



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Администрация МО "Муниципальный округ Завьяловский район

Удмуртской Республики"

МБОУ "Юбилейная СОШ"

СОГЛАСОВАНО заместитель директора по ВР  Алексеева Д.И. Протокол №13 от «30» августа 2024 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор школы  Низамиева Е.А. Приказ №189 от «30» августа 2024 г.
--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности

" Обо мне и для меня"

для обучающихся 1-3 классов

Составители: учителя ВУД:

Шулятьева О.В.

Горбунова С.С.

Горбунова В.С.

Пирогово 2024

□ **Пояснительная записка.**

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.

Благотворительный фонд Сбербанка «Вклад в будущее» в 2016 году в рамках направления «Современное образование» инициировал разработку образовательной программы «Социально-эмоциональное развитие детей». Её авторами стали российские ученые Института психологии РАН под руководством доктора психологических наук, профессора Е.А. Сергиенко. Программа разработана с использованием зарубежных теорий развития эмоционального и социального интеллекта, с опорой на положения отечественной психологии о развитии ребенка. Программа соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту.

Программа Социально-эмоциональное развитие детей (СЭР) 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.

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.

Программа социально-эмоционального развития рассчитана на работу с детьми, начиная с первого года обучения 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 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.

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).
- ☐ Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (авторы: А. В. Макаrchук, Е. В. Горинова, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева).
- ☐ Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» (авторы: А. В. Макаrchук, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева).
- ☐ Игровой комплект «Палитра эмоций» (авторы: И. А. Дворецкая, А. В. Макаrchук, Н. Е. Рычка, О. Е. Хухлаев).

Цель программы: способствовать социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

Задачи программы:

- ☐ 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.

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.

Формы и методы организации занятий. Основой программы является самопознание и получение опыта идентификации базовых эмоций. В структуру занятия включены вопросы для обсуждения, которые помогают осознавать

полученный опыт.

В программу включены анализ проблемных и конфликтных ситуаций, мотивов поведения и разных точек зрения. Активно используется беседа, разговор с детьми из их личного опыта.

Неотъемлемой частью занятий является развитие способности к эмпатии — сопереживанию и сочувствию эмоциональному состоянию другого человека. Отдельный раздел программы посвящён взаимодействию младших школьников и развитию их коммуникативных навыков. Несмотря на то, что в начальной школе ведущей деятельностью ребёнка становится учебная деятельность, 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.

Программа рассчитана на один год 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.

Занятия проводятся с учащимися 1—2 классов один раз в неделю. Первый год обучения по программе включает 33 занятия (продолжительность занятия 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.

☐ **Планируемые результаты освоения программы СЭР.**

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.

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемый результат
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.
		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 паравербальное выражение эмоций	Ребёнок может описать эмоциональное состояние (собственное и другого человека), используя эмоциональный словарь и паравербальные 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 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.

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 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.

Для каждой компетенции выделено от двух до пяти критериев для наблюдения, которое проводится педагогом с опорой на индикаторы, приведённые в методическом пособии. Результаты наблюдения фиксируются в сводных таблицах отдельно по каждой компетенции.

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.

Важно понимать, что эти результаты не могут быть использованы для сравнения детей между собой.

☐ **Основное содержание программы.**

Программа имеет универсальную структуру: она включает в себя введение и три тематических блока.

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.

Тематические встречи для родителей и совместные детско-родительские мероприятия. В рамках реализации программы социально-эмоционального развития предусмотрено проведение интерактивных тематических встреч во время родительских собраний. Продолжительность каждой встречи составляет 15—30 минут. В 1 классе запланированы четыре такие встречи: первая — ознакомительная, остальные посвящены содержанию тематических разделов программы.

Важной частью программы является проведение совместных детско-родительских мероприятий — игр, конкурсов и др.

□ Тематическое планирование (первый год обучения).

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

	поведение. Основы управления злостью	полезной?	
	17.Конструктивные способы выражения злости. Основы саморегуляции.	Как не лопнуть от злости	1
	18. Значение эмоции «страх».	Когда страх помогает, а когда мешает?	1
	19.Управление страхом. Основы саморегуляции.	Как справиться со страхом	1
	20.Элементарные навыки саморегуляции	По волнам эмоций	1
Раздел 3.Социальное взаимодействие (12 занятий)	21.Сходство и различия в группе. Общение в мире различий	Что, если ты не похож на меня?	1
	22.Согласованность в совместной работе.	Как работать вместе	1
	23.Важность умения слушать другого человека.	Как услышать другого	1
	24.Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений.	Как понять другого	1
	25.Эмпатия, сочувствие и сопереживание	Как понять, что человеку нужна поддержка	1
	26.Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки	Как поддержать другого	2
	27.Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях.	Как помочь другому	1
	28.Умение обратить внимание других на свои потребности, попросить о помощи	Как попросить о помощи	1
	29.Сложные ситуации в общении и способы их разрешения.	Как решать конфликты	2
	30.Осознание изменений, произошедших за учебный год. Мотивация к саморазвитию.	Мои достижения и планы	1

Итого	33
--------------	-----------

Тематическое планирование (второй год обучения).

Раздел	Тема	Занятие	Кол. занятий
Введение (3 занятия)	1. Обсуждение итогов и планирование образовательного результата.	Мои летние достижения	1
	2. Эмоции, связанные со школой.	В школу с удовольствием.	1
	3. Психологический климат в классе.	Мой дружный класс.	1
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 занятий)	4. Интерес как ключевой мотиватор учебной деятельности.	Об интересе интересно.	1
	5. Признавки удивления и причины его возникновения.	Удивительное удивление.	1
	6. Интенсивность эмоций и их проявление.	Сила эмоций	1
	7. Модальность эмоций.	Приятные и неприятные эмоции.	1
	8. Амбивалентные эмоции. Принятие ответственного решения.	И смех и слезы.	1
	9. Многообразие эмоций и способы их выражения.	Краски и звуки эмоций.	1
		Портрет эмоций.	1
	10. Идентификация собственных эмоций, осознание их причин.	Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле	1
		Мой эмоциональный портрет: эмоции и мысли.	1
		Как я чувствую то, что чувствует другой.	1
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (8 занятий)	11. Эмоциональная обусловленность поведения. Конструктивное и деструктивное влияние эмоций на поведение.	Хочу, чтоб эмоции мне помогли	1
	12. Ментальная	Как то, что я думаю	1

	обусловленность поведения.	влияет на мои эмоции	
	13.Ситуативная обусловленность эмоций и поведения..	Плакать или смеяться?	1
	14. Профилактика подавления эмоций.	Выражать или не выражать?	1
	15.Выражение эмоций через творчество как метод управления эмоциями.	Как рисунок мне поможет?	1
		Лепим настроение.	1
	16. Основы управления поведением.	Повелитель эмоций	1
	17.Сходства и различия в группе.	Как справиться со страхом	1
	18.Толерантность и принятие многообразия.	Для всех есть место под солнцем.	1
Раздел 3.Социальное взаимодействие (15занятий)	19.Ложь, её влияние на межличностные отношения.	Правда и ложь.	1
	20. Неверные мнения как возможные причины неверной интерпретации поведения.	Обман или заблуждение?	1
	21.Развитие способности децентрации.	Как посмотреть на мир глазами другого.	1
	22.Способы понимания и прояснения состояния другого: проясняющие и уточняющие вопросы.	Как понять другого? Полезные вопросы.	1
	23.Эффективное поведение в сложных коммуникативных ситуациях.	Всегда ли ссора неизбежна?	1
	24.Понимание недоразумений и бестактности.	Когда не хотел обижать.	1
	25.Основы противостояния буллингу в классе.	Как поддержать другого, если его обижают.	1
	26.Эмпатия и навыки оказания эмоциональной помощи другим.	Если человеку нужна поддержка.	1
	27.Навыки	Как выразить свое мнение	1

	ненасильственного общения.		
	28. Основы ненасильственного общения..	Язык Жирафа	1
	29. Навыки совместной работы в группе. Сплоченность класса.	Мы – команда.	1
	30. Завершение и подведение итогов курса. Составление планов на лето.	Что было и что будет.	1
Итого			34

Тематическое планирование (третий год обучения)

Блоки	Занятие и тема
Введение	1.И снова вместе!
Эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения	2. Классный город: наши мечты и желания.
	3. Эмоции, эмоции, эмоции: роль эмоций в достижении результатов
	4. Эмоции, эмоции, эмоции: составление эмоционального словаря
	5.Составляем соглашения класса
	6.Составляем соглашения класса
Эмоциональная регуляция в ситуации достижения цели	7. Моя путеводная звезда: постановка цели и её характеристика
	8. Моя путеводная звезда: развитие навыка формулирования цели
	9. Дом, в котором мы живем: эмоции нашего класса
	10. Дом, в котором мы живем: соотнесение пространства класса с личными ощущениями
	11. Моя супер сила : самовыражение через автопортрет
	12. Моя супер сила: умение видеть другого
	13. Когда что-то пошло не так: обобщения представлений детей о трудностях
	14. Когда что-то пошло не так: создание условий для развития самопринятия
	15. Нужно ли стараться: о ценности собственного опыта
	16. Нужно ли стараться: преимущества настойчивого поведения
	17. Новый год- новые цели: пересмотр соглашения

	18. Новый год- новые цели: постановка личной цели
	19. Не торопись с выводами: актуализация ситуации выбора
	20. Не торопись с выводами: развитие внимательного отношения
	21. Искусство замечать хорошее: развитие умения видеть хорошее и выражать благодарность
	22. Искусство замечать хорошее: формирование позитивного мышления
	23. Какой он – правильный выбор? (актуализация ситуации выбора)
	24. Какой он – правильный выбор? (эмоциональные реакции в ситуации выбора)
Управление собой в стрессовых ситуациях	25. Это угроза? (эмоции в ситуации морально-нравственного выбора)
	26. Это угроза? (идентификация угрозы и способы реагирования на неё.
	27. Мы справимся! (развитие эмпатии)
	28. Мы справимся! (осмысление и присвоение детьми отношений эмпатии)
	29. Что значит помогать: эмоции в ситуации оказания помощи
	30. Что значит помогать: оказание помощи о обращение за ней
	31. Тайны музейных экспонатов: определение ценности человека
	32. Тайны музейных экспонатов: семейные ценности
Подведение итогов	33. Соглашения. Подводим итоги: анализ работы за год
	34. Соглашения. Подводим итоги: планирование на лето
Итого: 34 часа	

□ Список рекомендованной литературы.

1. Азбучные истины / сост. Мария Головановская. — М.: Clever, 2016.
2. Барб-Галль Ф. Как говорить с детьми об искусстве. — СПб.: Арка, 2017.
3. Бренифье О. Что такое свобода? — М.: Clever, 2012.
4. Бренифье О. Что такое чувства? — М.: Clever, 2014.
5. Бренифье О., Деспре Ж. Главная книга противоречий. — Clever, 2012.
6. Бренифье О., Деспре Ж. Любовь и дружба. — М.: Clever, 2013.
7. Вант Хал Д. Творческое воспитание. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016.
8. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. — М.: Эксмо-Пресс, 2003.

9. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? — М.: АСТ, 2016.
10. Готтман Джон, Деклер Джоан. Эмоциональный интеллект ребенка. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 1997.
11. Грей П. Свобода учиться. Игра против школы. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016.
12. Грин Р. В партнерстве с ребенком. Как слышать друг друга и вместе находить решения. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019.
13. Кон А. Воспитание сердцем. Без правил и условий. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019.
14. Корчак Я. Несерьёзная педагогика. — М.: Самокат, 2019.
15. Кэмерон Д., Лайви Э. Художник есть в каждом. Как воспитать творчество в детях. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015.
16. Макарова Е. Г. Как вылепить отфыркивание. — М.: Самокат, 2017.
17. Макарова Е. Г. Цаца заморская. — М.: Самокат, 2019.
18. Монсе Д. Монстры под кроватью. — М.: Альпина Паблишер, 2017.
19. Мурашова Е. В. Все мы родом из детства. — М.: Самокат, 2019.
20. Мы все рождены свободными. Всеобщая декларация прав человека в картинках. — М.: КомпасГид, 2011.
21. Особенности развития детей 6–7-летнего возраста / под ред. Д. Б. Эльконина, А. Л. Венгера. — М.: Педагогика, 1988.
22. Осорина М. В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. — СПб.: Питер, 2016.
23. Пейн Б. Как искусство может сделать вас счастливее. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018.
24. Петрановская Л. В. Большая книга про вас и вашего ребенка. — М.: АСТ, 2017.
25. Рапсон Джеймс, Инглиш Крейг. Похвалите меня. Как перестать зависеть от чужого мнения и обрести уверенность в себе. — Альпина Паблишер, 2014.
26. Робинсон Кен, Ароника Лу. Школа будущего. Как вырастить талантливого ребенка. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016.
27. Розенберг М. Язык жизни. Ненасильственное общение. — София, 2018.
28. Смирнова Т. И. Воспитание искусством или искусство воспитания. — М., 2007.
29. Соловейчик С. Л. Учение с увлечением. — М.: Первое сентября, 2012.
30. Тома д'Ансембур. Хватит быть хорошим! Как прекратить подстраиваться под других и стать счастливым. — М.: Эксмо, 2004.
31. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? — М.: Генезис, 2010.
32. Чистякова М. И. Психогимнастика / под ред. М.И. Буянова — М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.
33. Шумейкер Х. Не делиться — это нормально! И другие неправильные правила воспитания разумных и отзывчивых детей. — М.: КоЛибри, 2016.
34. Шуэ М. Научить ребенка думать. — М.: Эксмо, 2012.
35. Экман П. Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь. — СПб.: Питер, 2018.