

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
НОВОБИИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

РАССМОТРЕНО

Заседание  
педагогического совета

Протокол №7 от «29»  
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УВР

  
Шемякина В.Н.  
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

  
Морозова Е.В.  
Приказ № 260-ОД  
от «29» августа 2024 г.

**Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
«Обо мне и для меня»**  
(социально-эмоциональное развитие детей младшего  
школьного возраста)

Составитель: Никитина Е.Е.,  
учитель начальных классов

Новая Бия, 2024 год

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Обо мне и для меня» составлена для 1 класса МОУ Новобиинская СОШ на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 373 от 06.10.2009 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями от 31.12.2015 года № 1576), основной образовательной программы начального общего образования МОУ Новобиинской СОШ.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

#### **Личностные результаты:**

- 1) формирование уважительного отношения к мнению другого человека
- 2) овладение начальными навыками адаптации в мире финансовых отношений: сопоставление доходов и расходов, простые вычисления в области семейных финансов;
- 3) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 4) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- 5) осознание себя как члена семьи, общества и государства: участие в обсуждении финансовых проблем семьи, принятии решений о семейном бюджете;
- 6) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 7) формирование доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости

#### **Метапредметные результаты:**

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи внеурочной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- 5) умение слушать собеседника и вести диалог; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- 6) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- 7) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации;

## **Предметные результаты:**

Восприятие и понимание причин эмоций:

- идентификация эмоций;
- выражение эмоций;
- понимание причин эмоций.

2. Эмоциональная регуляция:

- понимание эмоциональной обусловленности поведения;
- владение элементарными навыками саморегуляции.

3. Социальное взаимодействие:

- коммуникативная компетентность;
- социальная компетентность.

### **Учащийся научится:**

- выражать и распознавать эмоции (радость, злость, грусть, страх, удивление, интерес) у себя и других людей;
- расширять эмоциональный словарь;
- выполнять правила поведения.

### **Учащийся получит возможность научиться:**

- понимать других людей и оказывать им эмоциональную поддержку,
- создавать и поддерживать благоприятный психологический климат в классе,
- видеть ситуацию с точки зрения другого человека.

Формы работы: групповые занятия, ролевые игры

### **Содержание курса**

Программа рассчитана год обучения — в 1 классе.

Занятия проводятся с учащимися один раз неделю, за год – 33 часа в 1 классе.

**Введение.** Занятия этого раздела направлены на осознание ребёнком своих характерных особенностей и предпочтений, понимания того, что он, как и каждый человек, уникален и неповторим. Важное место в введении занимает выработка и принятие правил группы и сравнение их с правилами Всеобщей декларации прав человека.

**Раздел 1.** Восприятие и понимание причин эмоций. В разделе рассматриваются эмоции: радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес и причины их возникновения. Занятия направлены на совершенствование умения воспринимать внешние проявления эмоций у себя и других людей, определение причин возникновения эмоций, развитие способности реагировать на эмоциональное состояние другого человека. Виды искусства представлены как средства для эмоционального развития ребёнка, его творческого мышления.

**Раздел 2.** Эмоциональная регуляция. Индивидуальные и групповые игровые практики, представленные в данном разделе, помогут детям совершенствоваться в применении знакомых приёмов саморегуляции и в освоении новых. Дети получают возможность

учиться управлять своими эмоциями, выражать свои эмоции и регулировать их разными способами в безопасной среде.

**Раздел 3. Социальное взаимодействие.** Занятия данного раздела посвящены развитию навыков эффективной коммуникации, умению устанавливать и поддерживать контакты, кооперироваться и сотрудничать, прогнозировать возникновение конфликтных ситуаций и использовать способы их эффективного разрешения. Каждый раздел программы и все темы занятий логически взаимосвязаны и преемственны.

### Тематическое планирование

№ п/п	Название разделов и тем	Кол-во часов	Примечания
1.	Мой портрет в рисунках и цифрах	1	
2.	Где стоит буква «я» в алфавите	1	
3.	Я состою из эмоций	1	
4.	Чувства разные нужны	1	
5.	Пишу своё первое письмо	1	
6.	Я доверяю своим ощущениям	1	
7.	Я играю в ассоциации	1	
8.	Как договориться без слов	1	
9.	О чём может сказать твоё тело?	1	
10.	Как звучат эмоции?	1	
11.	Оркестр моего настроения	1	
12.	Скучное я сделаю интересным	1	
13.	Моё ателье цвета	1	
14.	Страницы моей книги эмоции	1	
15.	Я рисую стихи	1	
16.	Как договориться с собой	1	
17.	Искусство моего дыхания	1	
18.	Я могу рисовать свои эмоции	1	
19.	Удивительные игры с искусством	1	
20.	Превращение моих эмоций	1	
21.	Игра в собирателей	1	
22.	Как стать хорошим другом	1	
23.	Мой питомец мне друг	1	
24.	Как помочь другому?	1	
25.	Я могу поделиться с тобой	1	
26.	Кубик согласия	1	
27.	Где найти хорошее настроение	1	
28.	Зачем быть вежливым?	1	
29.	Я сочиняю игру	1	
30.	Учимся играя	1	
31.	Рецепт хорошего человека	1	
32.	Я хозяин своих чувств	1	
33.	Подводим итоги	1	

