. Многообразие эмоций.</b> Занятие 4 . Сад души	1*
	<b>Тема 5. Причины и способы выражения радости.</b> Занятие 5. Почему мы радуемся.	1*
	<b>Тема 5. Причины и способы выражения радости.</b> Занятие 6. Как мы радуемся	1*
	<b>Тема 6. Причины и способы выражения грусти.</b> Занятие 7 . Почему и как мы грустим	1*
	<b>Тема 7. Причины и способы выражения злости.</b> Занятие 8 . Почему и как мы злимся	1*
	<b>Тема 8. Причины и способы выражения страха.</b> Занятие 9 . Почему и как мы боимся	1*
	<b>Тема 9. Причины и способы выражения интереса.</b> Занятие 10 . Интерес и как мы его проявляем	1*
	<b>Тема 10. Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей.</b> Занятие 11 . Разные эмоции и их причины	1*
	<b>Тема 11. Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека.</b> Занятие 12 . Разные люди — разные эмоции	1*
	<b>Тема 12. Интенсивность эмоций.</b> Занятие 13 . Разные эмоции и их сила	1*
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (8 занятий)	<b>Тема 13. Модальность эмоций.</b> Занятие 14 . Приятные и неприятные эмоции	1*
	<b>Тема 14. Влияние эмоций на поведение.</b> Занятие 15 . Как эмоции влияют на поведение	1*

	<b>Тема 15. Выражение эмоций, основы саморегуляции.</b> Занятие 16 . Эмоции, которые хочется спрятать	1
	<b>Тема 16. Влияние злости на поведение. Основы управления злостью.</b> Занятие 17 . Когда злость бывает полезной?	1
	<b>Тема 17. Конструктивные способы выражения злости. Основы саморегуляции.</b> Занятие 18 . Как не лопнуть от злости	1
	<b>Тема 18. Значение эмоции «страх».</b> Занятие 19 . Когда страх помогает, а когда мешает?	1
	<b>Тема 19. Управление страхом. Основы саморегуляции.</b> Занятие 20 . Как справиться со страхом	1
	<b>Тема 20. Элементарные навыки саморегуляции.</b> Занятие 21 . По волнам эмоций	1
<b>Раздел 3. Социальное взаимодействие (12 занятий)</b>	<b>Тема 21. Сходство и различия в группе. Общение в мире различий.</b> Занятие 22 . Что, если ты не похож на меня?	1
	<b>Тема 22. Согласованность в совместной работе.</b> Занятие 23 . Как работать вместе	1
	<b>Тема 23. Важность умения слушать другого человека.</b> Занятие 24 . Как услышать другого	1
	<b>Тема 24. Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений.</b> Занятие 25 . Как понять другого	1
	<b>Тема 25. Эмпатия, сочувствие и сопереживание.</b> Занятие 26 . Как понять, что человеку нужна поддержка	1
	<b>Тема 26. Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки.</b> Занятие 27. Как поддержать другого	1
	<b>Тема 26. Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки.</b> Занятие 28. Как поддержать другого	1
	<b>Тема 27. Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях.</b> Занятие 29. Как помочь другому	1
	<b>Тема 28. Умение обратить внимание других на свои потребности, попросить о помощи.</b> Занятие 30 . Как попросить о помощи	1
	<b>Тема 29. Сложные ситуации в общении и способы их разрешения.</b> Занятие 31. Как решать конфликты	1
	<b>Тема 29. Сложные ситуации в общении и способы их разрешения.</b> Занятие 32 . Как решать конфликты	1
	<b>Тема 30. Осознание изменений, произошедших за учебный год. Мотивация к саморазвитию.</b> Занятие 33 . Мои достижения и планы	1
	<b>Итого:</b>	<b>33 часа</b>

\*- продолжительность занятия 35 минут.



### Календарное планирование курса

№	Занятие	Дата	
		план	факт
1	Здравствуйте, это я!	5.09	
2	Мой класс — это место, где мне хорошо	12.09	
3	Правила нашего класса	19.09	
4	Сад души	26.09	
5	Почему мы радуемся	3.10	
6	Как мы радуемся	10.10	
7	Почему и как мы грустим	17.10	
8	Почему и как мы злимся	24.10	
9	Почему и как мы боимся	7.11	
10	Интерес и как мы его проявляем	14.11	
11	Разные эмоции и их причины	21.11	
12	Разные люди — разные эмоции	28.11	
13	Разные эмоции и их сила	5.12	
14	Приятные и неприятные эмоции	12.12	
15	Как эмоции влияют на поведение	19.12	
16	Эмоции, которые хочется спрятать	26.12	
17	Когда злость бывает полезной?	9.01	
18	Как не лопнуть от злости	16.01	
19	Когда страх помогает, а когда мешает?	23.01	
20	Как справиться со страхом	30.01	
21	По волнам эмоций	13.02	
22	Что, если ты не похож на меня?	20.02	
23	Как работать вместе	27.02	
24	Как услышать другого	5.03	
25	Как понять другого	12.03	
26	Как понять, что человеку нужна поддержка	19.03	
27	Как поддержать другого		
28	Как поддержать другого		
29	Как помочь другому		
30	Как попросить о помощи		
31	Как решать конфликты		
32	Как решать конфликты		
33	Мои достижения и планы		