

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №3»

Рассмотрено:
Руководитель МО
Омелаева Н.А.

Протокол № 1
от «26» августа 2022 г.

Согласовано:
Заместитель директора
по ВР Гриценко С.Л.

«26» августа 2022 г.

Утверждаю:
Директор
МБОУ «Гимназия №3»
А.В. Чикалов
Приказ № 268
от «29» августа 2022 г.

**Рабочая программа
по учебному курсу
«Все обо мне и для меня»
(второй год обучения)
для обучающихся 3 «Б» класса**

Сроки реализации программы: 2022-2023 учебный год

Разработчик:
Дерябина О.И.,
учитель начальных классов
высшая квалификационная
категория

г. Рубцовск, 2022г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному курсу "Все обо мне и для меня" для 3 класса составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ №373 от 06.10.2009 в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357)
- Годового календарного учебного графика МБОУ «Гимназия №3» на 2022/2023 учебный год;
- Федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию (приказ от 28.12.2018. № 345 «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ НОО, ООО, СОО», приказ от 08.05.2019 №233 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников....», приказ от 22.11.2019 №632 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников....», приказ от 18.05.2020 №249 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников....»);
- Положения о рабочей программе учебного предмета, курса МБОУ «Гимназия №3», 2018;
- ООП НОО МБОУ «Гимназия №3»;
- Учебного плана МБОУ «Гимназия № 3» на 2022/2023 учебный год;
- Программы «Социально-эмоциональное развитие младших школьников».

Выбранный УМК:

- Программа «Социально-эмоциональное развитие младших школьников»;
- Методическое пособие "Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста";
- Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» (авторы: А. В. Макаrchук, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка);
- Игровой комплект «Палитра эмоций» (авторы: И. А. Дворецкая, А. В. Макаrchук, Н. Е. Рычка, О. Е. Хухлаев).

Место учебного курса в учебном плане:

Учебный курс "Все обо мне и для меня" (второй год обучения) составлена на 34 часа в год из расчета 1 час в неделю.

Содержание курса внеурочной деятельности "Все обо мне и для меня"

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

Введение (3ч.)

Направлено на укрепление доброжелательного психологического климата в классе, актуализацию и обновление договорённостей о взаимоотношениях друг с другом, формирование мотивации на обучение по программе.

Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч.)

Раздел посвящён обобщению и закреплению знаний об изученных ранее эмоциях, актуализации и обогащению представлений о новых эмоциях. Особое внимание уделяется эмоциям, связанным с обучением в школе. Расширяются представления детей о способах выражения эмоций средствами искусства. Значительная часть раздела посвящена идентификации собственных эмоций и пониманию их причин с фокусом на индивидуальных особенностях их восприятия и выражения. Материалы раздела обогащают представления ребёнка об эмоциональной сфере, в первую очередь,

речь идёт об интенсивности, модальности, амбивалентности эмоций, что важно не только при развитии навыков идентификации, но также и в управлении эмоциями и поведением.

Раздел 2. Эмоциональная регуляция (7 ч.)

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

Раздел 3. Социальное взаимодействие (15 ч.)

Данный раздел посвящён развитию социальной и коммуникативной 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 доброжелательные 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 отношения. Среди важных социальных навыков рассматриваются эмоциональная поддержка, умение адаптироваться в новом коллективе, высказывать и конструктивно отстаивать собственное мнение.

Тематическое планирование учебного курса «Все обо мне и для меня»

(34 часа - 1 ч в неделю)

№ урока	Тема урока	Количество часов
Введение (3ч.)		
1.	Мои летние достижения	1
2.	В школу с удовольствием?	1
3.	Мой дружный класс	1
Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч.)		
4.	Об интересе интересно	1
5.	Удивительное удивление	1
6.	Сила эмоций	1
7.	Приятные и неприятные эмоции	1
8.	И смех и слёзы	1
9.	Краски и звуки эмоций	1
10.	Портрет эмоций	1
11.	Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле	1
12.	Мой эмоциональный портрет: эмоции и мысли	1
13.	Как я чувствую то, что чувствует другой	1
Эмоциональная регуляция (7 ч.)		
14.	Хочу, чтоб эмоции мне помогли!	1
15.	Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции	1
16.	Плакать или смеяться?	1
17.	Выражать или не выражать?	1
18.	Как рисунок мне поможет?	1
19.	Лепим настроение	1
20.	Повелитель эмоций	1
Социальное взаимодействие (15 ч.)		
21.	Мой класс: такие разные и такие похожие	1
22.	Для всех есть место под солнцем	1
23.	Правда и ложь	1

24.	Обман или заблуждение?	1
25.	Как посмотреть на мир глазами другого?	1
26.	Как понять другого? Полезные вопросы	1
27.	Всегда ли ссора неизбежна?	1
28.	Когда не хотел обижать	1
29.	Как поддержать другого, если его обижают?	1
30.	Если человеку нужна поддержка	1
31.	Как выразить своё мнение	1
32.	Язык Жирафа	1
33.	Мы — команда	1
34.	Что было и что будет	1
Итого:		34 ч.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности "Все обо мне и для меня"

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

Предметные результаты освоения программы социально-эмоционального развития разделяются на три блока компетенций: восприятие и понимание причин эмоций, эмоциональная регуляция, социальное взаимодействие.

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
1. Восприятие и понимание причин эмоций	Идентификация эмоций	Идентификация эмоций по мимическим признакам	Ребёнок знает мимические признаки следующих эмоций: злость, страх, интерес, грусть, радость, удивление, определяет эти эмоции по мимическим признакам на изображениях и в процессе общения, знает названия эмоций
		Идентификация эмоций	Ребёнок верно определяет эмоции

	по пантомимическим признакам	(злость, страх, интерес, грусть, радость, удивление) по позе человека, его жестам и движениям, мо-жет сопоставить действия и эмоции	
	Идентификация эмоций по вербальным и паравербальным признакам	Ребёнок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, интерес, удивление) в речи по интонации, громкости, темпу	
	Идентификация эмоций в произведениях искусства	Ребёнок может назвать эмоции, которые у не-го вызывают произведения искусства (карти-на, скульптура, музыкальное или литератур-ное произведение); определяет характер, на-строение произведения, даёт ему эмоцио-нально-образную характеристику (смешное стихотворение, печальная музыка)	
	Понимание и использование эмоционального и ментального словаря	Ребёнок верно определяет эмоциональное содержание высказываний, понимает и ис-пользует в речи слова, связанные с эмоциями и эмоциональными состояниями	
	Выражение эмоций	Выражение эмоций через мимику и пантомимику	Ребёнок правильно выражает эмоции с помо-щью мимики, жестов, поз, движений
		Вербальное и паравербальное выражение эмоций	Ребёнок может описать эмоциональное со-стояние (собственное и другого человека), используя эмоциональный словарь и пара-вербальные способы (громкость, интонация, темп речи)
		Выражение эмоций в творчестве	Ребёнок выражает эмоции в рисунке, аппли-кации, через музыку и движение
	Понимание причин эмоций	Понимание ситуативной обусловленности эмоций	При обсуждении ситуации (изображения, ли-тературного произведения, личного опыта) ребёнок распознаёт эмоции, делает верные предположения о причинах их возникнове-ния и событиях, предшествующих данной си-туации
		Понимание индивидуальных различий в причинах выражении эмоций	Ребёнок знает, что разные люди в одних и тех же ситуациях могут испытывать разные эмо-ции; понимает, что разные люди могут по-раз-ному проявлять одни и те же эмоции, учиты-вает 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 состо-яние может оказать на его поведение в кон-кретных ситуациях
		Владение элементарными навыками саморегуляции	Ребёнок может определить своё эмоциональ-ное состояние и его интенсивность, описать ситуацию, ставшую причиной проявления эмоции; знает несколько способов саморегу-ляции

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: зада-
			вать вопросы с учётом ситуации и особенно- стей 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 поведе- нии; понимает, что люди могут иметь ошибоч- ное мнение о ситуации и строить своё пове- дение на основании этого мнения
		Эмпатия. Эмоциональная поддержка и взаимопомощь	Ребёнок проявляет эмпатию, пытается влиять на эмоциональное состояние другого чело- века, оказывая эмоциональную поддержку; распознаёт ситуации, в которых человеку нужна помощь, может сделать предположе- ния 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 договорён- ностей и соблюдения правил в совместной деятельности; предлагает варианты взаимо- действия, умеет договариваться; выполняет совместные задания в группе
		Поведение в конфликтной ситуации	Ребёнок идентифицирует свои эмоции и эмо- ции другого человека, прогнозирует вероят- ность возникновения конфликта; делает предположения о причинах возникновения конфликта и возможных способах его раз- решения; знает простые способы саморегу- ляции в конфликтной ситуации
	Социальная компетентность	Следование формальным правилам поведения	Ребёнок знает формальные правила социаль- ного 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 многооб- разию людей, понимает, что у разных людей могут быть различные интересы, предпочте- ния, мнения; выстраивает отношения в классе на основании общих норм и ценностей	