

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение Куйбышевского
муниципального района Новосибирской области
«Средняя общеобразовательная школа №2»

ПРИНЯТО протокол заседания методического объединения учителей <u>начальных классов</u> от « 28 » августа 2026 года № 1	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по ВР  О.В. Афанасьева от « 28 » августа 2026 года
--	--

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
Дискуссионный клуб «Школа возможностей»
Уровень начального общего образования
Срок освоения: 1 год (1 класс)

Составитель:
Макарова М.А., учитель
начальных классов

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Школа возможностей» разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО и ФОП НОО.

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Школа возможностей» реализуется педагогом с учетом рабочей программы воспитания.

Цель учебного курса внеурочной деятельности: способствовать социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

Задачи учебного курса внеурочной деятельности:

- Познакомить школьников с многообразием эмоций.
- Развивать умение выражать и распознавать эмоции (радость, злость, грусть, страх, удивление, интерес) у себя и других людей.
- Расширять эмоциональный словарь школьников.
- Создавать условия для понимания эмоциональной обусловленности поведения и причин возникновения эмоций.
- Формировать у школьников основы саморегуляции и произвольной регуляции поведения.
- Способствовать развитию эмпатии, пониманию других людей и оказанию им эмоциональной поддержки.
- Развивать способность к децентрации — умению видеть ситуацию с точки зрения другого человека.
- Формировать представления о морально-этических нормах и правилах поведения.
- Познакомить детей с эффективными способами поведения в сложных коммуникативных ситуациях, развивать их коммуникативные навыки.
- Способствовать созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в классе.
- Содействовать социальной адаптации младших школьников.

Программа «Школа возможностей» позволяет целенаправленно обучать детей внимательному и уважительному отношению к эмоциям, саморегуляции, взаимопониманию, использованию эмоций при выстраивании взаимодействия. Результаты обучения переносятся и в школьную среду в целом, изменяя в лучшую сторону не только отношения детей со сверстниками и взрослыми, но и всю атмосферу школьной жизни. Программа, с одной стороны, адаптирована к процессу обучения в школе, а с другой — она чувствительна к образовательной среде и незаметно изменяет её, оказывая положительное влияние на детей, родителей, педагогов.

Срок реализации: 1 год. Количество часов (1 класс) - 33 ч.

Принципы построения и реализации программы

- Полнота. Программа для младших школьников является полным курсом, рассчитанным на интеграцию в образовательный и воспитательный процессы 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. 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 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.

Содержание курса внеурочной деятельности 1 класс

Введение (3 ч) Направлено на знакомство и самопрезентацию учеников в классе, создание благоприятных условий для совместной работы, определение правил взаимодействия.

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

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 (8 ч)

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 (12 ч)

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.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной

деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе, в том числе в части:

Гражданско-патриотического воспитания: становление ценностного отношения к своей Родине — России; осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности; сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края; уважение к своему и другим народам; первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственного воспитания: признание индивидуальности каждого человека; проявление сопереживания, уважения и доброжелательности; неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

Эстетического воспитания: уважительное отношение и интерес к художественной

культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов; стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной); бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудового воспитания: осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

Экологического воспитания: бережное отношение к природе; неприятие действий, приносящих ей вред.

Ценности научного познания: первоначальные представления о научной картине мира; познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

Метапредметные результаты

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

- сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;
- объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;
- определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;
- находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;
- выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;
- устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

2) базовые исследовательские действия:

- определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;
- с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;
- сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев); проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть — целое, причина — следствие);
- формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);
- прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

3) работа с информацией:

- выбирать источник получения информации;
- согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;
- распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;
- соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;
- анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;
- самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями: 1) общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения; корректно и аргументировано высказывать свое мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей; создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование); готовить небольшие публичные выступления;
- подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

2) совместная деятельность:

- формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- ответственно выполнять свою часть работы;

- оценивать свой вклад в общий результат;
- выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;
- выстраивать последовательность выбранных действий;

2) самоконтроль:

- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

Предметные результаты

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

1. Восприятие и понимание причин эмоций

Ребёнок знает мимические признаки не менее пяти основных эмоций (злость, страх, интерес, грусть, радость), определяет эти эмоции по мимическим признакам на изображениях и в процессе общения, знает названия эмоций. Идентификация эмоций по пантомимическим признакам. Ребенок верно определяет эмоции (злость, страх, интерес, грусть, радость) по позе человека, его жестам и движениям, может сопоставить действия и эмоции. Эмоций по вербальным и паравербальным признакам. Ребёнок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, интерес) в речи по названию, интонации, громкости, темпу. Идентификация эмоций в произведениях искусства. Ребёнок может назвать эмоции, которые у него вызывают произведения искусства (картина, скульптура, музыкальное или литературное произведение); определяет характер, настроение произведения, даёт ему эмоционально-образную характеристику (смешное стихотворение, печальная музыка). 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 через мимику и пантомимику. Ребёнок правильно выражает эмоции с помощью мимики, жестов, поз, движений. Вербальное и паравербальное выражение эмоций. Ребёнок может описать эмоциональное состояние (собственное и другого человека), используя эмоциональный словарь и паравербальные способы (громкость, интонация, темп речи). Выражение эмоций в творчестве. Ребёнок выражает эмоции в рисунке, аппликации, через музыку и движение. Понимание причин эмоций. Понимание ситуативной обусловленности эмоций. При обсуждении ситуации (изображения, литературного произведения, личного опыта) ребёнок распознаёт эмоции, делает верные предположения о причинах их возникновения и событиях, предшествующих данной ситуации. Понимание индивидуальных различий в причинах и выражении эмоций. Ребёнок знает, что разные люди в одних и тех же ситуациях могут испытывать разные эмоции; понимает, что разные люди могут по-разному проявлять одни и те же эмоции, учитывает это в поведении. Понимание эмоциональной обусловленности поведения. Ребёнок понимает, что эмоции могут влиять на поведение, делает предположения о том, какое влияние данное эмоциональное состояние может оказать на его поведение в конкретных ситуациях.

2. Владение элементарными навыками саморегуляции. Ребёнок может определить своё эмоциональное состояние и его интенсивность, описать ситуацию, ставшую причиной проявления эмоции; знает несколько способов саморегуляции.

3. Социальное взаимодействие. Коммуникативная компетентность. Установление и поддержание взаимодействия. Ребёнок может установить взаимодействие с детьми разного пола и возраста и взрослыми — родителями, педагогом; способен инициировать и поддержать общение: задавать вопросы с учётом ситуации и особенностей партнёра по общению, реагировать на ответы, отвечать на вопросы. Понимание и социальное прогнозирование. Ребёнок понимает, что другой человек может иначе воспринимать объект, ситуацию, иметь мнение, желания, мысли и т.п., отличные от его собственных, и учитывает это в

поведении; понимает, что люди могут иметь ошибочное мнение о ситуации и строить своё поведение на основании этого мнения. Эмпатия. Эмоциональная поддержка и взаимопомощь. Ребёнок проявляет эмпатию, пытается влиять на эмоциональное состояние другого человека, оказывая эмоциональную поддержку; распознаёт ситуации, в которых человеку нужна помощь, может сделать предположения о том, какая именно помощь требуется, стремится оказать помощь близким; может сам обратиться за помощью к знакомому взрослому или сверстнику, сформулировать свою просьбу. Работа в команде.

Ребёнок знает о необходимости договорённостей и соблюдения правил в совместной деятельности; предлагает варианты взаимодействия, умеет договариваться; выполняет совместные задания в группе. Поведение в конфликтной ситуации. Ребёнок идентифицирует свои эмоции и эмоции другого человека, прогнозирует вероятность возникновения конфликта; делает предположения о причинах возникновения конфликта и возможных способах его разрешения; знает простые способы саморегуляции. Социальная компетентность. Следование формальным правилам поведения. Ребёнок знает формальные правила социального поведения и следует им (приветствие, прощание, извинение, благодарность и т. д.); принимает правила, принятые в семье, школе, и следует им. Принятие многообразия. Ребёнок уважительно относится к многообразию людей, понимает, что у разных людей могут быть различные интересы, предпочтения, мнения; выстраивает отношения в классе на основании общих норм и ценностей.

Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Раздел Тема занятия	Кол-во часов	Форма Проведения занятия	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания	ЭОР/ЦОР
Введение (3 ч)					
1	Тема 1. Знакомство детей в классе, самопрезентация. Здравствуй, это я!	1	Блиц-опрос	реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка	https://teacher.vbudushee.rU/program/2/module/3
2	Тема 2. Психологический климат в классе. Мой класс — это место, где мне	1	Выставка рисунков	установление доверительных отношений между учителем и его учениками	https://teacher.vbudushee.rU/program/2/module/3
3	Тема 3. Нормы и правила в группе. Правила нашего класса.	1	Свод правил	- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников - включение в урок игровых процедур.	https://teacher.vbudushee.rU/program/2/module/3
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч)					
4	Тема 4. Многообразие эмоций. Сад души.	1	Записи с наклейками в тетради	регулирование поведения обучающихся	https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
5	Тема 5. Причины возникновения и способы выражения радости. Почему мы радуемся.	1	Игра Рисунки	-организация форм индивидуальной и групповой учебной деятельности - применение на уроке	https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
6	Тема 5. Причины возникновения и способы выражения радости. Как мы радуемся.	1	Записи с наклейками в тетради		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3

7	Тема 6. Причины возникновения и способы выражения грусти. Почему и как мы грустим.	1	Игра с карточками	интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников	https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
---	--	---	-------------------	---	---

8	Тема 7. Причины возникновения и способы выражения злости. Почему и как мы злимся.	1	Игра с карточками	включение в урок игровых процедур Моделирование ситуаций для выбора поступка обучающимися организация форм индивидуальной и групповой учебной деятельности реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка	https://teacher.vbudushee.rU/program/2/module/3
9	Тема 8. Причины возникновения и способы выражения страха. Почему и как мы боимся.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.rU/program/2/module/3
10	Тема 9. Причины возникновения и способы выражения интереса. Интерес и как мы его проявляем.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
11	Тема 10. Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей. Разные эмоции и их причины.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
12	Тема 11. Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека. Разные люди — разные эмоции.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
13	Тема 12. Интенсивность эмоций. Разные эмоции и их сила.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (8ч)					
14	Тема 13. Модальность эмоций. Приятные и неприятные эмоции.	1	Палитра эмоций	развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции привлечение внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности - побуждение школьников	https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
15	Тема 14. Влияние эмоций на поведение. Как эмоции влияют на поведение.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
16	Тема 15. Выражение эмоций, основы саморегуляции. Эмоции, которые хочется спрятать.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
17	Тема 16. Влияние злости на поведение. Основы управления злостью. Когда злость бывает полезной?	1	Игра с карточками		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3

18	Тема 17. Конструктивные способы выражения злости. Основы саморегуляции. Как не лопнуть от злости?	1	Игра с карточками	соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими и сверстниками, принципы учебной дисциплины и самоорганизации;	https://teacher.vbudushee.rU/program/2/module/3
19	Тема 18. Значение эмоции страха в жизни человека. Когда страх помогает, а когда мешает?	1	Игра с карточками		https://teacher.vbudushee.rU/program/2/module/3
20	Тема 19. Управление страхом. Основы саморегуляции. Как справиться со страхом.	1	Игра с карточками		https://teacher.vbudushee.rU/program/2/module/3
21	Тема 20. Элементарные навыки саморегуляции. По волнам эмоций.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
Раздел 3. Социальное взаимодействие (12 ч)					
22	Тема 21. Сходства и различия в группе. Общение в мире различий. Что, если ты не похож на меня?	1	Взаимодействие в разыгранной ситуации	регулирование поведения обучающихся -организация форм индивидуальной и групповой учебной деятельности применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников включение в урок игровых процедур - моделирование ситуаций для выбора поступка	https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
23	Тема 22. Согласованность в совместной работе. Как работать вместе.	1	Записи с наклейками в тетради		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
24	Тема 23. Важность умения слушать другого человека. Как услышать другого.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
25	Тема 24. Децентрации. Понимание ментальных состояний и неверных мнений. Как понять другого.	1	Палитра эмоций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
26	Тема 25. Эмпатия, сочувствие и сопереживание. Как понять, что человеку нужна	1	Записи с наклейками в тетради		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3

27 28	Тема 26. Эмпатия, элементарные навыки оказания эмоциональной поддержки. Как поддержать другого.	2	Разыгрывание ситуаций	обучающимися - организация форм индивидуальной и групповой учебной деятельности - реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка привлечение внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности	https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
29	Тема 27. Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях.	1	Разыгрывание ситуаций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
30	Тема 28. Умение обратить внимание других на свои потребности, попросить о помощи. Как попросить о помощи.	1	Разыгрывание ситуаций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
31 32	Тема 29. Сложные ситуации в общении и способы их разрешения. Как решать конфликты.	2	Разыгрывание ситуаций		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3
33	Тема 30. Осознание изменений за время первого года обучения. Мотивация к саморазвитию. Мои достижения и планы.	1	Презентация достижений		https://teacher.vbudushee.ru/program/2/module/3

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия, раздела	Кол-во часов	Дата
Введение (3ч)			
	Тема 1. Знакомство детей в классе, самопрезентация. Здравствуйте, это я!	1	02.09.2026
	Тема 2. Психологический климат в классе. Мой класс — это место, где мне хорошо.	1	09.09.2026
	Тема 3. Нормы и правила в группе. Правила нашего класса.	1	16.09.2026
Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций (10 ч)			
	Тема 4. Многообразие эмоций. Сад души.	1	23.09.2026
	Тема 5. Причины возникновения и способы выражения радости. Почему мы радуемся.	1	30.09.2026
	Тема 5. Причины возникновения и способы выражения радости. Как мы радуемся.	1	07.10.2026
	Тема 6. Причины возникновения и способы выражения грусти. Почему и как мы грустим.	1	14.10.2026
	Тема 7. Причины возникновения и способы выражения злости. Почему и как мы злимся.	1	21.10.2026
	Тема 8. Причины возникновения и способы выражения страха. Почему и как мы боимся.	1	11.11.2026
	Тема 9. Причины возникновения и способы выражения интереса. Интерес и как мы его проявляем.	1	18.11.2026
	Тема 10. Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей. Разные эмоции и их причины.	1	25.11.2026
	Тема 11. Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека. Разные люди — разные эмоции.	1	02.12.2026
	Тема 12. Интенсивность эмоций. Разные эмоции и их сила.	1	09.12.2026
Раздел 2. Эмоциональная регуляция (8 ч)			
	Тема 13. Модальность эмоций. Приятные и неприятные эмоции.	1	16.12.2026

	Тема 14. Влияние эмоций на поведение. Как эмоции влияют на поведение.	1	23.12.2026
	Тема 15. Выражение эмоций, основы саморегуляции. Эмоции, которые хочется спрятать.	1	30.12.2026
	Тема 16. Влияние злости на поведение. Основы управления злостью. Когда злость бывает полезной?	1	13.01.2027
	Тема 17. Конструктивные способы выражения злости. Основы саморегуляции. Как не лопнуть от злости?	1	20.01.2027
	Тема 18. Значение эмоции страха в жизни человека. Когда страх помогает, а когда мешает?	1	27.02.2027
	Тема 19. Управление страхом. Основы саморегуляции. Как справиться со страхом.	1	03.01.2027
	Тема 20. Элементарные навыки саморегуляции. По волнам эмоций.	1	10.02.2027
Раздел 3. Социальное взаимодействие (12 ч)			
	Тема 21. Сходства и различия в группе. Общение в мире различий. Что, если ты не похож на меня?	1	24.02.2027
	Тема 22. Согласованность в совместной работе. Как работать вместе.	1	03.03.2027
	Тема 23. Важность умения слушать другого человека. Как услышать другого.	1	10.03.2027
	Тема 24. Децентрации. Понимание ментальных состояний и неверных мнений. Как понять другого.	1	17.03.2027
	Тема 25. Эмпатия, сочувствие и сопереживание. Как понять, что человеку нужна поддержка.	1	24.03.2027
27. 28.	Тема 26. Эмпатия, элементарные навыки оказания эмоциональной поддержки. Как поддержать другого.	2	05.04.2027
			12.04.2027
	Тема 27. Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях. Как помочь другому.	1	19.04.2027

	Тема 28. Умение обратить внимание других на свои потребности, попросить о помощи. Как попросить о помощи.	1	26.04.2027
31. 32.	Тема 29. Сложные ситуации в общении и способы их разрешения. Как решать конфликты.	2	10.05.2027
	Тема 30. Осознание изменений за время первого года обучения. Мотивация к саморазвитию. Мои достижения и планы.	1	24.05.2027
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ			33

**Лист корректировки Рабочей программы по курсу внеурочной деятельности
«Школа возможностей»**

[illegible]

**Система оценки достижения планируемых предметных результатов курса
внеурочной деятельности
«Школа возможностей»**

Формы контроля: беседа, наблюдение.

Критерии оценивания:

1-й уровень (1—3 балла) — не пытается проявлять оцениваемый навык / пытается, но ничего не получается;

2-й уровень (4—7 баллов) — нерегулярно применяет оцениваемый навык / показывает средний (нерегулярный) результат;

3-й уровень (8—10 баллов) — регулярно и успешно применяет оцениваемый навык.