

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Хакасия**

**Городской отдел образования г. Саяногорска**

**МБОУ СОШ №2**

**РАССМОТРЕНО**

Педагогический совет

от «29» 08 2025 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по ВР

Бызова А.А.  
от «29» 08 2025 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

Агишева Н.С.  
от «29» 08 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

(ID 6470263)

**Развивайка**

для обучающихся 1-4 классов

**Саяногорск, 2025 год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗВИВАЙКА

Программа курса внеурочной деятельности «Развивайка» разработана с 1-4 класс в соответствии с требованиями ФГОС. Актуальность программы заключается в том, что знания и умения, приобретённые при изучении курса, помогут обучающимся более полно раскрыть свой потенциал социально-эмоционального развития посредством гармоничного соединения индивидуальных особенностей с развитием способностей, оптимизирующих процесс общения детей со взрослыми и сверстниками и использовать полученные знания на практике.

### ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗВИВАЙКА

Основной целью программы является создание условий для формирования социально-эмоционального развития детей младшего школьного возраста.

### МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗВИВАЙКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Внеурочная деятельность организуется по социальному направлению развития личности в соответствии с учебным планом школы на 2024-2025 учебный год.

### ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗВИВАЙКА - кружок.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗВИВАЙКА**

Программа имеет универсальную структуру: в рамках каждого года обучения она включает в себя формирование:

### **1. Восприятие и понимание причин эмоций**

Идентификация эмоций, их выражение и понимание причин. Изучение эмоций: радость, злость, грусть, страх и интерес. Развитие представлений о разных эмоциональных выражениях, способности их произвольно изобразить. Развитие способности у детей восприятия и понимания эмоций в ситуативном контексте, без опоры на мимику. Знакомство с типовыми ситуациями, которые могут вызвать ту или иную эмоцию, прогнозирование эмоций других людей и понимание зависимости эмоций от ситуации.

### **2. Эмоциональная регуляция**

Формирование представлений у детей о приятных и неприятных эмоциях, их значении в жизни человека. Формирование умений саморегуляции и понимание необходимости управления собственными эмоциями. Осознавание эмоциональной обусловленности поведения, умение делать предположения о том, как разные эмоции могут влиять на поведение, применение элементарные приёмы саморегуляции.

### **3. Социальное взаимодействие**

Формирование принятия многообразия и уважения индивидуальности человека. Развитие коммуникативной компетентности: умения слушать и понимать других людей, работать в команде, решать конфликты, помогать другим и самому просить о помощи. Изучение возможностей влияния на эмоциональное состояние других людей посредством оказания эмоциональной поддержки.

**Виды деятельности:** игровая, познавательная, проблемно-ценностное общения.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающиеся получают возможность для формирования:

- 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.
- определять и высказывать под руководством педагога самые простые, общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- умение в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества делать выбор (при поддержке других участников группы и педагога), как поступить.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

*Регулятивные:*

Обучающиеся получают возможность научиться:

- применять начальные формы познавательной и личностной рефлексии;
- способность принимать и сохранять учебную цель и задачу;
- контролировать и оценивать свои действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение;
- определять и формулировать цель деятельности;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

*Коммуникативные:*

- 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,
- конструктивно разрешать конфликты с помощью сотрудничества, учитывая интересы всех участников.

*Познавательные:*

- развитие любознательности, инициативы в учении и познавательной активности;
- умения ставить вопросы и находить ответы;
- планирование своих действий под руководством учителя;
- приобщение к исследовательской и проектной работе.

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- развитие базовых компетенций: восприятие и понимание причин эмоций, эмоциональная регуляция, социальное взаимодействие.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Социальное взаимодействие	4	Развитие коммуникативных компетенций	Установление и поддержание взаимодействия в игровой деятельности	
2	Восприятие и понимание причин эмоций	17	Идентификация, выражение, понимание эмоций	Идентификация, выражение, понимание ситуативной обусловленности эмоций в общении	
3	Эмоциональная регуляция	12	Понимание социальной обусловленности причин поведения	Владение элементарными навыками саморегуляции в игровой деятельности	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		33			

## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Введение	3	Направлено на укрепление доброжелательного психологического климата в классе, актуализацию и обновление договорённостей о взаимоотношениях друг с другом, формирование мотивации на обучение по программе.	Игры на социальное взаимодействие	
2	Восприятие и понимание причин эмоций	17	Идентификация, выражение, понимание эмоций	Расширение знаний об эмоциях, психогимнастика, этюды	
3	Социальное взаимодействие	6	Развитие коммуникативных компетенций	Рольевые игры, игры с правилами, игры на социальное	

				взаимодействие	
4	Эмоциональный интеллект, саморегуляция	8	Эмпатия. Эмоциональная поддержка и взаимопомощь	Игры на развитие эмоционального интеллекта	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34			

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Самопознание, саморефлексия	13	Развитие саморефлексии, рефлексии, познание себя	Обучение навыкам саморефлексии, самовыражение через творчество	
2	Социальное взаимодействие	15	Поведение в конфликтной ситуации, следование правилам поведения	Работа в команде, тренинг, социальные игры	
3	Эмоциональный интеллект, саморегуляция	6	Владение элементарными навыками саморегуляции	Психологические игры на понимание, выражение эмоций	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34			

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Самопознание, саморефлексия	8	Развитие саморефлексии, познания себя, умение давать позитивную обратную связь	Обучение навыкам самопознания через игры на социальное взаимодействие, самовыражение через творчество	
2	Социальное взаимодействие	15	Установление и поддержание взаимодействия, следование правилам поведения	Тренинг, работа в парах, командах	
3	Саморегуляция, эмоциональный интеллект	11	Владение элементарными навыками саморегуляции	Психологические игры, выражение эмоций через творчество.	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34			

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Здравствуйте, это я!	1			
2	Мой класс — это место, где мне хорошо	1			
3	Правила нашего класса	1			
4	Сад души	1			
5	Почему мы радуемся	1			
6	Как мы радуемся	1			
7	Почему и как мы грустим	1			
8	Почему и как мы злимся	1			
9	Почему и как мы боимся	1			
10	Интерес и как мы его проявляем	1			
11	Разные эмоции и их причины	1			
12	Разные люди — разные эмоции	1			
13	Разные эмоции и их сила	1			
14	Приятные и неприятные эмоции	1			
15	Как эмоции влияют на поведение	1			
16	Эмоции, которые хочется спрятать	1			
17	Когда злость бывает полезной?	1			
18	Как не лопнуть от злости	1			
19	Когда страх помогает, а когда мешает?	1			

20	Как справиться со страхом	1			
21	По волнам эмоций	1			
22	Что, если ты не похож на меня?	1			
23	Как работать вместе	1			
24	Как услышать другого	1			
25	Как понять другого	1			
26	Как понять, что человеку нужна поддержка	1			
27	Как поддержать другого	2			
28	Как помочь другому	1			
29	Как попросить о помощи	1			
30	Как решать конфликты	2			
31	Подведение итогов "Мои достижения"	1			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		33	0	0	

## 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Мои летние достижения	1			
2	В школу с удовольствием?	1			
3	Мой дружный класс	1			
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	Плакать или смеяться?	1			
10	Мой эмоциональный портрет: эмоции в теле	1			
11	Мой эмоциональный портрет: эмоции и мысли	1			
12	Как то, что я думаю, влияет на мои эмоции	1			
13	Как я чувствую то, что чувствует другой	1			
14	Выражать или не выражать?	1			
15	Краски и звуки эмоций	1			
16	Портрет эмоций	1			
17	Как рисунок мне поможет?	1			
18	Лепим настроение	1			

19	Хочу, чтобы эмоции мне помогали!	1			
20	Повелитель эмоций	1			
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	Подведение итогов "Что было и что будет"	1			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	0	

### 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Я третьеклассник	1			
2	Что я знаю о себе	1			
3	Я – это кто?	1			
4	Кого можно назвать фантазером?	1			
5	Я умею фантазировать!	1			
6	Мои сны	1			
7	Мои мечты	1			
8	Я умею сочинять	1			
9	Фантазии и ложь	1			
10	Что такое лень?	1			
11	Как справляться с «Немогучками»	1			
12	Мои желания	1			
13	Борьба мотивов	1			
14	Какие мотивы у других?	1			
15	Что я знаю о других	1			
16	Я и моя школа	1			
17	Я и мой учитель	1			
18	Я и мои родители	2			
19	Я и мои друзья.	1			
20	Настоящий друг	1			

21	Умею ли я дружить?	1			
22	Трудности в отношениях с друзьями	1			
23	Ссора и драка	1			
24	Я умею просить прощения	1			
25	Что такое сотрудничество?	1			
26	Я умею договариваться с людьми	1			
27	Я умею понимать другого	1			
28	Мы умеем действовать сообща	1			
29	Что такое коллективная работа?	1			
30	Какой у меня характер?	1			
31	Что такое сложные эмоции?	1			
32	Какие бывают сложные эмоции?	1			
33	Что я знаю о своих эмоциях?	1			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	0	

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Я - четвероклассник	1			
2	Приглашение в страну общения	1			
3	Я – это интересно	1			
4	Мой внутренний мир	1			
5	Имя мое	1			
6	Тайна моего «Я»	1			
7	Темперамент и характер	2			
8	Загадки моего характера	1			
9	Какой характер у других людей?	1			
10	Что мы знаем об общении	1			
11	Общение – дело общее	1			
12	Инструменты общения	1			
13	Как хорошо уметь слушать	1			
14	Как важно уметь задавать вопросы	1			
15	Практикум активного слушания	2			
16	Поговорим без слов	1			
17	Практикум неречевого общения	2			
18	А умеете ли вы спорить?	1			
19	Практикум разрешения споров	2			
20	Научно-практическое исследование	1			

	конфликта				
21	Выиграть- проиграть?	1			
22	Правильные стратегия	1			
23	Сказка о понимании	1			
24	Дружная группа	1			
25	Мир эмоций и воли	1			
26	Мои переживания	2			
27	Эмоции полезные и вредные	2			
28	Подведение итогов "Эмоции и чувства"	1			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	0	