

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ФЕРЗИКОВСКАЯ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

«ФЕРЗИКОВСКИЙ РАЙОН» КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

Приложение к ООП НОО

Принято на заседании педагогического
совета МОУ «Ферзиковская средняя
общеобразовательная
школа» муниципального района
«Ферзиковский район» Калужской области
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.

Утверждено директором
МОУ «Ферзиковская средняя
общеобразовательная школа»
муниципального района
«Ферзиковский район» Калужской
области
Приказ № 147 от 30.08.2022

Программа дополнительного образования
«Социально-эмоциональное развитие детей
младшего школьного возраста»
в начальной школе

Педагог-психолог:

Кузнецова Светлана Александровна

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 «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» основывается на теории эмоционального интеллекта предполагает учёт индивидуальных особенностей ребёнка и его непосредственное участие в процессе обучения и воспитания. Ребёнок является не объектом обучения и воспитания, а его субъектом.

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 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.

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 программы: способствовать социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста

Задачи программы:

- Познакомить школьников с многообразием эмоций;
- Развивать умение выражать и распознавать эмоции 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.
- Способствовать созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в классе
- Содействовать социальной адаптации младших школьников

Планируемые результаты освоения программы социально-эмоционального развития:

Личностные:

Учащиеся получают возможность для формирования уважительного отношения к мнению другого человека; начальных навыков адаптации в развивающемся мире; самостоятельности и ответственности за свои поступки; доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; навыков сотрудничества.

Метапредметные:

Учащиеся получают возможность научиться применять начальные формы познавательной и личностной рефлексии; использовать речевые средства для продуктивной коммуникации; слушать собеседника и вести диалог; признавать возможность существования различных точек зрения; определять общую цель и пути ее достижения; конструктивно решать конфликты с помощью сотрудничества, учитывая интересы всех участников.

Предметные:

3 блока компетенций:

1. *восприятие и понимание причин эмоций* (Ребенок верно определяет эмоции, знает признаки проявления эмоций, может назвать эмоции, которые у него возникают, знает, что в одинаковых ситуациях разные люди проявляют эмоции по-разному)
2. *эмоциональная регуляция* (ребенок понимает, что эмоции могут влиять на поведение, может определить своё состояние, оценить интенсивность, найти причины)
3. *социальное взаимодействие* (ребенок может устанавливать взаимодействие с детьми разного пола и возраста, понимает, что другой человек может иметь свое мнение, точку зрения, проявляет эмпатию, знает правила поведения в группе, классе, уважительно относится к другим)

Тематическое планирование, 1 классы

Раздел	Тема	Кол-во часов
Введение (1 занятие)	Тема 1,2,3. Знакомство детей в классе, самопрезентация. Психологический климат в классе. Нормы и правила в группе.	1
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (5 занятий)	Тема 4. Многообразие эмоций.	1
	Тема 5,6. Причины и способы выражения радости. Причины и способы выражения грусти.	1
	Тема 7,8,9. Причины и способы выражения злости. Причины и способы выражения страха. Причины и способы выражения интереса.	1
	Тема 10. Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей.	1
	Тема 11. Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека. Тема 12. Интенсивность эмоций	1
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (6 занятий)	Тема 13. Модальность эмоций.	1
	Тема 14,15. Влияние эмоций на поведение. Выражение эмоций, основы саморегуляции	1
	Тема 17. Конструктивные способы выражения злости	1
	Тема 18. Значение эмоции «страх»	1
	Тема 19. Управление страхом. Основы саморегуляции	1
	Тема 20. Элементарные навыки саморегуляции	1
Раздел 3. Социальное взаимодействие (5 занятий)	Тема 23, 24. Важность умения слушать другого человека. Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений.	1
	Тема 25. Эмпатия, сочувствие и сопереживание.	1
	Тема 27. Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях.	1
	Тема 29. Сложные ситуации в общении и способы их разрешения.	1
	Тема 30. Осознание изменений, произошедших за учебный год. Мотивация к саморазвитию.	1
Итого:		17ч.

(Темы Методического пособия)

Тематическое планирование, 2 классы

Раздел	Тема	Кол-во часов
Введение (1 занятие)	Тема 1,2,3. Знакомство детей в классе, самопрезентация. Психологический климат в классе. Нормы и правила в группе.	1
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (5 занятий)	Тема 4. Многообразие эмоций.	1
	Тема 5,6. Причины и способы выражения радости. Причины и способы выражения грусти.	1
	Тема 7,8,9. Причины и способы выражения злости. Причины и способы выражения страха. Причины и способы выражения интереса.	1
	Тема 10. Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей.	1
	Тема 11. Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека. Тема 12. Интенсивность эмоций	1
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (6 занятий)	Тема 13. Модальность эмоций.	1
	Тема 14,15. Влияние эмоций на поведение. Выражение эмоций, основы саморегуляции	1
	Тема 17. Конструктивные способы выражения злости	1
	Тема 18. Значение эмоции «страх»	1
	Тема 19. Управление страхом. Основы саморегуляции	1
	Тема 20. Элементарные навыки саморегуляции	1
Раздел 3. Социальное взаимодействие (5 занятий)	Тема 23, 24. Важность умения слушать другого человека. Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений.	1
	Тема 25. Эмпатия, сочувствие и сопереживание.	1
	Тема 27. Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях.	1
	Тема 29. Сложные ситуации в общении и способы их разрешения.	1
	Тема 30. Осознание изменений, произошедших за учебный год. Мотивация к саморазвитию.	1
Итого:		17ч.

(Темы Методического пособия)

Тематическое планирование, 3 классы

№ занятия	Тема, содержание	Кол-во часов
1	Тема 1 И снова вместе! (Установка на новый учебный год)	1
2	Тема 2 Эмоции, эмоции, эмоции... (Обобщение знаний об эмоциях)	1
3	Тема 3 Составляем соглашение класса (обсуждение общих правил взаимодействия)	1
4	Тема 4 Моя путеводная звезда (Формулирование личной цели на учебной год)	1
5	Тема 5 Дом, в котором мы живем (Эмоциональная оценка пространства класса)	1
6	Тема 6 Моя суперсила	1
7	Тема 7 Когда что-то пошло не так... (управление состоянием тревоги)	1
8	Тема 8 Нужно ли стараться	1
9	Тема 9 Новый год-новые цели	1
10	Тема 10 Не торопись с выводами (Прояснение шагов обдуманного выбора)	1
11	Тема 11 Искусство замечать хорошее	1
12	Тема 12 Какой он – правильный выбор (Осознание эмоций в ситуации выбора)	1
13	Тема 13 Это угроза? (Идентификация угрожающего поведения)	1
14,15	Тема 14 Мы справимся! (поведение в ситуации буллинга)	2
16	Тема 15 Что значит помогать	1
17	Подводим итоги	1
	Итого:	17ч.

(Темы Методического пособия)

Тематическое планирование, 4 классы

№ занятия	Тема	Кол-во часов
1	Тема 1 Обновление классного соглашения	1
2	Тема 2 Украденные имена (Буллинг.Роли и стратегии реагирования)	1
3	Тема 3 Что такое эмоциональный интеллект?	1
4	Тема 4Моя реакция – мой выбор	1
5	Тема 5 Не факт! (навыки ненасильственного общения)	1
6	Тема 6 Ты мне друг, но ты не прав (поведение в конфликте)	1
7	Тема 7 Разговор с самим собой (самопринятие и самоподдержка)	1
8	Тема 8 Прогулка благодарности (практика благодарности)	1
9	Тема 9 Впереди 5 класс (постановка задач по саморазвитию перед переходом 5 класс)	1
10	Тема 10 Да, мы такие (определение своих сильных сторон)	1
11	Тема 11 Дорогу осилит идущий (усердие в достижении целей)	1
12	Тема 12 Стыд, вина, обида	1
13	Тема 13 Быть или не быть добрым?	1
14	Тема 14 Ничего себе шуточки! (Разговор о том, что смех бывает разным)	1
15	Тема 15 Сила природы (Саморегуляция)	1
16	Тема 16 Галерея цитат (Разговор о личном выборе)	1
17	Тема 17 Готовимся к переходу	1
	Итого:	17ч.

(Темы Методического пособия)

Используемая литература:

- Катеева, М. И..Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста. Третий год обучения : методическое пособие / М. И. Катеева, Н. Е. Рычка, И. А. Дворецкая. — 110, [2] с.
- Катеева, М. И..Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста. Четвертый год обучения : методическое пособие / М. И. Катеева, Н. Е. Рычка, И. А. Дворецкая.
- Макарчук, А. В.Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста. Первый год обучения : методическое пособие /А. В. Макарчук, Е. В. Горинова, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева. —М. : Дрофа, 2019. — 199, [1] с. : ил. — (Российский учебник).
- Макарчук, А. В.Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста. Второй год обучения : методическое пособие /А. В. Макарчук, Е. В. Горинова, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка.