

РАССМОТРЕНО
На заседании
методической комиссии
Протокол №1
от 28 августа 2024г.

ПРИНЯТО
На заседании
педагогического совета
Протокол №1
от 29 августа 2024г

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГКОУ УР
«Школа №39»
_____ Я.А.Стерхова
Пр.№170 от 30.08.2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Эмоциональный интеллект»
(Основное общее образование)
срок реализации программы 1 год
Возраст обучающихся 11-16 лет

Составители:
В.В. Пчельникова
Программа проверена:
Зам.директора по ВР
_____ И.В. Смирнова

Ижевск, 2024г.

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с законом РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».

Разработанная программа опирается на следующие законодательные и правовые документы: «Конвенция ООН о правах ребенка»; «Закон об образовании в РФ»; ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».

Настоящая рабочая программа внеурочной деятельности «Эмоциональный интеллект» соответствует основным требованиям ФГОС ООО обучающихся с ОВЗ. Данная образовательная программа является частью коррекционно-развивающей области учебного плана основного общего образования и направлена на сопровождение обучающихся 5-6 классов, осваивающих адаптированную основную общеобразовательную программу для обучающихся с ЗПР.

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана на основе результатов обследования обучающихся и основании рекомендаций заключения ПМПК, ИПРА обучающихся класса.

Программа адаптирована для обучения лиц с ЗПР с учетом особенностей подросткового возраста. Коррекция трудностей психологического развития и социальной адаптации осуществляется с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР на основе специальных подходов, методов и способов, учитывающих особенности подросткового возраста. При выборе форм и приемов работы необходимо опираться на ведущую деятельность подросткового возраста – общение. На протяжении подросткового возраста происходят динамические изменения практически всех структурных компонентов личностной саморегуляции подростков с ОВЗ: показатели внутренней активности, базовые ценностные ориентации, рефлексия, нравственные представления и нравственное самосознание – имеют более низкий уровень на каждом этапе подросткового онтогенеза, что позволяет судить о более низком, по сравнению с нормой, уровне развития саморегуляции.

Цель – повышение уровня эмоционального интеллекта для развития личностного потенциала обучающихся, направленные на преодоление или ослабление трудностей в развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

Задачи:

1. создать атмосферу доверия и принятия в коллективе. Стимулировать участников на самопознание и саморазвитие;

2. создать условия для принятия подростками ответственности за свои достижения и неудачи, для освоения подростками базовых навыков регуляции своего физического и психологического состояния;

3. способствовать развитию жизнестойкости учащихся в учебной ситуации, навыков и способностей к постановки и достижения цели;

4. способствовать развитию внутренней мотивации деятельности подростков через осознание своих ценностей и понимание их связи с желаемым результатом посредством конкретных действий;

5. способствовать развитию и совершенствованию самоконтроля учащихся, позволяющего эффективно реагировать на обратную связь и корректировать собственную деятельность;

6. способствовать развитию у подростков способности к осознанному выбору.

Организационные условия: курс предназначен для групповой работы с подростками с задержкой психического развития. Рассчитана на 6-7 классы ГКОУ УР «Школа №39», включает 34 занятия, по 1 часу в неделю.

Длительность занятий: при очном обучении занятия проходят 1 раз в неделю по 40 минут. В условиях дистанционного обучения, занятия проводятся по 15 минут через средства связи, рекомендованные МОиН УР. Предварительно проводится мониторинг условий возможностей дистанционного обучения.

Материалы и оборудование: тетради, ручки, бланки с заданиями, цветные карандаши или фломастеры, листы формата А4, листы формата А5, ватман, цветная бумага, цветной картон, журналы, ножницы, клей, видеозаписи с элементами фильмов и мультфильмов, аудиозаписи спокойной музыки, компьютер, проектор или экран, колонки.

Для проведения занятий будут использованы следующие методы и методики:

- «Русскоязычная версия Шкалы депрессии, тревоги и стресса (DASS-21)¹», «Опросник академической саморегуляции» (ОАС, The Academic Self-Regulation Questionnaire (SRQ-A); Ryan & Connell, 1989; Гордеева, Сычев, Lynch, 2020), методика «Диагностика переживаний в деятельности (ДПД)» (Леонтьев, Клейн, 2018; Осин, Леонтьев, 2017), «Шкала универсального воспринимаемого локуса каузальности (UPLOC)» (Ryan, Connell, 1989; Sheldon et al., 2017), «Детский опросник оптимистического-пессимистического стиля объяснения» (Гордеева, Осин, Шевяхова, 2009), «Общая шкала ожидаемой успешности» (Г.В. Бурменской, М.Н. Паршина, 2008), «Детская многомерная шкалы удовлетворенности жизнью» Е. Хюбнера (перевод Е.Н.

Осина) (Huebner, 1994), «Опросник детской депрессии CDIM», (адапт. Подольский, Идобаева, Хейманс, 2004).

- групповое обсуждение и дискуссия;
- сюжетно-ролевые игры;
- рисуночные методы;
- психогимнастика;
- релаксация;
- кинотерапия;
- арттерапия.

Структура проведения занятия:

1. Вводная часть:

- ритуал приветствия (позволяет обучающимся ощутить атмосферу группового доверия и принятия);
- разминка (активизирует продуктивную групповую деятельность и способствует эмоциональной стабильности участников группового занятия).

2. Основная часть:

- последовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности подростка с ЗПР в соответствии с общим содержанием конкретного модуля с использованием игровых упражнений и бланковых материалов, а также предусматривает наличие динамических и релаксационных пауз.

3. Заключительная часть:

- рефлексия проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями иметь представления о собственных профессиональных склонностях, способностях и профессиональном потенциале;
- ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ»

В процессе изучения модуля **«Я и мой выбор»** достигнет следующих результатов:

Личностные результаты:

- проявляет готовность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

- опирается на свои потребности и ценности в ситуации выбора, при этом принимает во внимание общий контекст ситуации:

- общечеловеческие ценности, культурные нормы, интересы других учеников
- проявляет ответственность как возможность и необходимость отвечать за себя, своё развитие и общее дело.

Метапредметные результаты:

- рассматривает возникающие жизненные ситуации с разных сторон;
- корректирует свои действия, опираясь на чувствительность к обратной связи;
- прогнозирует возможные последствия значимого жизненного выбора (в том числе отсроченные);
- умеет справляться с неопределённостью.

Познавательные УУД:

- распознаёт ситуации выбора в своей жизни;
- выделяет разные этапы процесса выбора, совершаемого в реальной жизненной ситуации;
- анализирует внутренние и внешние условия для совершения выбора в жизни;
- знает и может применить различные стратегии и техники для совершения качественного выбора;
- извлекает важный опыт из «неудачного» выбора.

Коммуникативные УУД:

- воспринимает и формулирует суждения, выражает эмоции в соответствии с условиями и целями общения;
- понимает намерения других, проявляет уважительное отношение к собеседнику и корректно формулирует свои возражения;
- учитывает в поведении обратную связь от сверстников и взрослых;
- соблюдает свои и чужие границы при взаимодействии

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа внеурочной деятельности строится по модульному принципу и предусматривает гибкость содержательного наполнения модулей и конкретных тем. Каждый модуль представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в

определенной логике с постепенным усложнением и включением новых тем, ориентированную на развитие социально-эмоционального интеллекта обучающихся с ЗПР в соответствии с направленностью соответствующего модуля.

Модуль «Я и мой выбор» (5-7 классы)

1. Входной мониторинг.
2. Входной мониторинг.
3. Готов ли я выбирать? (занятие 1)
4. Готов ли я выбирать? (занятие 2)
5. Настольная игра «Или То»
6. Что такое готовность к выбору?
7. Как отношусь к неизвестности? (занятие 1)
8. Как отношусь к неизвестности? (занятие 2)
9. Я сам или «автопилот»
10. Игра «Что бы ты выбрал?»
11. Как мы выбираем? (занятие 1)
12. Как мы выбираем? (занятие 2)
13. Квест «Тайна»
14. Что мне важно? (занятие 1)
15. Что мне важно? (занятие 2)
16. «Жизненный цикл» выбора
17. Настольная игра «Мистериум»
18. Как выбираю я? (занятие 1)
19. Как выбираю я? (занятие 2)
20. Цена выбора
21. Мой ли это выбор? (занятие 1)
22. Мой ли это выбор? (занятие 2)
23. Игра «Мой выбор»
24. Что необходимо учесть при выборе? (занятие 1)
25. Что необходимо учесть при выборе? (занятие 2)
26. Дискуссия «Кораблекрушение»
27. А что если я выберу ЭТО? (занятие 1)
28. А что если я выберу ЭТО? (занятие 2)
29. Ролевая игра «Мафия»
30. Любой ли выбор хорош? (занятие 1)
31. Любой ли выбор хорош? (занятие 2)

32. Как это было? Что это для меня?
33. Итоговый мониторинг.
34. Итоговый мониторинг.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бадмаев Б.Ц. Психология обучения речевому мастерству. М., 2008
2. Богуславская Н.Е., Купина Н.А. Веселый этикет (учебное пособие по развитию коммуникативных способностей ребенка). – Екатеринбург: “ЛИТУР”, 2011
3. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. М., 2001
4. Гойхман О.Я., Надеина Т.М. Речевая коммуникация. М., 2003
5. Григорьев, Д. В., Степанов П. В. Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности в школе [Текст] / Д. В Григорьев, П. В. Степанов. – М., 2011. Центр теории воспитания ИТИП РАО – проект.
6. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения. Практикум. – Новосибирск: Изд-во Новосиб. Ун-та; М.: Совершенство, 2005
7. Игры: обучение, тренинг, досуг / под ред. В.В. Петрусинского, «Новая школа», М., 2004
8. Концепция федеральных государственных образовательных стандартов общего образования. / под ред. А.М.Кондакова, А.А.Кузнецова М.: Просвещение, 2011 Серия: Стандарты второго поколения.

9. Насонкина С.А. Уроки этикета / Худ. И.Н. Ржевцева. – СПб.: Изд-во “ДЕТСТВО-ПРЕСС”, 2003. – 40с.: Ил.
10. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. – М.: “Издательство ГНОМ и Д”, 2008. – 160с. (В помощь психологу).
11. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа / [сост. Е. С. Савинов]. – М.: Просвещение, 2011 Серия: Стандарты второго поколения.
12. Примерные программы по всем предметам Редактор И. А. Сафронова. – М.: Просвещение, 2011 Серия: Стандарты второго поколения.
13. Развитие личностного потенциала подростков.: 5–7-е классы : модуль «Я и мой выбор» : методическое пособие / Фам А. Х. – Москва : Просвещение, 2023
14. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. - Генезис, М., 2009
15. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли/ система заданий А.Г. Асмолов,О.А. Каробанова.- М.: Просвещение, 2010 Серия: Стандарты второго поколения.
16. 17.Фундаментальное ядро содержания общего образования. / Под ред. И. А. Сафронова.- М.: Просвещение, 2011 Серия: Стандарты второго поколения.
17. Электронное пособие. В помощь школьному психологу. Психологическая работа в школе. Выпуск 4. – М.: «Учитель», 2011

АННОТАЦИЯ

Курс внеурочной деятельности направлен на развитие эмоционального интеллекта детей и помогает современному ребенку научиться ставить цели в жизни и их достигать, делать осознанный выбор, формировать свою траекторию обучения и развития, быть готовым к изменениям и преодолению трудных жизненных ситуаций, быть ответственным за свою жизнь, эффективно управлять своими ресурсами, мышлением, эмоциями, поведением, взаимодействием с другими.

Программа разработана в соответствии с законом РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» и опирается на следующие законодательные и правовые документы: «Конвенция ООН о правах ребенка»; «Закон об образовании в РФ»; ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ». Программа внеурочной деятельности «Эмоциональный интеллект» соответствует основным требованиям ФГОС ООО обучающихся с ОВЗ. Данная программа является частью коррекционно-развивающей области учебного плана основного общего образования и направлена на сопровождение обучающихся 6-7 классов, осваивающих адаптированную основную общеобразовательную программу для обучающихся с ЗПР. Рабочая программа внеурочной деятельности разработана на основе результатов обследования обучающихся и основании рекомендаций заключения ПМПК, ИПРА обучающихся класса.

Актуальность программы заключается в решении проблемы социализации и социальной адаптации подрастающего поколения, как приоритетной задачи системы образования. Достижение обозначенных ориентиров невозможно без наличия у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях, правилах грамотного взаимодействия с окружающими людьми и продуктивных действиях в различных жизненных ситуациях. Это обуславливает необходимость реализации специальных психолого-педагогических программ, предусматривающих формирование значимых для ребенка компетенций и навыков в соответствии с его индивидуальными возможностями и потребностями.

Цель программы – повышение уровня эмоционального интеллекта для развития личностного потенциала обучающихся, направленные на преодоление или ослабление трудностей в развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

Задачи:

7. создать атмосферу доверия и принятия в коллективе. Стимулировать участников на самопознание и саморазвитие;

8. создать условия для принятия подростками ответственности за свои достижения и неудачи, для освоения подростками базовых навыков регуляции своего физического и психологического состояния;

9. способствовать развитию жизнестойкости учащихся в учебной ситуации, навыков и способностей к постановки и достижения цели;

10. способствовать развитию внутренней мотивации деятельности подростков через осознание своих ценностей и понимание их связи с желаемым результатом посредством конкретных действий;

11. способствовать развитию и совершенствованию самоконтроля учащихся, позволяющего эффективно реагировать на обратную связь и корректировать собственную деятельность;

12. способствовать развитию у подростков способности к осознанному выбору.

Курс предназначен для групповой работы с подростками с задержкой психического развития. Рассчитан на 6-7 классы ГКОУ УР «Школа №39», включает 34 занятия. При очном обучении занятия проходят 1 раз в неделю по 40 минут. В условиях дистанционного обучения занятия проводятся по 15 минут через различные средства связи (Zoom, электронная почта, Viber, социальные сети). Предварительно проводится мониторинг условий возможностей дистанционного обучения. Занятия проводятся в активной форме: игры, дискуссии, викторины, элементы творчества и самостоятельного поиска знаний.