МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 10»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено: ШМО классных руководителей начальных классов Протокол №1 от 26.08.24г | Согласовано: Методический совет Протокол № 1 от 28.08.24г | Утверждено: Зам. директора по УВР Кутузова М.А. 29.08.24г |

Рабочая программа по внеурочной деятельности

курса **«Мир эмоций»**

направление: внеурочная деятельность по

психолого-педагогическому сопровождению

2 класс

Разработала:

Новикова И.С. ,

педагог-психолог

**г.Зима, 2024 г.**

**Пояснительная записка**

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей учащихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учетом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Рабочая программа курса внеурочной деятельности является частью основной образовательной программы основного общего образования и состоит из следующих разделов:

• содержание курса внеурочной деятельности;

• планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности;

• тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы курса внеурочной деятельности, и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами (мультимедийные программы, электронные тесты и упражнения, электронные библиотеки, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности содержит указание на форму проведения занятий.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности формируются с учетом рабочей программы воспитания.

**Взаимосвязь с программой воспитания.**

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учетом рекомендаций примерной программы воспитания, учитывает психолого-педагогические особенности данных возрастных категорий. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребенка. Это проявляется:

− в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;

− в возможности комплектования разновозрастных групп для организации профориентационной деятельности школьников, воспитательное значение которых отмечается в примерной программе воспитания;

− в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлеченность в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на ее основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчеркивается примерной программой воспитания.

***Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности***

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

**Личностные результаты**:

В сфере гражданского воспитания: готовность к конструктивной совместной деятельности при выполнении исследований и проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи.

В сфере патриотического воспитания: отношение к психологии как к важной составляющей культуры, гордость за вклад российских и советских учёных в развитие мировой психологической науки.

В сфере духовно-нравственного воспитания: готовность оценивать поведение и поступки с позиции нравственных норм; понимание значимости нравственного аспекта деятельности человека.

В сфере эстетического воспитания: понимание роли психологии в формировании эстетической культуры личности.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил и норм, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в природной среде; сформированность навыка рефлексии, управление собственным эмоциональным состоянием.

В сфере трудового воспитания: активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) психологической направленности, интерес к практическому изучению профессий, связанных с психологией.

В сфере понимания ценности научного познания: ориентация на современную систему научных представлений об основных психологических закономерностях, понимание роли психологической науки в формировании научного мировоззрения; развитие научной любознательности, интереса к психологической науке, навыков исследовательской деятельности.

В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды: адекватная оценка изменяющихся условий; принятие решения (индивидуальное, в группе) в изменяющихся условиях на основании рефлексии и анализа информации; планирование действий в новой ситуации на основании знаний психологических закономерностей.

**Метапредметные результаты**:

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:

Базовые логические действия:

• выявлять и характеризовать существенные психологические признаки;

• устанавливать существенный признак классификации психологических объектов (явлений, процессов), основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

• с учётом предложенной психологической задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых ситуациях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

• выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

• выявлять причинно-следственные связи при изучении психологических процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

• самостоятельно выбирать способ решения психологической задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

• использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;

• формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, и самостоятельно

устанавливать искомое и данное;

• формировать гипотезу об истинности собственных суждений, аргументировать свою позицию, мнение;

• оценивать на применимость и достоверность полученную информацию;

• самостоятельно формулировать обобщения и выводы;

• прогнозировать возможное дальнейшее развитие психологических процессов и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

• применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе психологической информации или данных источников;

• выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать психологическую информацию различных видов и форм представления;

• находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

• самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

• оценивать надёжность психологической информации по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно;

• запоминать и систематизировать психологическую информацию.

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями Общение:

• воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в процессе выполнения практических работ;

• выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;

• распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

• понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

• в ходе диалога и/или дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;

• сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различия и сходство позиций;

• публично представлять свои результаты (эксперимента, исследования, проекта);

• самостоятельно выбирать формат выступления с учётом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

Совместная деятельность (сотрудничество):

• понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной учебной задачи;

• принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

• уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

• планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учётом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и иные);

• выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

• оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия; сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой;

• овладеть системой универсальных коммуникативных действий, которая обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта школьников.

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями: Самоорганизация:

• выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях, используя психологические знания;

• ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

• самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения задачи с учётом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

• составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учётом получения новых психологических знаний;

• делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль (рефлексия):

• владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

• давать адекватную оценку ситуации и предлагать план её изменения;

• учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

• объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

• вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

• оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

• различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

• выявлять и анализировать причины эмоций;

• ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;

• регулировать способ выражения эмоций.

• Принятие себя и других;

• осознанно относиться к другому человеку, его мнению;

• признавать своё право на ошибку и такое же право другого;

• открытость себе и другим;

• осознавать невозможность контролировать всё вокруг;

• овладеть системой универсальных учебных регулятивных действий, которая обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности), и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

**Предметные результат**ы освоения программы

В познавательной (интеллектуальной) сфере:

− приобретение опыта использования методов психологической науки с целью изучения психологических процессов: наблюдение, описание, проведение несложных экспериментов, в том числе с использованием аналоговых и цифровых инструментов;

− формирование умения интегрировать психологические знания со знаниями из других учебных предметов (физики, химии, географии, истории, обществознания и т. д.);

− формирование умений решать задачи и ситуации психологического содержания, выявлять причинно-следственные связи, анализировать, сопоставлять, делать выводы на основании полученных результатов;

− формирование умения планировать учебное исследование или проектную работу с учетом поставленной цели: формулировать проблему, гипотезу и ставить задачи исследования, выбирать адекватно поставленной цели методы, делать выводы по результатам исследования или проектной деятельности;

− формирование интереса к углублению психологических знаний

(предпрофильная подготовка и профессиональная ориентация) и выбору психологии как профильного предмета на ступени среднего полного образования для будущей профессиональной деятельности, в области психологии;

− умение интегрировать психологические знания со знаниями других учебных предметов; интерес к углублению психологических знаний и выбору психологии как профильного предмета на уровне среднего общего образования для будущей профессиональной деятельности;

− формирование умения использовать понятийный аппарат и грамотное применение научных терминов, понятий, теорий, законов для объяснения наблюдаемых психологических явлений и процессов, позволяющих заложить фундамент научного мировоззрения.

В ценностно-ориентационной сфере:

− знание, что применение современных методов и технологий психологии позволяет успешно решать сложные проблемы и ситуации, как сохранение здоровья человека, контроль и восстановление личности человека.

**Содержание курса внеурочной деятельности «Мир эмоций»**

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

## ОСНОВНОЙ РАЗДЕЛ

**Модуль 1. Самопознание (Кто Я? Какой Я?)**

«Я – второклассник». «Я – житель своего города». Понятие «внутренний мир». Составляющие внутреннего мира: потребности, желания, мечты и фантазии. Отличия мечты и фантазии, фантазии и лжи. Мои потребности. Мои желания. Мои мечты. Мои фантазии. Понятие «дружба». Мои дружеские качества. Умение дружить.

## Модуль 2. Восприятие и понимание причин эмоций и эмоциональная регуляция

Значение эмоций в жизни человека. Зависимость эмоций от ситуации. Понимание эмоций в различных ситуациях: в школе, дома, с друзьями, в незнакомом месте. Индивидуальные особенности переживания и выражения эмоций. Сила эмоций. Управление эмоцией злости.

## Модуль 3. Коммуникация и социальное взаимодействие

Понятие «командообразование». Умения работать в команде. Понятие «одиночество». Личностные качества людей, становящихся одинокими среди сверстников. Понятие «конфликт». Причины конфликтов. Навыки решение конфликтов. Сходства и различия интересов разных людей. Поддержание доброжелательных отношений в классе.

***Формы организации учебных занятий***

- лекции, беседы, практикум, консультации;

- диагностика, упражнения и игры;

- ролевое проигрывание;

- анализ ситуаций;

- диалог;

- практические работы;

- обсуждение заданий по дополнительной литературе;

- доклады учеников;

- составление рефератов;

***Виды деятельности внеурочной деятельности:***

- решение практических задач и упражнений;

- знакомство с научно-популярной литературой психологического содержания;

- учебно-игровая деятельность;

- работа в парах, в группах;

- проектная деятельность.

**3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел** | **Тема** | **Кол-во часов** |
| **Введение** | « | 1 |
| «Я рад встрече с классом» | 1 |
| **Самопознание** | «Я – второклассник» | 1 |
| «Я – житель своего города» | 1 |
| «Мой внутренний мир» | 1 |
| «Мои потребности» | 1 |
| «Мои желания» | 1 |
| «Мои мечты» | 1 |
| «Мои фантазии» | 1 |
| «Я – друг» | 1 |
| «Один или вместе» | 1 |
| «Я умею дружить» | 1 |
| **Эмоциональная компетентность** | «Эмоции в моей жизни» | 1 |
| «От чего зависят эмоции» | 1 |
| «Мои эмоции в школе и дома» | 1 |
| «Мои эмоции с друзьями и со взрослыми» | 1 |
| «Эмоции и искусство» | 1 |
| «Эмоции – сильные или слабые» | 1 |
| «Плакать или смеяться?» | 1 |
| «Когда эмоции хочется спрятать» | 1 |
| «Когда злость бывает полезной» | 1 |