



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПОЛЕССКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
г. Полесск, улица Шевчука 10, тел/факс: 8-401-58-3-53-65
school-polessk.ru

СОГЛАСОВАНО
протокол Педагогического
совета № 1 от 21.08.2023 г



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «Полесская СОШ»
С.А. Головачев
Приказ № 180 от 21.08.2023г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Обо мне и для меня»
Форма организации: кружок
для обучающихся
1-4 классов

г. Полесск
2023

Пояснительная записка

Рабочая программа данного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29 мая 2015 года № 996-р;

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения от 31 мая 2021 года № 286;

- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленные письмом Минобрнауки от 18 августа 2017 года № 09-1672;

- основной образовательной программы начального общего образования МАОУ «Полесская СОШ», утвержденной приказом № от августа 2022 года, в том числе с учетом рабочей программы воспитания.

Рабочая программа кружка «Обо мне и для меня» предназначена для обучающихся 2-х классов

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

Задачи:

- Познакомить школьников с многообразием эмоций.
- Развивать умение выражать и распознавать эмоции (радость, злость, грусть, страх, удивление, интерес) 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.

Принципы, лежащие в основе построения рабочей программы:

- лично-ориентированные: разностороннее, свободное и творческое

развитие ребенка;

- дидактические: наглядность, связь теории с практикой;
- творчества (креативности): максимальная ориентация на творческое начало в учебной деятельности обучающихся, приобретение ими собственного опыта творческой деятельности, умение создавать новое, находить нестандартные решения;
- деятельностно-ориентированные: освоение обучающимися знаний, умений, навыков преимущественно в форме практической творческой деятельности;
- вариативности: развитие у детей вариативного мышления, то есть понимания возможности различных вариантов решения задачи и умения осуществлять систематический перебор вариантов.

Место учебного курса в плане внеурочной деятельности МАОУ «Полесская СОШ»: учебный курс предназначен для обучающихся 1–4-х классов; рассчитан на 1 час в неделю в каждом классе.

	1-й класс	2-й-4 класс
Количество часов в неделю	1	1
Количество часов в год	33	34

Формы работы: групповые занятия.

Содержание

Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста 7-9 лет. Срок реализации программы 2 года. Программа рассчитана на 67 часов и предусматривает следующее распределение: 1 класс - 33 часа, 2 класс - 34 часа. Продолжительность занятий: 1 класс - занятия 1-11 составляет 35 минут, занятия 12- 33 делятся по 40 минут, 2 класс - 40 минут. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Принцип построения и реализации программы:

- *Полнота.* Программа для младших школьников является полным курсом, рассчитанным на интеграцию в образовательный и воспитательный процесс в течении 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 последовательно 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.

- *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 помогают успешному социально-эмоциональному развитию младших школьников.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Личностные

Готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе, в том числе в части:

1. Гражданско-патриотического воспитания:

становление ценностного отношения к своей Родине — России;
осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;

уважение к своему и другим народам;

первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

2. Духовно-нравственного воспитания:

признание индивидуальности каждого человека;
проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

3. Эстетического воспитания:

уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;

стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

4. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);

бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

5. Трудового воспитания:

осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

6. Экологического воспитания:

бережное отношение к природе;

неприятие действий, приносящих ей вред.

7. Ценности научного познания:

первоначальные представления о научной картине мира;
познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

Метапредметные

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1. Базовые логические действия:

сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;

объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;

определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы.

2. Базовые исследовательские действия:

определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;

сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть — целое, причина — следствие);

формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях.

3. Работа с информацией:

выбирать источник получения информации;

согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;

соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;

анализировать и создавать текстовую, видео-, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;

самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1. Общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;

признавать возможность существования разных точек зрения;

корректно и аргументированно высказывать свое мнение;

строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;

создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);

готовить небольшие публичные выступления;

подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления.

2. Совместная деятельность:

формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

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

проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

ответственно выполнять свою часть работы;

оценивать свой вклад в общий результат;

выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1. Самоорганизация:

планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;

выстраивать последовательность выбранных действий.

2. Самоконтроль:

устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;

корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

Предметные

Включающие:

1. освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета умения,
2. специфические для данной предметной области,
3. виды деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях,
4. формирование научного типа мышления, научных представлений о ключевых теориях, типах и видах отношений, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами.

Тематическое планирование внеурочного занятия

1-2 класс (первый год обучения)

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР (ЦОР) электронные образовательные ресурсы
Введение (3 занятия)			
1	Здравствуйте, это я!	1	https://vbudushee.ru/library/lros-kak-uslovia-razvitiya-lichnostnogo-potentsiala/
2	Мой класс – это место, где мне хорошо	1	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-urokamoj-klass-eto-mesto-gde-mne-horosho-5461661.html
3	Правила	1	-
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 занятий)			
4	Сад души	1	https://infourok.ru/konspekt-vneklassnogo-meropriyatiya-sad-dushi-1981313.html
5	Почему мы радуемся	1	https://infourok.ru/klassniy-chas-tema-uchimsyadovatsya-zhizni-900240.html
6	Как мы радуемся	1	https://school74.edu.yar.ru/rip/lros/lros_shkola_74___1_.pdf
7	Почему и как мы грустим	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
8	Почему и как мы злимся	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
9	Почему и как мы боимся	1	https://school74.edu.yar.ru/rip/lros/lros_shkola_74___1_.pdf
10	Интерес и как мы его проявляем	1	https://infourok.ru/prezentaciya-ponyatie-interes-i-sposobnosti-puti-formirovaniya-interesov-i-razvitie-sposobnostej-mladshih-shkolnikov-5478481.html
11	Разные эмоции и их причины	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
12	Разные люди – разные эмоции	1	https://infourok.ru/prezentaciya-ponyatie-interes-i-sposobnosti-puti-formirovaniya-interesov-i-razvitie-sposobnostej-mladshih-shkolnikov-5478481.html
13	Разные эмоции и их сила	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (8 занятий)			
14	Приятные и неприятные эмоции	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
15	Как эмоции влияют на поведение	1	https://vbudushee.ru/vendor/composer/МетодическоеПособие1класс.pdf
16	Эмоции, которые хочется спрятать	1	https://vbudushee.ru/vendor/composer/МетодическоеПособие1класс.pdf
17	Когда злость бывает полезной?	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
18	Как не лопнуть от злости	1	https://vbudushee.ru/vendor/composer/МетодическоеПособие1класс.pdf
19	Когда страх помогает, а когда мешает?	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
20	Как справиться со страхом	1	https://vbudushee.ru/vendor/composer/МетодическоеПособие1класс.pdf
21	По волнам эмоций	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
Раздел 3. Социальное взаимодействие (12 занятий)			
22	Что, если ты не похож на меня?	1	https://vbudushee.ru/vendor/composer/МетодическоеПособие1класс.pdf
23	Как работать вместе	1	https://infourok.ru/prezentaciya-k-klassnomuchasu-uchimsya-rabotat-v-komande-zhit-vmeste-1299657.html
24	Как слышать другого	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
25	Как слышать другого	1	https://infourok.ru/prezentaciya-umeyu-slushat-drugih-2-klass-5337816.html

26	Как понять другого	1	https://infourok.ru/prezentaciya-umeyu-slushat-drugih-2-klass-5337816.html
27	Как понять, что человеку нужна поддержка	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
28	Как поддержать другого	1	https://vbudushee.ru/vendor/composer/МетодическоеПособие1класс.pdf
29	Как поддержать другого	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
30	Как помочь другому	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
31	Как попросить о помощи	1	https://vbudushee.ru/vendor/composer/МетодическоеПособие1класс.pdf
32	Как решать конфликты	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
33	Мои достижения и планы	1	https://vbudushee.ru/vendor/composer/МетодическоеПособие1класс.pdf
Итого:		33	

Тематическое планирование внеурочного занятия 3-4 класс (Второй год обучения)

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР (ЦОР) электронные образовательные ресурсы
Введение (3 занятия)			
1	Мои летние достижения	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
2	В школу с удовольствием	1	https://infourok.ru/klassniy-chas-vo-klasse-na-temu-shkolanash-umniy-i-dobriy-dom-3037599.html
3	Мой дружный класс	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2018/06/28/klassnyu-chas-nash-druzhnyu-klass
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 занятий)			
4	Об интересе интересно	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
5	Удивительное удивление	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
6	Сила эмоции		https://videouroki.net/razrabotki/prezentatsiya-dlya-nachalnykh-klassov-nashi-emotsii.html
7	Приятные и неприятные эмоции	1	http://www.myshared.ru/slide/685016/
8	И смех и слёзы	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
9	Краски и звуки эмоций	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
10	Портрет эмоций	1	https://uchitelya.com/okruzhayuschiy-mir/38438-prezentaciya-izuchaem-emocii-2-klass.html
11	Эмоциональный портрет: эмоции в теле	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
12	Эмоциональный портрет: эмоции и мысли	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
13	Как я чувствую то, что чувствуют другие	1	https://infourok.ru/prezentaciya-my-ponimaem-chuvstva-drugogo-po-programme-tropinka-k-svoemu-ya-5311754.html
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (8 занятий)			
14	Хочу, чтобы эмоции мне помогали!	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2017/08/28/razvitie-sotsialno-emotsionalnoy-sfery-mladshih

15	Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
16	Плакать или смеяться?	1	https://ru.readkong.com/page/shkola-vozmozhnostey-uchebno-metodicheskiy-kompleks-8964597
17	Выражать или не выражать?	1	https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-ypravlenie-svoimi-chyvstvami.html
18	Как рисунок мне поможет?	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
19	Лепим настроение	1	https://ru.readkong.com/page/shkola-vozmozhnostey-uchebno-metodicheskiy-kompleks-8964597
20	Повелитель эмоций	1	https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-ypravlenie-svoimi-chyvstvami.html
21	Мой класс: такие разные и такие похожие	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
Раздел 3. Социальное взаимодействие (13 занятий)			
22	Для всех есть место под солнцем	1	https://multiurok.ru/files/priezientatsiia-put-k-uspiekh-1.html
23	Правда и ложь	1	https://ru.readkong.com/page/shkola-vozmozhnostey-uchebno-metodicheskiy-kompleks-8964597
24	Обман или заблуждение	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2018/03/10/pravda-i-lozh
25	Как посмотреть на мир глазами другого?	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
26	Как понять другого? Полезные вопросы	1	https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-umej-ponimat-drugih-4078750.html
27	Всегда ли ссора неизбежна?	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
28	Когда не хотел обижать	1	https://ru.readkong.com/page/shkola-vozmozhnostey-uchebno-metodicheskiy-kompleks-8964597
29	Как поддержать другого, если его обижают?	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
30	Если человеку нужна поддержка	1	https://ru.readkong.com/page/shkola-vozmozhnostey-uchebno-metodicheskiy-kompleks-8964597
31	Как выразить своё мнение	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
32	Язык жирафа	1	https://ru.readkong.com/page/shkola-vozmozhnostey-uchebno-metodicheskiy-kompleks-8964597
33	Мы-команда	1	https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyutreningu-mi-odna-komanda-1508183.html
34	Что было и что будет	1	https://vbudushee.ru/UMK_SER_V22.pdf
Итого		34	

Список литературы

1. Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» 7+,8+ Вклад в будущее. Школа возможностей;
2. Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста. Вклад в будущее. Школа возможностей;

3. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли: пособие для учителя/ [А.Г.Асмолов, Г.В. Бумеранская, И.А. Володарская и др.]: под ред. А.Г. Асмолова.- М.: Просвещение, 2018.- 151 с.;
4. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России [Текст] - М.: Просвещение, 2019. 25 с.;
5. Примерная основная образовательная программа начального общего образования [Текст] / сост.Е.С.Савинов.- М.: Просвещение, 2014. 204 с.
6. Суслов В.Н. Этикет учусь правилам поведения. 1-4 классы. Тесты и практические задания / В.Н.Суслов. - М.: Просвещение, 2020. 68 с.
7. Тисленкова И.А. Нравственное воспитание: для организаторов воспитательной работы и классных руководителей / И.А.Тисленкова. - М.: Просвещение, 2008. 108 с.
8. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования [Текст] - М.: Просвещение, 2009. 41 с.
9. Черемисина, В.Г. Духовно- нравственное воспитание детей младшего школьного возраста [Текст] / сост. В.Г.Черемисина. - Кемерово: КРИПКиПРО, 2010. - 14- 36.

