



Вклад в будущее
СБЕР

ШКОЛА
ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Концепция
учебно-методического
комплекта

**«Социально-
эмоциональное
развитие детей
младшего школьного
возраста»**



ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО

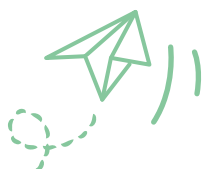


Вклад в будущее
СБЕР

ШКОЛА
ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Концепция
учебно-методического
комплекта

**«Социально-
эмоциональное
развитие детей
младшего школьного
возраста»**



Москва
«Просвещение»
2021

УДК 373.2.025

ББК 74.102

K29

Катеева, Марина Ивановна.

K29 Концепция учебно-методического комплекта «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» / М. И. Катеева, Н. Е. Рычка. — 40 с. : ил.

В пособии представлена концепция учебно-методического комплекта «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста». В концепции сформулированы цели, задачи, планируемые личностные и метапредметные результаты в соответствии с требованиями ФГОС НОО, а также основополагающие принципы построения и реализации учебно-методического комплекта (УМК). Описаны содержательные особенности УМК и даны инструменты оценки педагогом собственных социально-эмоциональных навыков (СЭН) и своей работы с классом по развитию СЭН учащихся.

УДК 373.2.025

ББК 74.102

Учебное издание

Катеева Марина Ивановна

Рычка Нина Евгеньевна

**Концепция учебно-методического комплекта
«Социально-эмоциональное развитие детей
младшего школьного возраста»**

Редактор *Ю. О. Андреева*

Художественный редактор *Л. А. Овчарова*

Внешнее оформление *Л. А. Овчаровой*

Макет *В. В. Дубовой*

Компьютерная вёрстка *О. В. Поповой*

Технический редактор *И. В. Грибкова*

Корректоры *Г. И. Мосякина, И. В. Андрианова*

Подписано в печать 00.00.2021. Формат 60×90/8.

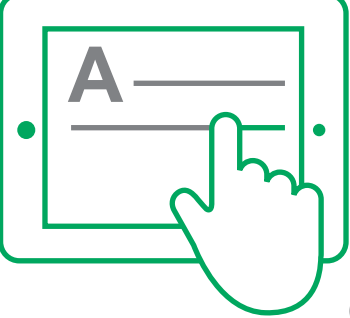
Гарнитура Circe.

© Благотворительный фонд «Вклад в будущее», 2021

© Художественное оформление.

АО «Издательство «Просвещение», 2021

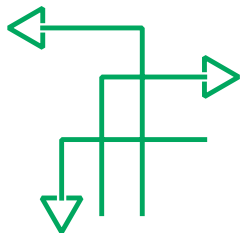
Все права защищены



СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Целевые установки УМК «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста»	5
Теоретическое обоснование УМК	6
Возрастные особенности младшего школьника	7
Планируемые результаты освоения УМК	11
Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы	25
Содержательные и организационные особенности УМК	28
Состав учебно-методического комплекта	28
Принципы построения и реализации УМК	29
Основное содержание и организационные особенности реализации УМК	31
Приложения	35
Приложение 1. Самооценка педагога собственных социально-эмоциональных навыков	35
Приложение 2. Оценка педагогом своей работы с классом по СЭР	36



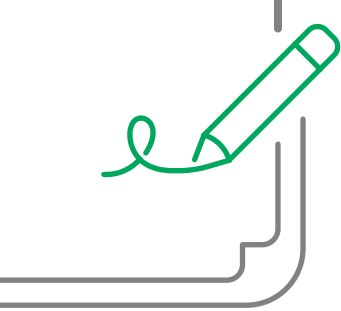


ВВЕДЕНИЕ

Сегодня любой разговор о школе сводится к всеобщей неудовлетворённости: педагогов — системой, современными детьми и их родителями, детей — учителями и уроками, родителей — результатами обучения своих чад. Психолого-педагогические исследования показывают, что текущей проблемой не только отечественных, но и многих других современных школ мира с их классно-урочной системой и постоянным оцениванием детей является невключённость в учебный процесс большей части детей, негативизм, скука и тревога, царящие на уроках. Что касается учителей, то они испытывают постоянную тревогу из-за внешнего контроля и заданности выполняемой деятельности; они не знают, как справиться с невовлечённостью детей, или используют для этого неэффективные стратегии. В результате, несмотря на совершенно достаточный уровень интеллекта, школьники усваивают лишь малую толику того, что они могли бы усвоить, используя школьные другие стратегии и если бы они находились в несколько ином мотивационно-эмоционально-ценностном состоянии.

Меняются и требования времени: чтобы быть успешным и счастливым, недостаточно обладать предметными знаниями, необходимы метакомпетенции, которые позволяют человеку совершать осознанный выбор, достигать целей и сохранять себя, своё здоровье в ситуации повышенного стресса. Для решения актуальных трудностей в системе образования и ответа на вызовы современности требуются изменения не только формата взаимодействия в школе, но и содержания обучения.

Благотворительный фонд Сбербанка «Вклад в будущее» сделал свой шаг в этом направлении, инициировав разработку Программы по развитию личностного потенциала, частью которой является учебно-методический комплект «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста». УМК нацелен на развитие способности детей к саморегуляции эмоциональных состояний и поведения, что является первым шагом к саморазвитию и самодетерминации, т. е. развитию личностного потенциала.



ЦЕЛЕВЫЕ УСТАНОВКИ УМК «СОЦИАЛЬНО- ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

Наиболее ответственным периодом для становления способности к самодетерминации и автономии является детский и подростковый возраст, как сензитивный для развития личности. В программе социально-эмоционального развития (СЭР) предлагаются задания на понимание себя и другого, морально-нравственные выборы, развитие коммуникативных навыков и эмпатии, что способствует становлению осознанности, самодетерминации и автономии учащихся.

Кроме того, опыт зарубежных школ показывает, что интеграция СЭР в образовательную деятельность повышает учебную мотивацию детей за счёт развития их способностей управлять своими эмоциями, строить доброжелательные отношения в коллективе, помогает решить проблему эмоционального выгорания педагогов. А также в целом способствует созданию безопасной психологической среды в образовательной организации, что является важным условием развития ребёнка.

Цель УМК: способствовать социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

Задачи УМК

- Познакомить школьников с многообразием эмоций.
- Развивать умение выражать и распознавать эмоции у себя и других людей.
- Расширять эмоциональный словарь школьников.
- Формировать у учащихся основы саморегуляции.
- Способствовать развитию эмпатии, пониманию других людей и оказанию им эмоциональной поддержки.
- Формировать представления о морально-этических нормах и правилах поведения.
- Способствовать созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в классе.
- Содействовать социальной адаптации младших школьников.

ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ УМК

УМК «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» опирается на синтез отечественных и зарубежных теорий и концепций, а также некоторых подходов в образовательной практике.

- *Культурно-историческая концепция* Л. С. Выготского даёт основания для понимания важности социального окружения в развитии ребёнка и постановки адекватных целей и задач обучения на каждом конкретном этапе его развития.

- Согласно *теории деятельности* А. Н. Леонтьева, развитие ребёнка осуществляется в активном взаимодействии с окружающими людьми, предметами, социальной и естественной средой; он обучается и воспитывается в процессе деятельности.

- *Теория модели психического*, или модель психического состояния, как возможность понимать не только собственное психическое состояние (намерения, желания, чувства и т. п.), но и психический мир других людей. Без развития этой способности невозможны ни социализация, ни усвоение социальных правил и норм, ни адаптация к меняющимся условиям социальных отношений.

- *Субъектный подход* предполагает поддержание активной позиции ребёнка в образовательной среде, учёт его индивидуальных особенностей.

- *Компетентностный подход* акцентирует внимание на результате образования, в качестве которого рассматривается способность человека действовать в различных проблемных ситуациях (Н. Хомский, Р. Уайт, Дж. Равен, И. А. Зимняя, Н. В. Кузьмина, А. К. Маркова, А. В. Хуторской, Н. А. Гришанова и др.).

- В основе *теории эмоционального интеллекта* (Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо) лежит идея о единстве эмоций и интеллекта. Под **эмоциональным интеллектом** подразумевается способность воспринимать и выражать эмоции, понимать и объяснять намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, видеть причинно-следственные связи, регулировать эмоции (собственные и других людей), учитывать знания об эмоциональных состояниях в поведении, использовать знания об эмоциональном мире в повседневной жизни.

- Согласно *концепции личностного потенциала* Д. А. Леонтьева, личностный потенциал — это способность управлять своими способностями, которая проявляется в решении трёх типов задач: выбирать

в ситуации неопределённости, достигать цели, когда она обозначена, сохранять себя в ситуации угрозы. От уровня развития личностного потенциала зависит, сможет ли человек быть одновременно успешным и счастливым.

Также важным руководством, особенно в решении методических вопросов, является теория Кэрол Дуэк, которая рассматривает два вида установок, влияющих на мотивацию развития: установка на рост — «Это результат моих усилий» и на данность — «Я таким родился». Первая установка стимулирует развитие, вторая — провоцирует страх неудачи. На их формирование во многом влияет обратная связь взрослых, родителей и педагогов.

При разработке практического инструментария авторы опирались на опыт зарубежных коллег и программы, направленные на развитие социально-эмоциональных способностей детей и взрослых. В частности, одной из самых распространённых программ на сегодня является SEL (Social and Emotional Learning), акцент в которой ставится на качестве среды и ценности СЭН. Другая достаточно известная программа — это RULER, которая нацелена на интеграцию социально-эмоционального обучения в академический процесс и предлагает простые инструменты управления своими эмоциями. Ещё одна программа — PATHS (Promotion Alternative Thinking Strategies), которая предлагает приёмы развития эмоционального интеллекта с раннего возраста. Более подробно с этими и другими зарубежными и отечественными программами развития СЭН можно познакомиться в методическом пособии «Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы».

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА

Эффективность любой деятельности, в том числе и образовательной, во многом зависит от того, насколько она отвечает возможностям и потребностям человека. Какие особенности личностного развития ребёнка младшего школьного возраста¹ необходимо учесть и на что опираться при реализации программы СЭР?

¹ Общая психологическая характеристика детей данного возраста дана в пособии «Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы». Там же можно познакомиться с главой «Социально-эмоциональное развитие детей с позиции модели психического».

С началом обучения в школе ребёнок, попадая в новую для себя социальную среду, переходит на следующий этап развития. В первые месяцы обучения всё новое вызывает в нём интерес, но со временем эффект новизны уходит, и интерес может угасать. Поэтому важно приложить усилия для формирования у первоклассников новой — учебной — мотивации. В этом процессе важную роль играют и мотивы, не имеющие прямого отношения к учёбе: стремление ребёнка к новой социальной позиции и желание узнать что-то новое о мире и о себе. Новый опыт, который дети получают на занятиях по СЭР, также способствует формированию познавательной мотивации.

У первоклассников преобладающим типом мышления является наглядно-образное, и при решении учебных задач они опираются на реальные предметы и мысленные образы, но процесс обучения стимулирует развитие словесно-логического мышления. Это даёт возможность общаться с детьми с использованием понятий, переходить к обобщениям и более активно работать со словарём эмоций.

В младшем школьном возрасте наиболее значимым и определяющим поведение ребёнка фактором становится **социальное познание**. Именно в это время ребёнок активно усваивает социальные нормы, обычаи, некоторые принятые в обществе условности, связанные с полом, возрастом, социальным положением, учится уважать авторитеты, власть и нравственный закон. Начинается всё с механического заучивания и бездумного следования требованиям взрослого, но со временем это наполняется смыслом и пониманием важности, и ребёнок уже более гибко и осмысленно соблюдает обычаи своей культуры.

К концу младшего школьного и началу подросткового возраста отношения со сверстниками становятся всё более важными, а со временем начинают оказывать практически основное влияние на социальное и личностное развитие школьника. Наряду с желанием оправдать ожидания взрослых ребёнок одновременно стремится соответствовать групповым нормам ровесников. Иногда они совпадают, но случается, что требования группы вступают в конфликт не только с интересами самого ребёнка, но и окружающих. И ребёнок оказывается перед серьёзной морально-нравственной дилеммой, связанной с вопросами дружбы и справедливости. Он вынужден решать сложные вопросы во взаимоотношениях с друзьями, сверстниками, одноклассниками. Всё это делает особенно актуальным включение в образовательную программу процедур, направленных на осознание собственных эмоций и развитие эмоциональной регуляции.

Младший школьник начинает осознавать, что далеко не каждого сверстника или одноклассника, с которым ты встречаешься каждый день, можно назвать другом и что дружба накладывает определённые обязательства. В понимании того, что значит быть другом, важную роль играет способность делать выводы о чувствах и намерениях других людей, их мыслях и ожиданиях. На этом этапе важно работать над развитием способности учитывать чувства и намерения других людей, устанавливать связь между чувствами и поведением. Необходимо обсуждать, почему это происходит, говорить о возможности выбора того или иного поведения. Дети, которые могут посмотреть на вещи глазами окружающих, обладают лучшей способностью к формированию крепких близких отношений с людьми. А те, кто имеет «постоянных, удовлетворяющих их друзей, отличаются лучшими установками к учёбе и добиваются больших успехов в жизни»¹. Кроме того, благодаря дружбе дети овладевают социальными навыками и развивают самоуважение.

Грэйс Крайг и Дон Бокум², ссылаясь на исследования современных психологов, отмечают ещё некоторые особенности возраста, которые старались учесть авторы программы. В младшем школьном возрасте у детей складываются всё более устойчивые представления о себе, и их *Я-концепция* становится более реалистичной. Теперь ребёнок может выбирать занятия, ориентируясь на свои сильные стороны и ограничения. Всё чаще он приписывает себе и другим специфические черты. Причём ребёнок постоянно сравнивает себя со своими ровесниками, формулируя выводы о себе относительно их достижений: «Я делаю это лучше, чем...», «У неё получилось красивее, чем у меня». Тогда же формируются моральные принципы. Более глубокий смысл приобретают такие понятия, как честность, верность, справедливость и пр. Если сутью *Я-концепции* становятся моральные установки, то вероятность нравственного поведения повышается. Поэтому, как доказывал психолог Уильям Дэймон, детей важно научить не только действовать в соответствии со своими представлениями о хорошем и плохом, но и просто различать их. Для этого он советовал поощрять «правильные типы отношений со сверстниками», помогая детям, давая им обратную связь, когда возникают неизбежные моральные конфликты и ситуации морального выбора.

¹ Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. 9-е изд. СПб.: Питер, 2005.

² Там же.

Наряду с Я-концепцией, которая связана с представлениями о том, какой я человек и что я могу делать, у ребёнка продолжает формироваться *самооценка*, отражающая отношение к себе: насколько я хорош или плох. На самооценку влияют как взаимоотношения с родителями, так и переживания ребёнком своих успехов и неудач. В школьные годы уровень самооценки взаимосвязан с успехами в обучении. Дети, которые хорошо справляются с учёбой, имеют более высокую самооценку, чем те, кто учится плохо. В целом личные успехи или неудачи школьников могут приводить к тому, что дети начинают видеть себя победителями или неудачниками. Поэтому так важно в начальной школе помочь детям, испытывающим определённые трудности в учёбе или имеющим проблемы в общении. Необходимо найти что-то, что у них получалось бы хорошо, т. е. способствовать созданию ситуации успеха, таким образом дать им возможность выйти из порочного круга «неудача — разочарование в собственных силах — низкая самооценка — отсутствие мотивации достижения — неудача как подтверждение собственной несостоятельности».

Итак, в младшем школьном возрасте дети учатся принимать в расчёт довольно широкий круг нюансов, связанных с дружбой, социальными и гендерными ролями, которые могут вступать в противоречия, а также учитывать множество социальных норм и правил. Продвигаясь по пути социализации, ребёнок наблюдает за разными ролевыми моделями, пробует подражать им, получает обратную связь от родителей, педагогов, сверстников в виде похвалы, поддержки или наказания. Таким образом у него формируется представление о правильном и неправильном, хорошем и плохом, добре и зле. Достигая определённых успехов в различных сферах деятельности, сравнивая себя с другими, ребёнок складывает представление о себе самом. А самооценка, обусловленная в основном внешними факторами, влияет на мотивацию и закрепляет сложившееся самоотношение.

Кроме того, младший школьный возраст — это сензитивный период формирования эмоционального интеллекта. Дети эмоционально воспринимают окружающий мир, и одновременно происходит активное интеллектуальное развитие. Возрастает способность к идентификации, рефлексии, контролю эмоциональных состояний и поступков, проявлению эмпатии, использованию эмоциональной информации в общении с окружающими, выбору способов достижения цели. В это время у детей активно развивается понимание психического мира другого человека, более сложных внутренних состояний, таких как мысли,

убеждения, представления и знания, что позволяет им делать более глубокие оценки человеческих поступков. Понимание эмоциональных состояний может служить важным проводником в развитии более сложных представлений. Поэтому младший школьный возраст является важным этапом эмоционального и социального развития детей.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УМК

Представленные результаты освоения программы социально-эмоционального развития младших школьников подразумевают системную работу над развитием СЭН, включая выделенный курс, интеграцию приёмов СЭР в педагогическую деятельность и создание личностно-развивающей среды в классе и в школе в целом, работу с семьёй и вовлечение её членов в образовательный процесс.

УМК СЭР в первую очередь ориентирован на достижение личностных и метапредметных результатов согласно ФГОС.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Учащиеся получают возможность для формирования и развития:

- уважительного отношения к мнению другого человека, умения слушать и слышать его, высказывать свою точку зрения;
- начальных навыков адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире: управление эмоциями и поведением в ситуации неопределённости;
- 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 вести себя в конфликте и находить выходы из спорных ситуаций.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты программы социально-эмоционального развития разделены на четыре блока компетенций: восприятие и понимание эмоций, регуляция эмоционально-поведенческих состоя-

ний, просоциальное¹ поведение и социально-коммуникативный компонент.

Учащиеся получают возможность научиться:

- применять начальные формы познавательной и личностной рефлексии;
- эффективнее использовать речевые средства для решения коммуникативных и познавательных задач;
- слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и право каждого человека на собственное 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.

Планируемые результаты освоения УМК «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» соответствуют требованиям Федерального государственного образовательного стандарта освоения начального образования в части достижения личностных и метапредметных результатов.

Каждому году обучения соответствуют свои целевые ориентиры и планируемые результаты согласно возрастным особенностям школьников. Они размещены в методических пособиях для педагога.

В данном пособии представлены планируемые результаты по социально-эмоциональному развитию всего курса начальной школы.

¹ Поведение, которое приносит пользу людям и обществу в целом (помощь, благотворительность, сотрудничество и пр.).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УМК

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
1. Восприятие и понимание причин эмоций	1. Идентификация эмоций	Идентификация эмоций на наглядных изображениях и при непосредственном наблюдении за людьми	<p>Ребёнок верно распознаёт и словесно обозначает более 10 эмоций и чувств (радость, восторг, грусть, горе, печаль, гнев, злость, тревога, страх, ужас, удивление, интерес, отвращение, неудовольствие, презрение, стыд, вина, скука и др.) людей разного пола и возраста с указанием различных признаков проявления эмоций:</p> <ul style="list-style-type: none"> • на наглядных изображениях (фотографиях, схемах, пиктограммах, рисунках, видеоматериалах); • наблюдая за людьми в ситуации общения; • при прослушивании аудиозаписей или реальной речи, опираясь на особенности звуковой выразительности речи. <p>Ребёнок расширил свои представления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • о существовании разных эмоций, которые могут влиять на настроение и поведение человека; • о том, для чего нужно различать, понимать и идентифицировать (осознавать) свои эмоции и эмоции других людей; • о мимических и пантомимических признаках эмоций; • о способах расширения активного словаря эмоций; • о значении эмоциональных маркеров и их неоднозначности (радостная улыбка, грустная улыбка, улыбка смущения; плакать от счастья, горючие слёзы и т. д.); • о том, что транслируемые эмоции не всегда совпадают с эмоциями, переживаемыми в данный момент

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
		Понимание эмоционального и ментального словаря	Ребёнок верно определяет эмоциональное содержание высказываний, связанных с эмоциями и эмоциональными состояниями
		Понимание силы выражения эмоции	Ребёнок различает эмоции по силе их выражения с опорой на вербальные, паравербальные и невербальные признаки
		Идентификация эмоций по произведениям искусства	<p>Ребёнок определяет, различает и называет более 10 эмоций, чувств, которые возникают у него при прослушивании или просмотре музыкальных и художественных произведений; своими словами описывает свою эмоциональную реакцию на услышанное, увиденное.</p> <p>Ребёнок распознаёт эмоциональные переживания персонажей музыкальных и художественных произведений и соотносит их со своим жизненным опытом.</p> <p>Ребёнок расширил свои представления о том, что:</p> <ul style="list-style-type: none"> с помощью произведения искусства можно испытываемую в данный момент эмоцию (например, смешной рассказ развеселит, спокойная музыка успокоит и т. п.); одно произведение искусства может вызывать разные эмоции и чувства у разных людей.

	2. Выражение эмоций (эмоциональная выразительность, чувствительность, контроль)	Мимика, жесты и действия	<p>Ребёнок получил возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • различать и передавать в художественно-творческой деятельности (рисунк, коллаж и пр.) эмоциональную реакцию и своё отношение к произведениям; • высказываться о средствах создания настроения в произведениях искусства (например, эпитеты, сравнения, темп, ритм, тёплые/холодные цвета и т. п.)
			<p>Ребёнок расширил свои представления о необходимости выражать свои эмоции.</p> <p>Ребёнок демонстрирует (в инсценировках, ролевых играх, театральных постановках) разные по силе эмоции и эмоциональные состояния, используя вербальные и невербальные средства их выражения</p>
			<p>Ребёнок расширил представления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • о необходимости обозначения и описания эмоций словами; • о необходимости выражать свои эмоции вербально и невербально (ННО) <p>Ребёнок расширил эмоциональный словарь, верно использует в речи слова, связанные с эмоциями и эмоциональными состояниями</p>
			<p>Ребёнок расширил свои представления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • о способах выражения эмоций с помощью интонации, темпа и ритма речи, громкости и силы (повышение или понижение) голоса; • о характеристике звуковой выразительности речи при выражении эмоций

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
	3. Понимание причин эмоций	Ситуативно обусловленные эмоции	<p>Ребёнок осознаёт, что возникновение эмоций зависит от многих факторов и условий: возраст, состояние здоровья, отношения, интересы, мотивы и т. д.</p> <p>Ребёнок понимает, что возможно несоответствие ситуации и эмоции; объясняет, в чём состоит несоответствие и какова причина такой эмоциональной реакции.</p> <p>Ребёнок расширил свои представления:</p> <ul style="list-style-type: none"> о причинах возникновения амбивалентных эмоций; о выявлении и анализе причин эмоций; о социально-культурных нормах выражения эмоций
2. Понимание и регуляция эмоционально-поведенческих состояний	1. Эмоциональное прогнозирование и регуляция	Прогнозирование	<p>Ребёнок понимает, что можно прогнозировать собственное поведение и поведение других людей, опираясь на знание причин эмоций.</p> <p>Ребёнок может предсказать эмоции и поведение человека, опираясь на знания о его желаниях и мыслях.</p> <p>Ребёнок определяет и называет конкретные эмоции как причину поведения героев произведений/ситуаций.</p> <p>Ребёнок получил возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> прогнозировать эмоции, собственные и других людей, опираясь на понимание их типичных причин (волнение перед контрольной работой, радость достижений и т. д.);

		<ul style="list-style-type: none"> • понимать причины эмоций другого человека и прогнозировать его чувства в зависимости от развития ситуации (при чтении литературных произведений, в игровых ситуациях и общении). <p>Ребёнок расширил свои представления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • о жизненных ситуациях, связанных с эмоцией или способных вызывать определённую эмоцию; • о том, как именно эмоции могут помогать или мешать в общении, деятельности
	Регуляция эмоционального состояния	<p>Ребёнок умеет управлять собственным поведением, исходя из вероятностного прогнозирования своей эмоциональной реакции на возможные события: готовясь к контрольной, чтобы не испытывать неприятных эмоций после получения неудовлетворительной оценки; пойти в кино в предвкушении каких-то конкретных эмоций (страх, радость, удивление) и др.</p> <p>Ребёнок расширил свои представления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • о возможности регулирования своих эмоций, например, как можно справиться с тревогой, страхом, агрессией и пр.; • о том, что необходимо распознавать собственные потребности и учитывать их при регулировании эмоций и поведения; • о необходимости учитывать эмоции партнёра по общению при регулировании своих эмоций и поведения; • о приёмах эмоционального самоконтроля в ситуациях игрового, коммуникативного и учебного сотрудничества;

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
			<ul style="list-style-type: none"> о том, как в предложенных ситуациях подчинять свои желания и действовать в соответствии с нравственным мотивом «надо» (внеситуативное соподчинение мотивов); о приёмах регулирования своего эмоционального состояния и контроля чрезмерно сильного выражения эмоциональных состояний в зависимости от ситуации
		Понимание неверных мнений	<p>Ребёнок расширил свои представления о том, что:</p> <ul style="list-style-type: none"> существуют неверные мнения, как собственные, так и окружающих людей; в основе поведения могут лежать убеждения, которые не соответствуют реальности; интерпретация поведения другого человека может быть ошибочной. <p>Ребёнок получил возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> отличать факты от оценочных суждений; опираться в своих суждениях на факты, а не на интерпретации. <p>Ребёнок получил возможность научиться определять возникновение недоразумения и бестактности в общении между людьми и в поведении</p>
	2. Понимание контекста взаимодействия		
		Понимание обмена	Ребёнок умеет выделять две позиции в общении и поведении другого человека — реальную и демонстрируемую.

			<p>Ребёнок понимает, с чем связано негативное отношение к обману.</p> <p>Ребёнок понимает моральную сторону обмана</p>
3. Просоциальное поведение в коммуникациях		Морально-нравственный выбор	<p>Ребёнок умеет следовать нормам и правилам, принятым в обществе, ориентируясь как на моральные содержание ситуаций, регулирующие человеческие отношения, так и на правила поведения, регламентирующие жизненные ситуации в быту и общественной жизни.</p> <p>Ребёнок умеет идентифицировать поступок как хороший или плохой на основе соотнесения действия с моральным эталоном, носителем которого может быть взрослый, ребёнок, литературный персонаж.</p> <p>Ребёнок может объяснять нравственное содержание поступка.</p>
			<p>Ребёнок идентифицирует ситуации морально-нравственного выбора, обозначает свои эмоции в них, объясняет их причины.</p> <p>Ребёнок способен понять и назвать эмоции, мотивы людей в ситуациях морально-нравственного выбора</p>
		Толерантность	<p>Ребёнок проявляет уважение к иному поведению, внешности, мнению окружающих людей.</p> <p>Ребёнок расширил свои представления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • о важности принятия себя и других людей; • об уважительном отношении к личному достоинству и правам других людей (понимать, что необходимо

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
			<p>считаться с точкой зрения, желаниями другого человека, не ущемлять его интересы и т. п.);</p> <ul style="list-style-type: none"> о социально-культурных нормах эмоционального выражения (обсуждение, как эмоции проявляют люди разных культур); о том, что у другого человека может быть иная, чем у него, эмоциональная реакция в одной и той же ситуации. <p>Ребёнок получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> проявлять уважение к иным обычаям и культуре; взаимодействовать с людьми с иными бытовыми привычками, внешностью, верованием, мыслями и поступками; взаимодействовать с ровесниками с особыми потребностями на основе принятия
		Спротивление буллингу	<p>Ребёнок учится замечать нетерпимое отношение к индивидуальности других людей.</p> <p>Ребёнок знает о том, что неприемлемо говорить обидные, злые и неприятные слова; заставлять другого делать что-то, чего он не хочет или от чего могут быть неприятности; исключать из общения, из компании, из игры; «травить», унижать человеческое достоинство сверстника.</p>

			<p>Ребёнок знает о разных ролях и стратегиях поведения в ситуации буллинга.</p> <p>Ребёнок расширил свои представления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • о том, какие эмоции и чувства вызывает буллинг; • о способах реагирования в ситуациях буллинга с целью его прекращения
4. Социально-коммуникационный компонент	1. Коммуникативная компетентность	Установление и поддержание взаимодействия	<p>Ребёнок может установить взаимодействие с детьми разного пола и возраста и взрослыми — родителями, педагогами.</p> <p>Ребёнок получил возможность научиться строить эффективный диалог: начинать, вести, поддерживать и заканчивать беседу в стандартных ситуациях общения, соблюдая нормы речевого этикета; при необходимости переспрашивать и уточнять; расспрашивать собеседника и отвечать на его вопросы, высказывая своё мнение, просьбу; отвечать на предложение согласия или отказом, понимать шутку</p>
		Эмпатия. Эмоциональная поддержка и взаимопомощь	<p>Ребёнок проявляет эмпатию, пытается влиять на эмоциональное состояние другого человека, оказывая эмоциональную поддержку.</p> <p>Ребёнок распознаёт ситуации, в которых человеку нужна помощь, может сделать предположения о том, какая именно помощь требуется, стремится оказать помощь близким.</p> <p>Ребёнок может сам обратиться за помощью к знакомому взрослому или сверстнику, сформулировать свою просьбу.</p>

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
			Ребёнок расширил представления о способах взаимодействия, облегчающих неприятные эмоции и состояния другого человека (слова, жесты, активные действия, демонстрирующее сочувствие и т. д.)
		Работа в команде	<p>Ребёнок знает о необходимости договорённостей и соблюдения правил в совместной деятельности.</p> <p>Ребёнок предлагает варианты взаимодействия, умеет договариваться.</p> <p>Ребёнок участвует в совместной деятельности.</p> <p>Ребёнок получил возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • регулировать своё поведение в соответствии с главными целями совместной деятельности; • определять собственную роль в коллективе, брать на себя различные социальные роли и обязанности
		Поведение в конфликтной ситуации	<p>Ребёнок идентифицирует свои эмоции и эмоции другого человека, прогнозирует вероятность возникновения конфликта.</p> <p>Ребёнок делает предположения о причинах возникновения конфликта и возможных способах его разрешения; знает простые способы саморегуляции в конфликтной ситуации.</p> <p>Ребёнок получил возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • конструктивно решать возникающие конфликтные ситуации в общении с окружающими;

	2. Социальная компетентность	Социальная адаптация	<ul style="list-style-type: none"> • использовать способы самостоятельной регуляции межличностных конфликтов, не допуская их крайнего проявления. <p>Ребёнок получил возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • приёмам ориентировки в новом коллективе, умению наблюдать за существующими в нём правилами, традициями, взаимоотношениями членов коллектива; • понимать основные ценности новой социальной среды; • анализировать текущие социальные ситуации; • осознавать свои возможности в сложившейся социальной обстановке; • вырабатывать новые поведенческие сценарии, позволяющие адаптироваться, находить решения в сложных ситуациях, целенаправленно взаимодействовать с окружающими
		Социальное взаимодействие	<p>Ребёнок может передавать сообщения, реагировать на реплики собеседника с учётом его состояния (внимания, понимания, эмоциональной реакции, ситуации общения).</p> <p>Ребёнок получил первоначальные представления о поведенческих сценариях, позволяющих находить решения в сложных ситуациях взаимодействия с окружающими.</p> <p>Ребёнок получил возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • проявлять гибкость в выборе оптимальных средств взаимодействия и решения затруднительных ситуаций;

Блок компетенций	Компетенция	Критерий	Планируемые результаты
			<ul style="list-style-type: none"> • выбирать стратегию реализации своих желаний – умения вовремя задать вопрос, сделать предложение, устранить и пр.
		Социальное прогнозирование	<p>Ребёнок расширил свои представления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • о том, что можно прогнозировать собственное поведение и поведение других людей, опираясь на понимание причин эмоций; • о том, как понимать и описывать действия и поступки героев произведений/ситуаций и предсказывать, что будет делать герой после завершения истории/ситуации. <p>Ребёнок получил возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • описывать «как бы я поступил на его месте?», «что бы я сделал по-другому?» от лица главного героя при прослушивании литературного произведения; • ставить себя на место другого человека и прогнозировать его действия и поступки («Как ты думаешь, как поступит Саша, если...?»); • прогнозировать результаты взаимодействия с другими людьми, опираясь на знания мотивов, ценностей, национальных особенностей, типичных эмоциональных реакций и пр. его участников

СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ

ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Отслеживание эффекта реализации программы проводится через всесторонний мониторинг по структурированным опросникам. Предметом оценки являются социально-эмоциональные навыки детей и эмоциональный интеллект педагога.

Кроме внешней диагностики эффективности программы предполагается регулярная оценка актуального состояния и динамики развития, которая проводится непосредственно участниками образовательного процесса.

Исходя из задач программы, авторы предлагают проводить оценку в следующих направлениях.

1. Самооценка педагога, которая подразумевает:

- оценку собственных социально-эмоциональных навыков;
- оценку своей работы с классом по социально-эмоциональному развитию (рефлексия деятельности).

2. Оценка педагогом социально-эмоциональных навыков детей.

3. Оценка родителями социально-эмоциональных навыков детей.

4. Оценка детьми собственного прогресса в развитии СЭН.

Представленная система оценки направлена на решение следующих задач:

- развитие навыков рефлексии педагога и учащихся;
- фокусирование внимания на решении поставленных задач;
- понимание педагогом эффективности предложенных инструментов для решения поставленных задач и возможности скорректировать траекторию движения по программе;
- анализ достижений и дефицитов всех участников образовательного процесса;
- профессиональный и личностный рост педагога;
- вовлечение родителей;
- мотивация учащихся.

В зависимости от цели диагностики оценка и самооценка могут проводиться несколько раз в течение учебного года по желанию педагога, но не менее двух раз. В одном случае она поможет всем участникам осознать состояние разных видов личностных ресурсов, актуальный уровень тех или иных навыков, знаний. В другом — отрефлексировать изменения, произошедшие за время обучения.

Полученные результаты не предназначены для сравнения участников между собой. Внимательный анализ поможет педагогу выявить, кто нуждается в дополнительной поддержке, на что нужно обратить особое внимание и какие условия создать для более эффективного развития СЭН каждого ребёнка.

Материалы диагностики носят конфиденциальный характер и не могут быть предоставлены сторонним лицам.

Для проведения диагностики и анализа полученных данных приветствуется привлечение педагога-психолога.

1. Самооценка педагога

Для успешной реализации программы педагогу необходимы не только владение предметными навыками, но и его стремление к личностному и профессиональному росту и саморазвитию.

Для профессионального и личностного развития педагогу необходимо уметь останавливаться и размышлять над своими эмоциями и действиями, а также их последствиями. Регулярный анализ своего поведения и его влияния на происходящее в классе позволяет ему:

- эффективно планировать образовательный процесс;
- расширять свои представления о происходящем для гибкого использования инструментов СЭР;
- больше узнавать о своих профессиональных качествах;
- более осознанно вырабатывать стратегию дальнейшего личностного развития.

В Приложениях 1 и 2 предложены некоторые инструменты самооценки для педагога, которые помогут ему отразить полученный опыт и построить дальнейшую траекторию личностного и профессионального развития в социально-эмоциональной сфере.

Кроме того, полезно фиксировать свои наблюдения и изменения в течение всего года, чтобы впоследствии, опираясь на этот опыт, иметь возможность проиллюстрировать некоторые феномены или внести необходимые изменения в содержание занятий. Также мы рекомендуем делиться своими мыслями и чувствами с детьми: это мотивирует их на развитие, подкрепляет идею открытости и доверия в коллективе.

Обмен опытом работы с программой в профессиональных обучающих сообществах (ПОС) позволит не только получить поддержку коллег, но и найти альтернативные решения возникающих трудностей при реализации УМК.

2. Оценка педагогом социально-эмоциональных навыков детей

Основным инструментом оценки социально-эмоциональных навыков детей является структурированное наблюдение за детьми как в ходе занятий, так и в остальное время. Объектом наблюдения являются компетенции и блоки компетенций социально-эмоционального развития.

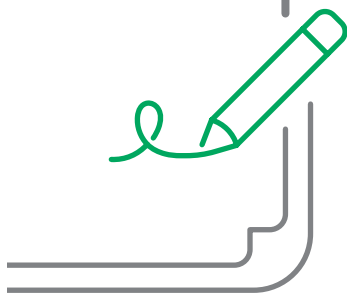
3. Оценка родителями социально-эмоциональных навыков детей

Вспомогательным инструментом оценки результатов освоения программы является родительская оценка развития детей, которая позволит повысить объективность диагностических процедур. Оценка осуществляется посредством заполнения бланков специальных опросников в начале и в конце учебного года по тем же компетенциям, что и в наблюдении педагога. Полученные данные педагог заносит в сводную таблицу.

Описание процедуры оценки СЭН детей педагогом и родителями и все необходимые материалы для её проведения даны в методических пособиях для педагога.

4. Оценка детьми собственного прогресса в развитии СЭН

Осуществляется в процессе занятий и вписана в сценарии. Как правило, это подведение итогов встречи и рефлексия полученного на занятии опыта. Проводится в разных формах в зависимости от возраста участников. На начальном этапе это могут быть простые формулировки «не умел — научился», «не знал — узнал» и т. д. Позднее это становится уже более детальным разбором: «насколько ближе я стал к желаемому результату», «что ещё я могу сделать, чтобы стать в этом лучше» и пр. Эта оценка будет более мотивирующей, если её визуализировать. Некоторые приёмы визуализации описаны в методическом пособии «Как развивать социально-эмоциональные навыки в начальной школе».



СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЕ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСОБЕННОСТИ УМК

СОСТАВ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО КОМПЛЕКТА

Учебно-методический комплект для начальной школы включает следующие методические пособия и материалы:

- **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). В книге изложены теоретические основы программы, описаны возрастные особенности детей и подростков и др. Там же представлен краткий обзор отечественных и зарубежных программ СЭР.
- **Концепция учебно-методического комплекта «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста»** (авторы: М. И. Катеева, Н. Е. Рычка).
- **Как развивать социально-эмоциональные навыки в начальной школе** (авторы: И. А. Дворецкая, Н. Е. Рычка, М. И. Катеева).
- **Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (7+)** (авторы: А. В. Макаrchук, Е. В. Горинова, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева).
- **Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (8+)** (авторы: А. В. Макаrchук, Е. В. Горинова, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка).
- **Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (9+)** (авторы: И. А. Дворецкая, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка).
- **Методическое пособие «Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста» (10+)** (авторы: И. А. Дворецкая, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка).

В методических пособиях содержится годовая программа обучения, цели и планируемые результаты, описание возрастных особенностей детей, тематическое планирование и сценарии занятий с учащимися, а также встреч с родителями и совместных детско-родительских

мероприятий, которые проводятся в рамках программы, инструменты для оценки эффективности работы.

- **Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» (7+)** (авторы: А. В. Макачук, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева). Тетрадь предназначена для индивидуальной работы детей на занятиях и выполнения семейных заданий вместе со взрослыми на первом году обучения.

- **Рабочая тетрадь «Обо мне и для меня» (8+)** (авторы: А. В. Макачук, Н. Е. Рычка, О. В. Хухлаева). Тетрадь предназначена для индивидуальной работы детей на занятиях и выполнения семейных заданий вместе со взрослыми на втором году обучения.

- **Игровой комплект «Палитра эмоций»** (авторы: И. А. Дворецкая, А. В. Макачук, Н. Е. Рычка, О. Е. Хухлаев) — комплект карточек, предназначенный для организации групповой работы в классе.

Комплект состоит из набора карточек для индивидуальной и групповой работы в ходе занятий, но может быть использован также для организации другого содержательного детского досуга. Комплект включает в себя карточки четырех видов.

1. Карточки с изображениями лиц, выражающих разные эмоции (64 шт.). Представлено семь базовых эмоций (радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес, отвращение) и нейтральное выражение лица. Каждая эмоция показана на фотографиях людей разного пола и возраста (ребёнок, подросток, взрослый, пожилой человек).

2. Карточки со стилизованным изображением эмоций (8 шт.).

3. Карточки с сюжетными иллюстрациями (40 шт.).

4. Карточки, на которых изображена последовательность событий: 15 серий карточек (5 серий по 3 карточки и 10 серий по 4 карточки), каждая серия объединена общим сюжетом. К игровому комплекту прилагается брошюра-инструкция с описанием различных вариантов работы с карточками.

В сценариях даны комментарии и рекомендации по использованию игрового комплекта на занятиях.

- **Набор плакатов: «Квадрат настроения» и «Базовые эмоции».** Плакаты послужат хорошей визуальной опорой для развития навыков идентификации эмоций.

ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ УМК

Достижение планируемых результатов обеспечивается соблюдением следующих *принципов построения и реализации программы*.

Интерактивность. В программе используются психолого-педагогические технологии, поддерживающие активную позицию ребёнка.

Практико-ориентированность. Программа направлена на овладение знаниями и навыками, полезными в решении актуальных социальных и возрастных задач ребёнка.

Индивидуальный подход. Педагог может адаптировать программу под индивидуальные особенности ребёнка, создавать для него индивидуальную траекторию освоения материала в зависимости от уровня овладения отдельными составляющими социально-эмоционального интеллекта.

Систематическое последовательное усложнение материала. В рамках каждого года обучения программа предполагает последовательное усложнение и углубление материала в соответствии с возрастными особенностями детей и их уровнем овладения предметными знаниями.

Создание условий для позитивной коммуникации в детском коллективе. В программе содержатся специальные практики, инструменты, приёмы, направленные на создание и поддержание благоприятного психологического климата в классе.

Включение родителей как активных участников программы. Такой подход создаёт системную среду, способствующую развитию потенциала ребёнка. Специальные компоненты программы, такие как семейные задания и совместные детско-родительские мероприятия, помогают организовывать содержательное общение родителей с ребёнком. Совместная работа родителей и детей в рамках программы помогает успешному социально-эмоциональному развитию младших школьников.

Интеграция. В сценариях занятий описаны не только инструменты и способы развития СЭН, но и возможности их интеграции в образовательную деятельность за рамками выделенного курса. Таким образом реализация УМК способствует созданию и поддержанию благоприятного климата в классе, а также повышению уровня успеваемости.

Гибкость и вариативность. Содержание УМК позволяет гибко подходить к планированию занятий в зависимости от потребностей группы и возможностей педагога. Характерной особенностью сценариев является их избыточность, что позволяет педагогу выбрать те активности, которые наиболее всего подходят для решения педагогической задачи.

Регулярность и систематичность. Получение устойчивого результата возможно только при регулярном проведении занятий и систематичном использовании практик развития СЭН в повседневном общении и предметном преподавании.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ УМК

Содержание 1-го и 2-го года обучения включает в себя три тематических блока: «**Восприятие и понимание причин эмоций**», «**Эмоциональная регуляция**» и «**Социальное взаимодействие**».

РАЗДЕЛ 1. ВОСПРИЯТИЕ И ПОНИМАНИЕ ПРИЧИН ЭМОЦИЙ

Включает в себя идентификацию эмоций, их выражение и понимание причин. 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.

РАЗДЕЛ 3. СОЦИАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

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.

Темы, изучение которых было начато в первый год работы по программе, продолжают разбираться во 2 классе на более сложном уровне. Первые два года занятия по УМК рекомендуется проводить еженедельно. Первый год обучения по программе включает 33 занятия (продолжительность занятий 1—11 составляет 35 минут, занятия 12—33 длятся 45 минут). Второй год обучения включает 34 занятия по 45 минут.

С 3-го года обучения акцент переносится с выделенных занятий на интеграцию инструментов СЭР в предметное преподавание. Учителю предлагается 17 тем на каждый учебный год, содержанием которых он может довольно гибко распоряжаться, исходя из своих потребностей. Сценарии к темам содержат описание активностей, превышающих по совокупной продолжительности обычный урок. Это даёт возможность педагогу самостоятельно спланировать занятия, ориентируясь на уровень социально-эмоционального развития детей, и при необходимости проводить их с прежней регулярностью — 1 раз в неделю или же реже — 1 раз в 2 недели, но при этом активно обращаться к пройденному содержанию при преподавании других учебных предметов, включая инструменты, приёмы и техники развития СЭН, а также задания и упражнения, описанные в методическом пособии.

Деятельность на занятиях направлена на решение актуальных возрастных задач в сфере взаимодействия с окружающими: дружба, взаимопомощь, разрешение конфликтных ситуаций, поведение в случае буллинга и т. д. Таким образом школьники получают возможность развивать навыки эмоциональной и поведенческой саморегуляции в ситуациях выбора, достижения и угрозы.

Гибкость обеспечивается ещё и тем, что предусмотрено всего несколько занятий, привязанных к календарю. Это стартовое, итоговое и некоторые тематические занятия, связанные с календарными датами. Последовательность же других может регулироваться педагогом. Главное требование к логике — актуальность и своевременность содержания. Что возможно при чутком отношении к детям и внимательном наблюдении за происходящим в классе.

Каждый годовой цикл начинается вводным совместным детско-родительским мероприятием и завершается итоговым занятием. Для 1—2 классов разработаны тематические родительские собрания. В 3—4 классах педагог более самостоятелен в организации взаимодействия с родителями.

В работе с ними могут быть использованы в том числе следующие *цифровые ресурсы*, разработанные специалистами благотворительного фонда «Вклад в будущее»:

- **Онлайн-курс для родителей «Семья на эмоциях: как понять своего ребёнка»**

https://parents.vbudushee.ru/?_ga=2.70102035.280424765.1628837140-1180266160.1628086425

Курс поможет узнать больше о собственных эмоциях и эмоциях своего ребёнка, а также подскажет, как научить своих детей использовать этот уникальный ресурс развития личностного потенциала.

- **Подкаст «МамПапКаст»**

<https://soundcloud.com/user-840349494>

В подкасте эксперты (психологи, специалисты детского развития) Ирина Млодик, Надежда Уфимцева, Анна Быкова, Александр Покрышкин отвечают на актуальные для родителей вопросы: кто такой «эмоциональный воспитатель», для чего нужны границы в семье, почему родителю полезно быть «ленивым» и др.

- **Хрестоматия художественной литературы по развитию личностного потенциала**

https://books.vbudushee.ru/?_ga=2.70102035.280424765.1628837140-1180266160.1628086425

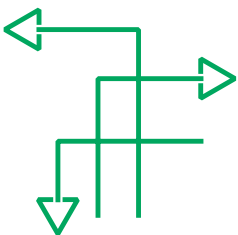
Материалы хрестоматии, куда включены 300 художественных произведений, подскажут, как развивать личность ребёнка, читая и анализируя литературу. Книги помогут юным читателям понять, как справиться с неприятными эмоциями и общаться с другими. Произведения способствуют развитию эмпатии, социально-коммуникативных навыков, усвоению морально-нравственных норм.

- **Развивающий просмотр мультфильмов**

Онлайн-кинотеатр «Ноль плюс» (<https://vmeste.zeroplus.tv>) или «Окко» (https://okko.tv/collection/kids_emotional_intelligence)

Специальным образом отобранные мультфильмы проектов «Смотрим вместе» и «Эмоциональный интеллект для детей» помогут родителю понять, как в привычном и понятном ребёнку материале увидеть инструмент социально-эмоционального развития.

Выделенный курс является только одним из условий эффективно-го социально-эмоционального развития детей. Он должен быть обязательно подкреплён интеграцией инструментов развития СЭН в практику преподавания и повседневного общения. Только тогда можно ожидать хороших результатов в развитии указанных навыков, которые отразятся на общем эмоциональном фоне детского коллектива, педагога и, как следствие, на эффективности образовательного процесса.



ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Самооценка педагога собственных социально-эмоциональных навыков

Прочитайте утверждения, характеризующие разные социально-эмоциональные навыки. Укажите по 10-балльной шкале, в какой мере это относится (справедливо) к вам.

Критерий	В начале учебного года	В середине учебного года	В конце учебного года
Я внимательно отношусь к своему эмоциональному состоянию и отслеживаю его изменения			
Я могу назвать словом переживаемые чувства			
Я достаточно хорошо различаю близкие эмоции, например злость и раздражение, удовлетворение и облегчение и пр.			
Я редко ошибаюсь в определении эмоций другого человека			
Я осознаю влияние своих эмоций на поведение и мышление			
Я умею использовать своё эмоциональное состояние как ресурс для решения различных задач			
Я понимаю причины возникновения своих эмоций			
Я удовлетворена своей способностью управлять своими эмоциями			
Я учитываю эмоциональное состояние детей при ведении урока			
Мне удаётся управлять эмоциями детей во время урока			

Оценка педагогом своей работы с классом по СЭР

Оцените, как часто вы используете предлагаемые способы развития СЭН в своём классе. Поставьте знак «+» в соответствующей графе.

	Способы развития СЭН	Редко	Иногда	Часто
Выделенный курс занятий по СЭР	Я веду занятия по курсу СЭР			
	Я адаптирую содержание занятий под возможности и потребности класса и образовательной организации			
	Дети проявляют активность на занятиях, размышляют над полученным опытом, делают выводы из него			
Интеграция СЭР в образовательную деятельность	Я удерживаю задачу социально-эмоционального развития детей при планировании образовательной деятельности			
	Я интегрирую инструменты СЭР в образовательную деятельность			
	Мы обращаемся к практикам управления эмоциональным состоянием для повышения эффективности деятельности			
	Я обращаюсь к опыту, полученному детьми на выделенном курсе			
	На уроках я применяю инструменты обратной связи и поощряю детей к их использованию			
	На уроках я организую дискуссии, стимулирую к использованию правил внимательного слушания, задаванию вопросов, уважительному обсуждению идей друг друга			

Способы развития СЭН		Редко	Иногда	Часто
Интеграция СЭР в образовательную деятельность	Я задаю открытые вопросы			
	Я включаю в уроки задания, которые предполагают групповое взаимодействие, сотрудничество, разделение ответственности, совместное принятие решений			
	Я организую рефлекссию по итогам проведённой работы: насколько успешно складывалась групповая работа, что можно улучшить, чему научились и пр.			
	Я фокусирую внимание детей на их чувствах и мыслях			
	Я помогаю детям понимать и конструктивно выражать свои эмоции			
	Я обращаюсь к потребностям и ценностям детей			
	Я опираюсь при организации уроков и мероприятий на интересы и опыт своих учеников			
Психологический климат в коллективе	В нашем классе разработано Соглашение			
	Мы (педагог и учащиеся) регулярно обращаемся к принятым договорённостям, обсуждаем случаи их нарушения, при необходимости вносим изменения			
	Я уделяю внимание каждому ученику, подчёркиваю его ценность и оказываю ему поддержку в случае необходимости			
	Я стараюсь обнаружить сильные стороны каждого ребёнка, в том числе за рамками академической успеваемости			

Способы развития СЭН		Редко	Иногда	Часто
Психологический климат в коллективе	Я помогаю ученикам опираться на свои сильные стороны для достижения цели			
	Я организую в классе мероприятия, способствующие сплочению коллектива, установлению доброжелательных отношений			
	При организации групповой работы я меняю состав групп, чтобы дети имели возможность взаимодействовать с большим количеством одноклассников			
	Я уважаю разнообразие культур, поощряю рассказы детей о национальных традициях и обычаях			
	Я учу детей ненасильственному общению, развивая умение выражать сочувствие, высказывать просьбы, разрешать конфликты			
	Я знаю, чем интересуются дети вне школы, их хобби			
	Я обращаюсь к детям по имени и поощряю их делать так же по отношению друг к другу			
Работа с родителями	Родители участвуют в детско-родительских мероприятиях в классе			
	Родители участвуют в планировании и проведении внеклассных мероприятий			
	Я провожу тематические встречи для родителей по развитию СЭН с привлечением педагога-психолога			
	Родители заполняют оценочные листы по СЭР			

Способы развития СЭН		Редко	Иногда	Часто
Педагог как ролевая модель	Я демонстрирую детям образец осознанного отношения к своим эмоциям: озвучиваю переживаемые эмоции, называю их причины, влияние на поведение и т. д.			
	Я использую различные техники управления эмоциями, проговаривая вслух свои действия			
	Я объясняю причины своих поступков, особенно если речь идёт о морально-нравственном выборе			
	Я использую ненасильственное общение при формулировании просьбы и благодарности, а также в беседе с детьми, чтобы помочь им осознать собственные эмоции и потребности			

Предложенные ниже вопросы помогут вам более детально оценить актуальную ситуацию и обозначить направления развития.

Вопросы	Актуальная ситуация	Зоны роста
Опишите способы, с помощью которых вы помогаете детям правильно понимать и экологично ¹ выражать свои чувства		
Как вы помогаете детям овладеть навыками управления своими эмоциями и поведением?		
Какие нормы поведения и ценности вы обсуждаете со своими учениками?		
Опишите, как вы реагируете на плохое поведение учеников. Какие стратегии вы считаете наиболее эффективными/неэффективными?		

¹ Не причиняя вреда себе и окружающим.

Вопросы	Актуальная ситуация	Зоны роста
Как вы помогаете ученикам, которым трудно управлять своим поведением?		
Что вы делаете для того, чтобы дети брали ответственность за свои поступки и учились прогнозировать последствия собственных действий?		
Как вы поддерживаете в учениках установку на рост и развитие?		
Вспомните свои самые успешные уроки за последние две недели. Какие условия вы создали для вовлечения всех учеников в образовательный процесс? Как вы понимали, что они знают цель обучения? Как вы помогали им осознавать свой прогресс в движении к цели?		
Как вы помогали своим ученикам размышлять о своём поведении (как позитивном, так и негативном)?		
Какие методы самооценки детей вы использовали чаще всего за последние две недели?		
Опишите, как вы и ваши ученики используете результаты самооценки		
Чувствуют ли ученики, что их ценят, уважают и поддерживают одноклассники? Откуда вы это знаете?		
Какие возможности вы предоставляете детям для развития и укрепления позитивных отношений со своими сверстниками?		
Как вы узнаете о проблемах своих учеников, будь то академические, коммуникативные или эмоциональные трудности, и помогаете им в их разрешении?		

