*Российская Федерация*

Администрация городского округа «Город Калининград»

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

города Калининграда

средняя общеобразовательная школа № 24

(МАОУ СОШ № 24)



**Рабочая программа**

**«Социально-эмоционального развития младших школьников»**

**3 класс**

Составитель:

 учитель начальных классов

 МАОУ СОШ №24, первая

квалификационная категория

Шелухина И.С.

**Калининград 2023**

**Содержание учебного курса**

Программа рассчитана на год обучения и является частью УМК «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста». Программа имеет универсальную структуру: в рамках каждого года обучения.

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

**Цель программы:** Способствовать социально-эмоциональному развитию детей. Содействовать социальной адаптации младших школьников.

**Задачи программы:**

- Развивать умение выражать эмоции и распознавать их у себя и других людей,

- Расширять эмоциональный словарь школьников

- Создавать условия для понимания эмоциональной обусловленности поведения
и причин возникновения эмоций,

- Развивать у школьников навыки саморегуляции,

- Способствовать развитию эмпатии и умения оказывать эмоциональную поддержку,

- 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 коммуникативные навыки.

Программа третьего года обучения ориентирована на решение актуальных возрастных задач в сфере взаимодействия с окружающими и развитие навыка управления эмоциями в трёх типах ситуаций: выбора, достижения и угрозы Годовой цикл начинается
вводным совместным детско-родительским мероприятием и завершается итоговым занятием Все темы можно условно поделить на 5 блоков:
**Вводное занятие** направлено на укрепление добро желательного психологического климата в классе, актуализацию имеющихся знаний и навыков в области социально-эмоционального развития, а также формирование мотивации на обучение по программе.
**Эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения.** Темы этого блока посвящены навыкам саморегуляции в ситуации неопределённости и относятся к «мастерской выбора». Дети учатся распознавать собственное эмоциональное состояние и управлять им и своим мышлением, а также осознавать влияние внешних факторов на личный выбор.
В ходе обсуждения расширяются представления детей о различиях и сходстве интересов и предпочтений разных людей, что становится основой для формирования установок толерантности.
**Эмоциональная регуляция в ситуации достижения** **цели.** Акцент в этом блоке сделан на умении сотрудничать, договариваться при достижении общей цели. Содержание тем способствует формированию здоровой самооценки, развитию умения обращаться за помощью и поддержкой и быть благодарными. Задания и упражнения направлены на формирование позитивного самоотношения, устойчивой самооценки и  относятся к «мастерской достижения».
**Управление собой в стрессовых ситуациях.** Темы данного блока направлены на укрепление ценности дружбы, развитие умений, помогающих детям поддерживать доброжелательные отношения, противостоять буллингу (агрессивному преследованию) в классе, а также на усвоение эмоционально-ориентированных (направленных на преодоление эмоционального возбуждения, вызванного стрессором) копинг-стратегий , которые могут быть применимы как
в ситуациях, связанных с учёбой (контрольные, экзамены, ответ у доски и пр ., так и во взаимодействии с  другими участниками образовательного процесса (одноклассниками, другими учащимися школы, педагогами и пр . Содержание блока можно отнести к «мастерской жизнестойкости».
**Подведение итогов.** Последнее занятие третьего года обучения посвящено рефлексии, осмыслению полученного опыта, а также постановке задач на летние каникулы.
Некоторые темы могут одновременно относиться к нескольким тематическим блокам, так как они могут включать в себя ситуации различного характера и затрагивать ресурсы разных подструктур личностного потенциала.

**Планируемые результаты освоения программы**

Программа обеспечивает достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

***Личностны*е.**

*обучающейся получит 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*.**

*обучающейся получит 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 результаты.***

Предметные результаты освоения программы социально-эмоционального развития разделяются на четыре блока компетенций: восприятие и понимание причин эмоций, эмоциональное прогнозирование и регуляция, коммуникативная компетентность, социальная компетентность.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Блок компетенций** | **Компетенция** | **Критерий** | **Планируемые результаты** |
| 1.Восприятие и понимание причин эмоций | **Идентификация эмоций** | **Идентификацияэмоцийна наглядныхизображенияхи при непосред-ственномнаблюденииза людьми**  | Ребёнок верно распознаёт и словесно обозначает от 6  до 11 эмоций и чувств (радость, грусть, горе, печаль, гнев, злость, страх, ужас, удивление, интерес, отвращение, презрение, стыд, вина, скука) людей разного пола и возраста: на наглядных изображениях (фотографиях, схемах, пиктограммах, рисунках, видеоматериалах); наблюдая за людьми в ситуации общения. Ребёнок различает и называет эмоции с доступным повозрасту обоснованием ответа («Я думаю, что это радость, потому что он улыбается/у него улыбка, он прыгает и веселится, и если бы мне такой подарок сделали, я тоже бы радовался, а ещё он кричит „Ура! Спасибо!“» и т п . Ребёнок различает и называет от 6 до 11 эмоций, чувств и психических состояний после прослушивания аудио-записей или реальной речи (инсценирование, учебныеситуации). Ребёнок определяет настроение, переживаемую эмоцию человека, ориентируясь на его речь, опираясь наособенности в звуковой выразительности речи, и объясняет своё мнение Ребёнок расширяет свои представления: о существовании разных эмоций, которые могутвлиять на настроение и поведение человека;  о том, для чего нужно различать, понимать и идентифицировать (осознавать) свои эмоции и эмоции других людей; о необходимости выражать свои эмоции; о необходимости обозначения и описания эмоцийсловами; о мимических и пантомимических признаках эмоций; о способах расширения активного словаря эмоций; о движениях, сопровождающих эмоциональные состояния человека, и об информации, которую можно получить по анализу их проявлений: жесты, поза (открытая/закрытая), движения в целом и т п . о способах распознавания эмоций другого человекав ситуациях, когда они выражены только с помощьюдвижений;  о многообразии жестов, по которым можно понятьцели общения и настроение человека; о социально-культурных нормах выражения эмоций |
| **Понимание****эмоционального****и ментального****словаря**  | Ребёнок понимает эмоциональное содержание высказываний, связанных с эмоциями и эмоциональными состояниями |
| **Понимание силы****выражения эмоций** | Ребёнок различает эмоции по силе их выраженияс опорой на вербальные, паравербальные и невербальные признаки |
| **Идентификация эмоций по произведениям искусства** | Ребёнок определяет, различает и называет от 6 до11 эмоций, чувств, которые возникают у него при прослушивании или просмотре музыкальных и художественных произведений: понимает (осознаёт) и называет от 6 до 11 своихэмоций, чувств и психических состояний как собственный отклик на услышанное, увиденное; распознаёт эмоциональные переживания героев и персонажей музыкальных и художественных произведений и соотносит их со своим жизненнымопытом.Ребёнок расширяет свои представления: о том, что с помощью произведения искусства можно изменить испытываемую в данный момент эмоцию (например, смешной рассказ развеселит, спокойная музыка успокоит и т п .; о том, что одно произведение искусства может вы зывать разные эмоции и чувства у разных людей |
|  |
| **Выражение эмоций****(эмоциональная****выразительность,****чувствительность,****контроль)** | **Мимика, жесты****и действия** | Ребёнок выражает 6 и более эмоций, чувств с помощьюмимики и пантомимики Ребёнок демонстрирует (в инсценировках, ролевыхиграх, театральных постановках) разные по силе эмоции и эмоциональные состояния, используя вербальные и невербальные средства их выражения |
| **Использование****эмоционального****и ментального****словаря** | Ребёнок верно использует в речи слова, связанныес эмоциями и эмоциональными состояниями  |
| **Интонационная****выразительность****речи** | Ребёнок расширяет свои представления:  о способах выражения эмоций с помощью интонации, темпа и ритма речи, громкости и силы (повышение или понижение) голоса; о характеристике звуковой выразительности в речи таких эмоций, как радость, восторг, горе, грусть, печаль, гнев, злость, ужас, страх, тревога, удивление, интерес, отвращение, неудовольствие, скука, пре-зрение, стыд, вина |
| **Понимание причин эмоций** | **Понимание ситуативной обусловленности эмоций** | Ребёнок осознаёт, что возникновение эмоций зависитот многих факторов и условий: возраст, состояние здоровья, отношения, интересы, мотивы и т д Ребёнок понимает, что возможно несоответствие ситуации и эмоции; пробует объяснить, в чём состоит несоответствие и какова причина такой эмоциональной реакции Ребёнок расширяет свои представления: о причинах возникновения амбивалентных эмоций; о выявлении и анализе причин эмоций |
|  |
| 2. Понимание и регуляция эмоционально-поведенческихсостояний | **Прогнозирование** | Ребёнок понимает, что можно прогнозировать собственное поведение и поведение других людей, опираясь на знание причин эмоций Ребёнок определяет и называет конкретные эмоциикак причину поведения героев произведений/ситуаций Ребёнок может предсказать эмоции и поведение чело-века, опираясь на знания о его желаниях и мыслях Ребёнок расширяет свои представления: о жизненных ситуациях, связанных с эмоцией илиспособных вызывать определённую эмоцию; о том, как именно эмоции могут помогать или мешать в общении. |
| **Регуляция****эмоционального****состояния**  | Ребёнок проявляет сопереживание и сочувствие: умеет входить в положение других людей, ставить себя наместо другого (преодоление эгоцентризма), учитсяоказывать поддержку, когда человек испытывает неприятные эмоции Ребёнок умеет управлять собственным поведением,исходя из вероятностного прогнозирования своейэмоциональной реакции на возможные события (готовиться к контрольной, чтобы не испытывать неприятных эмоций после получения неудовлетворительной оценки; пойти в кино в предвкушении каких-токонкретных эмоций (страх, радость, удивление…)и пр . Ребёнок расширяет свои представления: о том, как в предложенных ситуациях подчинять свои желания и действовать в соответствии с нравственным мотивом «надо» (внеситуативное соподчинение мотивов); о возможности регулирования своих эмоций, на-пример, как можно справляться с тревогой, страхом, агрессией и др . о приёмах эмоционального самоконтроля в ситуациях игрового, коммуникативного и учебного сотрудничества; о приёмах регулирования своего эмоциональногосостояния и контроля чрезмерно сильного выражения эмоциональных состояний в зависимости отситуации; о том, что необходимо распознавать собственныепотребности и учитывать их при регулировании. |
|  | **Понимание неверных мнений** | Ребёнок расширяет свои представления: о том, что в основе поведения могут лежать убеждения, которые не соответствуют реальности; о том, что существуют неверные мнения, как собственные, так и окружающих людей |
|  | **Понимание обмана** | Ребёнок умеет выделять две позиции в общении и по-ведении другого человека — реальную и демонстрируемую Ребёнок понимает, с чем связано негативное отношение к обману Ребёнок понимает моральную сторону обмана. |
| 3. Социальное взаимодействие |  | **Морально-****нравственный****выбор** | Ребёнок умеет следовать нормам и правилам, принятым в обществе, ориентируясь как на моральное со-держание ситуаций, регулирующее человеческие отношения, так и на правила поведения, регламентирующие жизненные ситуации в быту и общественной жизни.Ребёнок умеет идентифицировать поступок как хороший или плохой на основе соотнесения действия с моральным эталоном, носителем которого может быть взрослый, ребёнок, литературный персонаж Ребёнок может объяснять нравственное содержаниепоступка. |
| **Толерантность**  | Ребёнок проявляет уважение к иному поведению,внешности, мнению окружающих людей.Ребёнок учится взаимодействовать с ровесниками с особыми потребностями на основе принятия. Ребёнок учится замечать нетерпимое отношениек индивидуальности других людей.Ребёнок расширяет свои представления: о важности принятия себя и других людей; об уважительном отношении к личному достоинству и правам других людей (понимать, чтонеобходимо считаться с точкой зрения, желания-ми другого человека, не ущемлять его интересыи т .п . |
| **Сопротивление****буллингу** | Ребёнок знает способы реагирования в ситуациях буллинга.Ребёнок расширяет свои представления: о том, какие эмоции и чувства вызывает буллинг(без введения понятия), какие поступки может совершать человек в состоянии аффекта (без введения понятия) на примерах литературных произведений; о том, что неприемлемо говорить обидные, злыеи неприятные слова; заставлять другого делать что-то, чего он не хочет или от чего могут быть неприятности; исключать из общения, из компании, изигры; «травить», унижать человеческое достоинство. |
|  |
| Социально-коммуникативный компонент | **Коммуникативная компетентность** | **Установление****и поддержание****взаимодействия** | Ребёнок может установить взаимодействие с детьмиразного пола и возраста и взрослыми  — родителями,педагогами Ребёнок способен инициировать и поддержать общение: задавать вопросы с учётом ситуации и особенностей партнёра по общению, реагировать на ответы, отвечать на вопросы |
| **Эмпатия.****Эмоциональная****поддержка****и взаимопомощь** | Ребёнок проявляет эмпатию, пытается влиять на эмоциональное состояние другого человека, оказываяэмоциональную поддержку Ребёнок распознаёт ситуации, в которых человеку нужна помощь, может сделать предположения о том,какая именно помощь требуется, стремится оказать помощь близким Ребёнок может сам обратиться за помощью к знакомому взрослому или сверстнику, сформулировать свою просьбу |
| **Работа в команде**  | Ребёнок знает о необходимости договорённостей исоблюдения правил в совместной деятельности Ребёнок предлагает варианты взаимодействия, умеет договариваться Ребёнок участвует в выполнении совместных заданий в группе |
|  |  | **Поведение****в конфликтной****ситуации** | Ребёнок идентифицирует свои эмоции и эмоции другого человека, прогнозирует вероятность возникновения конфликта Ребёнок делает предположения о причинах возникновения конфликта и возможных способах его разрешения; знает простые способы саморегуляции в конфликтной ситуации |
|  | **Социальная компетентность** | **Социальная****адаптация** | Ребёнок получит: возможность осознать важность понимания основных моральных ценностей новой социальной среды; первоначальные представления о необходимостирегуляции своего поведения в соответствии с главными целями совместной коллективной деятельности |
|  |  | **Социальное****взаимодействие** | Ребёнок может передавать сообщение, реагировать наответы, реплики собеседника с учётом его состояния(внимания, понимания, эмоциональной реакции, ситуации общения) Ребёнок получит первоначальные представления о поведенческих сценариях, позволяющих находить решения в сложных ситуациях взаимодействия с окружающими |
|  |  | **Социальное****прогнозирование**(формулированиепланов собственныхдействий,отслеживаниеи рефлексия своегоразвития, оценканеиспользованныхальтернативныхвозможностей) | Ребёнок расширяет свои представления: о том, что можно прогнозировать собственное поведение и поведение других людей, опираясь напонимание причин эмоций; о том, как понимать и описывать действия и поступки героев произведений/ситуаций и предсказывать, что будет делать герой после завершенияистории/ситуации |

**Тематическое планирование**

**уроков по социально-эмоциональному развитию младших школьников, для 3 класса**

**Учебник, автор, издательство, год:**

Катеева М.И. Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста. Третий год обучения: методическое пособие / М.И. Катеева, Н. Е. Рычка и др. — М.: Дрофа, 2023.

Рассчитано на 34 часа (1час в неделю)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Название раздела программы, тема, тема урока** | **Кол-во****занятий** |
| 1 | Занятие 1. И снова вместе | 1 |
| 2. | Занятие 2. Эмоции, эмоции, эмоции… | 2 |
| 3 | ***Входная диагностика.*** | 1 |
| 4. | Занятие 3. Составляем Соглашение класса | 2 |
| 5. | Занятие 4. Моя путеводная звезда | 2 |
| 6. | Занятие 5. Дом, в котором мы живем | 2 |
| 7. | Занятие 6. Моя суперсила | 2 |
| 8. | Занятие 7. Когда что-то пошло не так… | 2 |
| 9. | Занятие 8. Нужно ли стараться? | 2 |
| 10. | Занятие 9. Новый год – новые цели | 2 |
| 11. | Занятие 10. Не торопись с выводами | 2 |
| 12. | Занятие 11. Искусство замечать хорошее | 2 |
| 13. | Занятие 12. Какой он, правильный выбор? | 2 |
| 14. | Занятие 13. Это угроза? | 2 |
| 15. | Занятие 14. Мы справимся! | 2 |
| 16. | Занятие 15. Что значит помогать? | 2 |
| 17. | Занятие 16. Тайна музейных экспонатов | 2 |
| 18. | Занятие 17. Соглашение. Подводим итоги | 2 |
|  | **Итого** | **34** |