

ГКОУ УР «Якшур-Бодьинская школа-интернат»

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
*Васильева З.В.* рук ШМО  
Протокол № 1  
« 31 » август 2023 г

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы  
И.В. Блинов  
Приказ № 31-ОД  
« 31 » август 2023 г



СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по ВР  
*Н.А. Широбокова*  
Н.А. Широбокова  
« 31 » август 2023 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Вклад будущее»

Для слепых/слабовидящих обучающихся (вариант 4.1; 5.2; )  
для 3 класса

на 2023-2024 учебный год

Составитель :  
Широбокова Н.А.  
зам.директора по ВР.

## 1. Пояснительная записка.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Вклад будущее»

(развитие личностного потенциала) разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №373 от 6 октября 2009 года «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования», в новой редакции.

- Основной адаптированной образовательной программы начального общего образования ГКОУ УР «Якшур-Бодьинская школа-интернат».

- Положения об организации внеурочной деятельности.

Разработана при участии Благотворительного фонда Сбербанка «Вклад в будущее».

Программа позволяет целенаправленно обучать детей внимательному, уважительному отношению к эмоциям, саморегуляции, взаимопониманию, использованию эмоций при выстраивании взаимодействия. Программа «Вклад будущее» создает условия для формирования индивидуальной траектории развития личности каждого ребенка с опорой на его способности и ресурсы. Участие в Программе способствует обретению ребенком психологического здоровья и благополучия, развитию личностной зрелости и гибкости, гармонизации отношений с педагогами, родителями, друзьями. Программа адаптирована к процессу обучения в школе, к образовательной среде, оказывая положительное влияние на детей, родителей, педагогов.

Методология программы опирается на научную концепцию личностного потенциала Д. А. Леонтьева с использованием инструментов социально-эмоционального и когнитивного развития детей, персонализации, а также средового подхода в образовании. Важным основанием программы является **междисциплинарный подход**, который позволяет рассматривать развитие личности ребёнка в единстве его эмоционально-личностных, познавательных и поведенческих качеств. Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» предназначена для индивидуальной работы детей на занятиях первого года обучения по программе социально-эмоционального развития.

Программа курса внеурочной деятельности «Вклад будущее» рассчитана на 34 часов и предполагает проведение 1 занятия в неделю. (продолжительность занятий составляет 35-40 минут) Занятия проводит учитель начальных классов, тифлопедагог, психолог.

**Срок реализации программы:** 1 год (3 класс варианты: 4.1; 5.2)

### **Первый год обучения по программе**

**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.

### **Формы организации занятий:**

- игры;
- беседы;
- практические упражнения;
- анкетирование;

### **Цель программы:**

- усвоение знаний основных норм, которые общество выработало на основе имеющихся ценностей (то есть в усвоении ими социально значимых знаний);
- развитие позитивного отношения к общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых установок);
- приобретение соответствующего этим ценностям опыта поведения, применения сформированных знаний и установок на практике, в осуществлении социально значимых проектов .

### **Задачи программы:**

- формировать представления о морально-этических нормах и правилах поведения;
- осваивать эффективные способы поведения в сложных коммуникативных ситуациях, развивать коммуникативные навыки;
- способствовать созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в классе.
- развивать умение выражать и распознавать эмоции (радость, злость, грусть, страх, удивление, интерес) у себя и других людей.

### **Принципы построения 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.** Программа адаптирована под индивидуальные особенности ребёнка, для создания у детей индивидуальной траектории 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.

**Оценочные материалы.** Оценка результатов усвоения программы проводится в целях выявления индивидуальных особенностей детей для создания образовательного маршрута в ходе обучения и содействия раскрытию потенциала каждого ребёнка.

Оценка с фиксацией результатов проводится в начале и в конце учебного года.

В ходе каждого занятия педагогу необходимо наблюдать за детьми, быть внимательным к прогрессу каждого ребёнка, его изменениям и достижениям.

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.

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

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

### **2. Эмоциональная регуляция.**

- понимание эмоциональной обусловленности поведения.
- владение элементарными навыками саморегуляции.
- социальное взаимодействие.
- коммуникативная компетентность.
- социальная компетентность.

### **Планируемые результаты**

**Личностные.** Учащиеся получают возможность для формирования:

- уважительного отношения к мнению другого человека;
- 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 получают возможность научиться:

- 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.

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

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
1. Восприятие и понимание причин эмоций	Идентификация эмоций	Идентификация эмоций по мимическим признакам	Ребёнок знает эмоций (злость, страх, интерес, грусть, радость), определяет эти эмоции по мимическим признакам.
		Идентификация эмоций по пантомимическим признакам	Ребёнок верно определяет эмоции (злость, страх, интерес, радость)
		Эмоций по вербальным и паравербальным признакам	Ребёнок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх)
		Идентификация эмоций в произведениях искусства	Ребёнок может назвать эмоции определяет характер, настроение произведения
		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 человека,
		Выражение эмоций в творчестве	Ребёнок выражает эмоции в рисунке, аппликации, через музыку и движение.
	Понимание причин эмоций	Понимание ситуативной обусловленности эмоций	При обсуждении ситуации ребёнок распознаёт эмоции, делает верные предположения о причинах их возникновения и событиях
		Понимание индивидуальных различий в причинах и выражении эмоций	Ребёнок знает, что разные люди в одних и тех же ситуациях могут испытывать разные эмоции;
	2. Эмоциональная регуляция	Понимание эмоциональной обусловленности поведения	
Владение элементарными навыками саморегуляции		Ребёнок может определить своё эмоциональное состояние и его интенсивность, описать ситуацию, ставшую причиной проявления эмоции;	
3. Социальное взаимодействие	Коммуникативная компетентность	Установление и	Ребёнок может установить



		поддержан ие взаимодей ствия	взаимодействие с детьми разного пола и возраста и взрослыми — родителями, педагогом; способен поддержать общение: задавать вопросы реагировать на ответы
		Социально е прогнози рование	Ребёнок понимает, что другой человек может иначе воспринимать объект, ситуацию, иметь мнение, желания, мысли и т.п
		Эмпатия.	Ребёнок проявляет эмпатию, пытается влиять на эмоциональное состояние другого человека, оказывая эмоциональную поддержку;
		Работа в команде	Ребёнок знает правила в совместной деятельности; предлагает варианты взаимодействия, умеет договариваться;
		Поведение в конфликтн ой ситуации	Ребёнок прогнозирует вероятность возникновения конфликта и возможных способах его разрешения;
		Социальная компетентность	Следовани е правилам
		Принятие многообра зия	Ребёнок уважительно относится к многообразию людей

**Календарно – тематическое планирование по курсу внеурочной  
деятельности «Обо».**

**3 класс (34 часа) 2023-2024 учебный год**

№	Тема, занятие	Количество занятий	Дата
<b>Введение (3 ч.)</b>			
1.	<b>Тема 1. Знакомство детей в классе, самопрезентация.</b> Занятие 1. Здравствуй, это я!	1 ч.	
2.	<b>Тема 2. Психологический климат в классе.</b> Занятие 2. Мой класс — это место, где мне хорошо.	1 ч.	
3.	<b>Тема 3. Нормы и правила в группе.</b> Занятие 3. Правила нашего класса.	1 ч.	
<b>Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч.)</b>			
4.	<b>Тема 4. Многообразие эмоций.</b> Занятие 4. Сад души.	1 ч.	
5.	<b>Тема 5. Причины и способы выражения радости.</b> Занятие 5. Почему мы радуемся.	1 ч.	
6.	Занятие 6. Как мы радуемся.	1 ч.	
7.	<b>Тема 6. Причины и способы выражения грусти.</b> Занятие 7. Почему и как мы грустим.	1 ч.	
8.	<b>Тема 7. Причины и способы выражения злости.</b> Занятие 8. Почему и как мы злимся.	1 ч.	
9.	<b>Тема 8. Причины и способы выражения страха.</b>	1 ч.	

	Занятие 9. Почему и как мы боимся.		
10.	<b>Тема 9. Причины и способы выражения интереса.</b> Занятие 10. Интерес и как мы его проявляем	1 ч.	
11.	<b>Тема 10. Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей.</b> Занятие 11. Разные эмоции и их причины.	1 ч.	
12.	<b>Тема 11. Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека.</b> Занятие 12. Разные люди — разные эмоции.	1 ч.	
13.	<b>Тема 12. Интенсивность эмоций.</b> Занятие 13. Разные эмоции и их сила.	1 ч.	
<b>Раздел 2. Эмоциональная регуляция (8 ч.)</b>			
14.	<b>Тема 13. Модальность эмоций.</b> Занятие 14. Приятные и неприятные эмоции.	1 ч.	
15.	<b>Тема 14. Влияние эмоций на поведение.</b> Занятие 15. Как эмоции влияют на поведение.	1 ч.	
16.	<b>Тема 15. Выражение эмоций, основы саморегуляции.</b> Занятие 16. Эмоции, которые хочется спрятать .	1 ч.	
17.	<b>Тема 16. Влияние злости на поведение. Основы управления злостью.</b> Занятие 17. Когда злость бывает полезной?	1 ч.	
18.	<b>Тема 17. Конструктивные способы выражения злости. Основы саморегуляции.</b> Занятие 18. Как не лопнуть от злости.	1 ч.	
19.	<b>Тема 18. Значение эмоции «страх».</b> Занятие 19. Когда страх помогает, а когда мешает?	1 ч.	

20.	<b>Тема 19. Управление страхом. Основы саморегуляции.</b> Занятие 20. Как справиться со страхом.	1 ч.	
21.	<b>Тема 20. Элементарные навыки саморегуляции.</b> Занятие 21. По волнам эмоций.	1 ч.	
<b>Раздел 3. Социальное взаимодействие (13 ч.)</b>			
22.	<b>Тема 21. Сходство и различия в группе. Общение в мире различий.</b> Занятие 22. Что, если ты не похож на меня?	1 ч.	
23.	<b>Тема 22. Согласованность в совместной работе.</b> Занятие 23. Как работать вместе.	1 ч.	
24.	<b>Тема 23. Важность умения слушать другого человека.</b> Занятие 24. Как услышать другого.	1 ч.	
25.	<b>Тема 24. Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений.</b> Занятие 25. Как понять другого.	1 ч.	
26.	<b>Тема 25. Эмпатия, сочувствие и сопереживание.</b> Занятие 26. Как понять, что человеку нужна поддержка.	1 ч.	
27.	<b>Тема 26. Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки.</b> Занятия 27. Как поддержать другого.	1 ч.	
28.	Занятия 28. Как поддержать другого.	1 ч.	
29.	<b>Тема 27. Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях.</b>	1 ч.	

	Занятие 29. Как помочь другому.		
30.	<b>Тема 28. Умение обратить внимание других на свои потребности, попросить о помощи.</b> Занятие 30. Как попросить о помощи.	1 ч.	
31.	<b>Тема 29. Сложные ситуации в общении и способы их разрешения.</b> Занятия 31. Как решать конфликты.	1 ч.	
32.	Занятия 32. Как решать конфликты.	1 ч.	
33.	Занятия 32. Как решать конфликты.	1 ч.	
34.	<b>Тема 30. Осознание изменений, произошедших за учебный год. Мотивация к саморазвитию.</b> Занятие 33. Мои достижения и планы	1 ч.	
	Итого	34 ч.	

### **Материально-техническое обеспечение.**

Материально-техническое обеспечение программы по внеурочной деятельности «Вклад будущее»:

- дидактический раздаточный материал (рабочая тетрадь «Обо мне и для меня»).

Технические средства обучения:

- ноутбук.
- принтер,
- проектор,
- экран для проектора,
- классная доска

### **Учебно-методическая литература**

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. Макаручук, Е. В. Горинова, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева).

Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» (авторы: А. В. Макаручук, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева).

Игровой комплект «Палитра эмоций» (авторы: И. А. Дворецкая, А. В. Макаручук, Н. Е. Рычка, О. Е. Хухлаев)