

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №3»

Рассмотрено:
Руководитель МО
Омелаева Н.А.

Протокол № 1
от «26» августа 2022 г.

Согласовано:
Заместитель директора
по ВР Гриценко С.Л.

«26» августа 2022 г.

Утверждаю:
Директор
МБОУ «Гимназия №3»
А.В. Чикалов
Приказ № 268
от «29» августа 2022 г.

**Рабочая программа
по учебному курсу
«Все обо мне и для меня»
(второй год обучения)
для обучающихся 3 «В» класса**

Сроки реализации программы: 2022-2023 учебный год

Разработчик:
Алмаева А.В.,
учитель начальных классов

г. Рубцовск, 2022г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному курсу "Все обо мне и для меня" для 3 класса составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ №373 от 06.10.2009 в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357)
- Годового календарного учебного графика МБОУ «Гимназия №3» на 2022/2023 учебный год;
- Федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию (приказ от 28.12.2018. № 345 «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ НОО, ООО, СОО», приказ от 08.05.2019 №233 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников....», приказ от 22.11.2019 №632 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников....», приказ от 18.05.2020 №249 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников....»);
- Положения о рабочей программе учебного предмета, курса МБОУ «Гимназия №3», 2018;
- ООП НОО МБОУ «Гимназия №3»;
- Учебного плана МБОУ «Гимназия № 3» на 2022/2023 учебный год;
- Программы «Социально-эмоциональное развитие младших школьников». Второй год обучения, А.В.Макарчук.

Выбранный УМК:

- Программа «Социально-эмоциональное развитие младших школьников»;
- Методическое пособие "Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста";
- Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» (авторы: А. В. Макарчук, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка);
- Игровой комплект «Палитра эмоций» (авторы: И. А. Дворецкая, А. В. Макарчук, Н. Е. Рычка, О. Е. Хухлаев).

Место учебного курса в учебном плане:

Учебный курс "Все обо мне и для меня" (второй год обучения) составлена на 34 часа в год из расчета 1 час в неделю.

В связи с календарным графиком 2022-2023 учебного года добавлен 1 час в раздел «Социальное взаимодействие» тема «Что было и что будет».

Содержание курса внеурочной деятельности "Все обо мне и для меня"

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

Введение (3ч.)

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

Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч.)

Раздел посвящён обобщению и закреплению знаний об изученных ранее эмоциях, актуализации и обогащению представлений о новых эмоциях. Особое внимание уделяется эмоциям, связанным с обучением в школе. Расширяются представления детей о способах выражения эмоций средствами искусства. Значительная часть раздела посвящена идентификации собственных эмоций и пониманию их причин с фокусом на индивидуальных особенностях их восприятия и выражения.

Материалы раздела обогащают представления ребёнка об эмоциональной сфере, в первую очередь, речь идёт об интенсивности, модальности, амбивалентности эмоций, что важно не только при развитии навыков идентификации, но также и в управлении эмоциями и поведением.

Раздел 2. Эмоциональная регуляция (7 ч.)

Основное направление работы во второй год обучения остаётся прежним — занятия способствуют осознанию важности выражения эмоций, развитию способности к саморегуляции. Дети учатся оценивать, какое влияние определённые эмоции оказывают на поведение, и делать выводы о необходимости управления ими. Расширяется спектр методов эмоциональной регуляции.

Раздел 3. Социальное взаимодействие (15 ч.)

Данный раздел посвящён развитию социальной и коммуникативной компетентности — системы социальных умений и навыков взаимодействия, сценариев поведения в типичных общественных ситуациях, а также выработке новых поведенческих сценариев, позволяющих адаптироваться в сложных ситуациях и находить варианты решения, целенаправленно взаимодействовать с окружающими. Расширяются представления детей о различиях и сходстве интересов и предпочтений разных людей. Они являются основой для формирования установок толерантности. Занятия данного раздела направлены на укрепление ценности дружбы, развитие умений, помогающих детям поддерживать доброжелательные отношения, противостоять буллингу (агрессивному преследованию) в классе. Особое внимание уделяется развитию навыка децентрации, пониманию внутреннего состояния человека, умению учитывать неверные мнения и понимать их источники, а также различать обман и осознавать его влияние на отношения. Среди важных социальных навыков рассматриваются эмоциональная поддержка, умение адаптироваться в новом коллективе, высказывать и конструктивно отстаивать собственное мнение.

Тематическое планирование учебного курса «Все обо мне и для меня»

(35 часов - 1 ч в неделю)

1 группа - вторник

№ урока	Тема урока	Количество часов
Введение (3ч.)		
1.	Мои летние достижения	1
2.	В школу с удовольствием?	1
3.	Мой дружный класс	1
Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч.)		
4.	Об интересе интересно	1
5.	Удивительное удивление	1
6.	Сила эмоций	1
7.	Приятные и неприятные эмоции	1
8.	И смех и слёзы	1
9.	Краски и звуки эмоций	1
10.	Портрет эмоций	1
11.	Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле	1
12.	Мой эмоциональный портрет: эмоции и мысли	1
13.	Как я чувствую то, что чувствует другой	1
Эмоциональная регуляция (7 ч.)		
14.	Хочу, чтоб эмоции мне помогли!	1
15.	Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции	1
16.	Плакать или смеяться?	1
17.	Выражать или не выражать?	1
18.	Как рисунок мне поможет?	1
19.	Лепим настроение	1
20.	Повелитель эмоций	1
Социальное взаимодействие (15 ч.)		
21.	Мой класс: такие разные и такие похожие	1
22.	Для всех есть место под солнцем	1
23.	Правда и ложь	1
24.	Обман или заблуждение?	1
25.	Как посмотреть на мир глазами другого?	1
26.	Как понять другого? Полезные вопросы	1
27.	Всегда ли ссора неизбежна?	1
28.	Когда не хотел обижать	1
29.	Как поддержать другого, если его обижают?	1
30.	Если человеку нужна поддержка	1
31.	Как выразить своё мнение	1
32.	Язык Жирафа	1
33.	Мы — команда	1
34.	Что было и что будет	1
35.	Что было и что будет	1
Итого:		35 ч.

Тематическое планирование учебного курса «Все обо мне и для меня»
(35 часов - 1 ч в неделю)
2 группа- среда

№ урока	Тема урока	Количество часов
Введение (3ч.)		
1.	Мои летние достижения	1
2.	В школу с удовольствием?	1
3.	Мой дружный класс	1
Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч.)		
4.	Об интересе интересно	1
5.	Удивительное удивление	1
6.	Сила эмоций	1
7.	Приятные и неприятные эмоции	1
8.	И смех и слёзы	1
9.	Краски и звуки эмоций	1
10.	Портрет эмоций	1
11.	Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле	1
12.	Мой эмоциональный портрет: эмоции и мысли	1
13.	Как я чувствую то, что чувствует другой	1
Эмоциональная регуляция (7 ч.)		
14.	Хочу, чтоб эмоции мне помогли!	1
15.	Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции	1
16.	Плакать или смеяться?	1
17.	Выражать или не выражать?	1
18.	Как рисунок мне поможет?	1
19.	Лепим настроение	1
20.	Повелитель эмоций	1
Социальное взаимодействие (15 ч.)		
21.	Мой класс: такие разные и такие похожие	1
22.	Для всех есть место под солнцем	1
23.	Правда и ложь	1
24.	Обман или заблуждение?	1
25.	Как посмотреть на мир глазами другого?	1
26.	Как понять другого? Полезные вопросы	1
27.	Всегда ли ссора неизбежна?	1
28.	Когда не хотел обижать	1
29.	Как поддержать другого, если его обижают?	1
30.	Если человеку нужна поддержка	1
31.	Как выразить своё мнение	1
32.	Язык Жирафа	1
33.	Мы — команда	1
34.	Что было и что будет	1
35.	Что было и что будет	1
Итого:		35 ч.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности "Все обо мне и для меня"

Личностные результаты:

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 результаты

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

Предметные результаты освоения программы социально-эмоционального развития разделяются на три блока компетенций: восприятие и понимание причин эмоций, эмоциональная регуляция, социальное взаимодействие.