

Утверждаю:  
Директор МОУ  
«Березинская средняя школа»  
Н.В. Пласкина  
«29» августа 2024г.

Утверждаю:  
Директор МОУ  
Зеленогорщинская средняя школа  
Н.В. Плаксина

Приказ № 448-ОД от «29» августа 2024г

Продолжительность освоения курса: 1 год  
Возраст детей: 8- 9 лет ( 2 -Б класс)  
Всего часов: 34

2024 – 2025 учебный год

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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 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.

Программа, разработанная при участии Благотворительного фонда Сбербанка «Вклад в будущее», отвечает запросам времени. Она 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.

Программа основывается на *теории эмоционального интеллекта* (Дж. Мэйер, П. Соловей, Д. Карузо), *теории модели психического* (The Theory of Mind), 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. Согласно данной теории, выделяются следующие **составляющие эмоционального интеллекта**.

*Восприятие и идентификация эмоций* - способность распознавать свои эмоции и эмоции других людей.

*Понимание эмоций* - умение определять причины возникновения эмоций, видеть связь между мыслями, поведением и эмоциями, предугадывать, как изменится эмоциональное состояние в ближайшее время, понимать сложные эмоции и чувства (свои и других людей).

*Использование эмоций* - способность задействовать эмоции для решения повседневных задач, при выстраивании взаимоотношений с окружающими людьми.

*Управление эмоциями* - умение регулировать своё эмоциональное состояние и интенсивность проявления эмоций; оказывать влияние на эмоциональное состояние других людей.

Программа социально-эмоционального развития рассчитана на работу с детьми, начиная с дошкольного и заканчивая старшим школьным возрастом. Она имеет спиральную структуру - тематические разделы сохраняются на всех ступенях обучения, постепенно расширяясь и углубляясь. В процессе реализации программы дети учатся познать 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.

## **СОСТАВ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО КОМПЛЕКТА**

Учебно-методический комплект для начальной школы включает:

- **Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы** (авторы: Е. А. Сергиенко - руководитель авторского коллектива, 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. Макаrchук, Е. В. Горина, 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.

Особенности работы с материалами, входящими в комплект, подробно описаны в разделе «Как работать с учебно-методическим комплектом» (с. 16).

Реализация программы социально-эмоционального развития младших школьников рассчитана на два года. Тематическое планирование и сценарии занятий второго года обучения приведены в отдельном издании.

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

## **ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ С УЧЕТОМ ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕТЕЙ**

С началом обучения в школе ребенок попадает в новую для себя социальную среду, переходит на следующий этап развития. Если в дошкольном возрасте он осознавал себя физически отдельным человеком, то к семи годам ребенок осознаёт свою психологическую автономию, наличие у себя внутреннего мира, чувств и переживаний, начинает осознанно пользоваться формулировками «я сержусь», «я добрый», «мне грустно».

В этом возрасте меняются социальная роль, стиль взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, ритм жизни, появляются новые обязанности. Всё это требует от детей умения соблюдать правила и нормы, что становится возможным лишь при развитии саморегуляции. Однако ко времени поступления в школу некоторых детей произвольное поведение ещё недостаточно сформировано, ребенку не всегда удаётся себя контролировать. Связанные с этим проблемы актуальны как для детей и их родителей, так и для педагогов.

Во время адаптационного периода в школе происходит привыкание детей к новой жизненной ситуации, им особенно требуется поддержка взрослых. Всё это делает особенно актуальным включение в программу процедур, направленных на осознание собственных эмоций и развитие эмоциональной регуляции. Восприятию и пониманию причин эмоций посвящён первый раздел программы, затем проводится работа по освоению приёмов саморегуляции.

В первые месяцы обучения интерес к школе существует почти у всех первоклассников, он вызван реакцией на новизну, на новые условия жизни и окружающих людей. При снижении эффекта новизны интерес может угасать. Поэтому важно сформировать новую учебную мотивацию, связанную с интересом детей к содержанию знаний и процессу их добывания. В этом процессе важную роль играют и мотивы, не имеющие прямого отношения к учёбе:

стремление ребенка к новой социальной позиции и желание узнать что-то новое о мире и о себе. На занятиях по программе социально-эмоционального развития дети получают новый для себя опыт, что также способствует формированию познавательной мотивации.

В начале первого года обучения по программе в школе важно актуализировать знания детей об эмоциях, создать на занятиях атмосферу, в которой эмоции станут предметом внимания и обсуждения.

Учитель становится для младшего школьника значимым человеком, он во многом определяет то, как ребёнок видит себя, школу, своих сверстников. Психическое развитие младшего школьника и его личности ВО многом зависит от того, насколько успешно он начинает учиться, как у него складываются отношения с учителями, как они оценивают его успехи в учёбе. У детей в этот период очень высока потребность в принятии и признании, поэтому важно дать каждому ребёнку почувствовать свою состоятельность, пережить опыт принятия.

Хотя У первоклассников преобладающим типом мышления является наглядно-образное и при решении учебных задач они опираются на реальные предметы и мысленные образы, процесс обучения стимулирует развитие словесно-логического мышления.

Это даёт возможность общаться с детьми с использованием понятий, переходить к обобщениям и более активно работать со словарём эмоций.

Основой программы является самопознание и получение опыта идентификации базовых эмоций, которые изучались в дошкольном возрасте (радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес), однако расширяется их спектр, в словарь включаются обозначения дифференцированных эмоций - переживания одной эмоциональной модальности разной степени интенсивности. Вопросы для обсуждения, включённые в структуру занятия, помогают осознать полученный опыт.

В младшем школьном возрасте постепенно преодолевается эгоцентризм, происходит децентрация (отделение собственной точки зрения от позиции другого человека). Это позволяет использовать в программе задания, предполагающие анализ возможных мотивов поведения и переживаний других людей. На этом этапе уже можно работать над развитием способности учитывать чувства и намерения других людей, устанавливая связь между чувствами и

поведением. Можно не только разговаривать с детьми о том, что и в каких ситуациях они чувствуют, но и обсуждать, почему это происходит, говорить о возможности выбора того или

иногое поведения. Поэтому в программу включён анализ проблемных и конфликтных ситуаций, мотивов поведения и разных точек зрения.

Неотъемлемой частью занятий является развитие способности младших школьников к эмпатии - сопереживанию и сочувствию эмоциональному состоянию другого человека.

Огромное значение для детей приобретает установление и сохранение хороших отношений со сверстниками. В этом возрасте переплетены добрые отношения и соперничество: с одной стороны, ребёнок хочет «быть как все», с другой - «быть лучше всех». По мере адаптации к новым условиям происходит групповая дифференциация в классе, появляются лидеры и менее популярные ученики. Отдельный раздел программы посвящён взаимодействию младших школьников и развитию их коммуникативных навыков.

В начальной школе ведущей деятельностью ребёнка становится учебная деятельность, которая приходит на смену игре. Важно, чтобы этот переход происходил постепенно. В игре дети чувствуют себя свободнее, могут выражать свои чувства более непосредственно, поэтому в 1 классе игра по-прежнему включена в занятия. Наряду с этим вводятся элементы анализа: обсуждение ситуаций, чувств героев литературных произведений и мультфильмов. В программу также включены разные способы выражения эмоций: рисование, создание аппликаций, проигрывание ситуаций, выражение эмоций через движение и др.

Стойкие позитивные изменения возможны лишь при совместных усилиях всех участников обучения и развития ребёнка, поэтому к работе активно подключаются родители. В программе предусмотрены не только задания, предполагающие совместную работу детей и родителей, но и особые мероприятия для родителей.

В заключение хотелось бы отметить, что младший школьный возраст - это сензитивный период формирования эмоционального интеллекта. Дети эмоционально воспринимают окружающий мир, и одновременно происходит активное интеллектуальное развитие. Возрастает способность к идентификации, рефлексии, контролю эмоциональных состояний и поступков, проявлению эмпатии, использованию эмоциональной информации в общении с окружающими, выбору способов достижения цели. В это время у детей активно развивается понимание психического мира другого человека, более сложных внутренних состояний, таких как мысли, убеждения, представления и знания, что позволяет им делать более глубокие оценки человеческих поступков. Понимание эмоциональных состояний может служить важным проводником в развитии более сложных представлений. Поэтому младший школьный возраст является важным этапом эмоционального и социального развития детей.

## **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

### **Цель программы**

Способствовать социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

- 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.

### **Задачи программы**

- 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.

## **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 психолога-педагогические технологии, обеспечивающие активную позицию ребенка.

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

- *Индивидуальный подход.* Педагог может адаптировать программу под индивидуальные особенности ребенка, 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 раз-делов, 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.

## **ОСНОВНОЕ 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 класса.** Программа имеет универсальную структуру: в рамках каждого года обучения она включает в себя введение и три тематических блока. Данное методическое пособие предназначено для педагогов,

которые будут проводить с детьми занятия первого года обучения. В пособии подробно рассматривается содержание, тематическое

планирование и сценарии занятий первого года обучения по программе. Тематическое планирование и сценарии занятий второго года обучения представлены в отдельном пособии.

Занятия проводятся с учащимися 1-2 (или 2-3) классов один раз в неделю. Первый год обучения по программе включает 33 занятия (продолжительность занятий 1-11 составляет 35 минут, занятия 12-33 длятся 40 минут). Второй год обучения включает 34 занятия по 40 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**

### **Введение**

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

### **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 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**

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.

## **ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

Большинство тем, изучение которых было начато в первый год работы по программе, продолжают изучаться на более сложном уровне.

### **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. Таким образом, за

два года обучения школьники изучают семь базовых эмоций, учатся их выражать и распознавать, понимать причины возникновения этих эмоций у себя и других людей. Особенное внимание уделяется эмоциям,

связанным с обучением в школе. Значительная часть раздела посвящена идентификации собственных эмоций и пониманию их причин.

## **Раздел 2. Эмоциональная регуляция**

Основное направление работы во второй год обучения остаётся прежним - занятия способствуют осознанию важности выражения эмоций, развитию способности к саморегуляции. Дети учатся оценивать, какое влияние (конструктивное или деструктивное) определённые эмоции оказывают на поведение, и делать выводы о необходимости управления ими. Расширяется спектр методов эмоциональной регуляции.

## **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 сложных ситуациях и находить варианты решения, целенаправленно взаимодействовать с окружающими.

Расширяются представления детей о различиях и сходстве интересов и предпочтений разных людей. Они являются основой для формирования установок толерантности.

Занятия данного раздела направлены на укрепление ценности дружбы, развитие умений, помогающих детям поддерживать дружеские отношения, противостоять буллингу (агрессивному преследованию) в классе.

Особое внимание уделяется развитию навыка децентрации, пониманию внутреннего состояния человека, умению учитывать неверные мнения и понимать их источники, а также различать обман и осознавать его влияние на взаимоотношения. Среди важных социальных навыков рассматриваются эмоциональная поддержка, умение адаптироваться в новом коллективе, высказывать и конструктивно отстаивать собственное мнение.

## **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 :**

#### **Учащиеся получают возможность научиться:**

~ при менять 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;

## **ПРЕДМЕТНЫЕ**



Предметные результаты освоения программы социально-эмоционального развития разделяются на три блока компетенций: восприятие и понимание

~ 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. 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	Ребенок верно определяет эмоции (злость, страх, интерес, грусть, радость) по позе человека, его жестам и движениям, может сопоставить действия и эмоции
		Идентификация эмоций по вербальным и паравербальным признакам	Ребёнок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, интерес) в речи по названию, интонации, громкости, темпу
		Идентификация эмоций в произведениях искусства	Ребёнок 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)
		Понимание и использование эмоционального и ментального словаря	Ребёнок верно определяет эмоциональное содержание высказываний, понимает и использует в речи слова, связанные с эмоциями

			и эмоциональными состояниями
	Выражение эмоций	Выражение эмоций через мимику и пантомимику	Ребёнок правильно выражает эмоции с помощью мимики, жестов, поз, движений
		Вербальное и пара вербальное выражение эмоций	Ребёнок может описать эмоциональное состояние (собственное и другого человека), используя эмоциональный словарь и пара-вербальные способы (громкость, 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 ситуации	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
	Социальная компетенция	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

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 ребенка, 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**

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 ребенка, его изменениям и достижениям. В этом педагогу поможет предложенная технология наблюдения.

в начале учебного года по результатам оценки определяется зона образовательных потребностей каждого ребенка 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.

Оценка ученика проводится по 10-балльной шкале, которая соответствует трем уровням:

1 уровень (1-3 балла) - не пытается проявлять оцениваемый навык/ пытается, но ничего не получается;

2 уровень (4-7 баллов) - нерегулярно применяет оцениваемый навык/ показывает средний (нерегулярный) результат;

3 уровень (8-10 баллов) - регулярно и успешно применяет оцениваемый навык.

Суммарные усредненные оценки предназначены для оценки эффективности программы, а не личности ребенка. Для ученика важна возможность дифференцированного подхода в рамках каждой отдельной компетенции

**Календарно-тематическое планирование к рабочей программе внеурочной деятельности  
«Школа возможностей» (2 год обучения)**

Раздел	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения	
			План	Факт.
Введение ( 3 занятия)	Тема 1. Обсуждение итогов лета и планирование образовательных результатов. Занятие 1. Мои летние достижения	1		
	Тема 2. Эмоции, связанные со школой. Занятие 2. В школу с удовольствием?	1		
	Тема 3. Психологический климат в классе. Занятие 3. Мой дружный класс	1		
Раздел 1. Восприятие эмоций и понимание причин их возникновения (10 занятий)	Тема 4. Интерес как ключевой мотиватор учебной деятельности. Занятие 4. Об интересе интересно	1		
	Тема 5. Признаки удивления и причины его возникновения. Занятие 5. Удивительное удивление	1		
	Тема 6. Интенсивность эмоций и их проявление. Занятие 6. Сила эмоций	1		
	Тема 7. Модальность эмоций. Занятие 7. Приятные и неприятные эмоции	1		
	Тема 8. Амбивалентные эмоции. Принятие ответственного решения. Занятие 8. И смех и слёзы	1		
	Тема 9. Многообразие эмоций и способов их выражения. Занятие 9. Краски и звуки эмоций Занятие 10. Портрет эмоций	2		
	Тема 10. Идентификация собственных эмоций, осознание их причин. Занятие 11. Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле Занятие 12. Мой эмоциональный портрет: эмоции и мысли Занятие 13. Как я чувствую то, что чувствует другой	3		
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (7 занятий)	Тема 11. Эмоциональная обусловленность поведения. Конструктивное и деструктивное влияние эмоций на поведение. Занятие 14. Хочу, чтоб эмоции мне помогли!	1		
	Тема 12. Ментальная обусловленность поведения. Занятие 15. Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции	1		
	Тема 13. Ситуативная обусловленность эмоций и поведения. Занятие 16. Плакать или смеяться?	1		
	Тема 14. Профилактика подавления эмоций. Занятие 17. Выражать или не выражать?	1		
	Тема 15. Выражение эмоций через творчество как метод управления эмоциями. Занятие 18. Как рисунок мне поможет?	2		

	Занятие 19. Лепим настроение			
	Тема 16. Основы управления поведением. Занятие 20. Повелитель эмоций	1		
Раздел 3. Социальное взаимодейст вие (15 занятий)	Тема 17. Сходство и различия в группе. Занятие 21. Мой класс: такие разные и такие похожие	1		
	Тема 18. Толерантность и принятие многообразия. Занятие 22. Для всех есть место под солнцем	1		
	Тема 19. Ложь, её влияние на межличностные отношения. Занятие 23. Правда и ложь	1		
	Тема 20. Неверные мнения как возможные причины неверной интерпретации поведения. Занятие 24. Обман или заблуждение?	1		
	Тема 21. Развитие способности к децентрации. Занятие 25. Как посмотреть на мир глазами другого?	1		
	Тема 22. Способы понимания и прояснения состояния другого: проясняющие и уточняющие вопросы. Занятие 26. Как понять другого? Полезные вопросы	1		
	Тема 23. Эффективное поведение в сложных коммуникативных ситуациях. Занятие 27. Всегда ли ссора неизбежна?	1		
	Тема 24. Понимание недоразумений и бестактности. Занятие 28. Когда не хотел обижать	1		
	Тема 25. Основы противостояния буллингу в классе. Занятие 29. Как поддержать другого, если его обижают?	1		
	Тема 26. Эмпатия и навыки оказания эмоциональной помощи другим. Занятие 30. Если человеку нужна поддержка	2		
	Тема 27. Навыки ненасильственного общения. Занятие 31. Как выразить своё мнение	1		
	Тема 28. Основы ненасильственного общения. Занятие 32. Язык Жирафа	1		
	Тема 29. Навыки совместной работы в группе. Сплочённость класса. Занятие 33. Мы — команда	2		
	Тема 30. Завершение и подведение итогов курса. Составление планов на лето. Занятие 34. Что было и что будет	1		
	<b>Итого</b>	34		