муниципальное общеобразовательное учреждение

«Средняя школа №1»

Рабочая программа

**«Социально-эмоциональное развитие детей»**

для учащихся младшего школьного возраста

(1-3 ий годы обучения)

Составитель: Воронина Ольга Георгиевна

педагог-психолог средней школы №1

г. Гаврилов – Ям

2019-2022 учебный год

1. **Пояснительная записка.**

В современном мире возрастает потребность в навыках, которые отличают человека от машины, а, значит актуальной становиться 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. Макарчук, Е. В. Горинова, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева).
* Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» (авторы: А. В. Макарчук, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева).
* Игровой комплект «Палитра эмоций» (авторы: И.  А.  Дворецкая, А.  В.  Макарчук, Н.  Е.  Рычка, О.  Е.  Хухлаев).

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

**Задачи программы**:

1. Познакомить школьников с многообразием эмоций.
2. Развивать умение выражать и распознавать эмоции (радость, злость, грусть, страх, удивление, интерес) у себя и других людей.
3. Расширять эмоциональный словарь школьников.
4. Создавать условия для понимания эмоциональной обусловленности поведения и причин возникновения эмоций.
5. Формировать у школьников основы саморегуляции и произвольной регуляции поведения.
6. Способствовать развитию эмпатии, пониманию других людей и оказанию им эмоциональной поддержки.
7. Развивать способность к децентрации — умению видеть ситуацию с точки зрения другого человека.
8. Формировать представления о морально-этических нормах и правилах поведения.
9. Познакомить детей с эффективными способами поведения в сложных коммуникативных ситуациях, развивать их коммуникативные навыки.
10. Способствовать созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в классе.
11. 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.

1. **Планируемые результаты освоения программы СЭР.**

**Личностные.**

Учащиеся получат 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 получат 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.

1. **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.

1. **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 поведение. Основы управления злостью | Когда злость бывает полезной? | 1 |
| **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 помогали | 1 |
| **12.**Ментальная обусловленность поведения. | Как то, что я думаю влияет на мои эмоции | 1 |
| **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 ненасильственного общения. | Как выразить свое мнение | 1 |
| **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** | |

1. **Список рекомендованной литературы.**

1.Азбучные истины / сост. Мария Голованивская. —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 обрестиуверенность 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.