

Приложение 15
к ООП НОО, утверждено приказом
МБОУ «Школа № 24»
от 29.08.2024 № 295-О

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Эмоциональный интеллект»**

Возраст обучающихся: 8-9 лет

Срок обучения: 1 год

Нижний Новгород

2024 год

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе программы «Социально-эмоциональное развитие младших школьников», разработанной совместно с Федеральным научно-методическим центром в области психологии и педагогики толерантности в рамках реализации Программы по развитию личностного потенциала Благотворительного фонда «Вклад в будущее».

Программа соответствует задачам в сфере образования, обозначенным в Указе Президента России № 204 от 7 мая 2018 года, а также Федеральным государственным образовательным стандартам. Авторами концепции является группа отечественных учёных под руководством доктора психологических наук, профессора Института психологии РАН Елены Алексеевны Сергиенко.

Программа курса, с одной стороны, адаптирована к процессу обучения в школе, а с другой — она совместно с образовательной средой, оказывает положительное влияние на детей, родителей, педагогов.

Актуальность программы

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. Программа позволяет целенаправленно обучать детей внимательному и

уважительному отношению к эмоциям, саморегуляции, взаимопониманию, использованию эмоций при выстраивании взаимодействия.

Программа основывается на *теории эмоционального интеллекта* (Дж Мэйер, П. Соловей, Д. Карузо), *теории модели психического* (The Theory of Mind), а также на *теории деятельности*. Важным основанием программы является *междисциплинарный подход*, который позволяет рассматривать развитие личности ребёнка в единстве его эмоционально-личностных, познавательных и поведенческих качеств.

Культурно-историческая концепция Л. С. Выготского даёт основания для понимания особенностей социального окружения, целей и задач на каждом конкретном этапе развития. Согласно теории деятельности, развитие осуществляется в активном взаимодействии ребёнка с окружающими людьми, предметами, социальной и естественной средой, он обучается и воспитывается в процессе деятельности.

Субъектный подход предполагает учёт индивидуальных особенностей ребёнка и его непосредственное участие в процессе обучения и воспитания. Ребёнок является не объектом обучения и воспитания, а его субъектом.

Теория модели психического, или *модель психического состояния*, — это 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.

Теория эмоционального интеллекта (Дж Мэйер, П. Соловей, Д. Карузо) исходит из единства эмоций и интеллекта. Под эмоциональным интеллектом обычно понимают 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

данной теории, выделяются следующие **составляющие эмоционального интеллекта:**

Восприятие и идентификация эмоций — способность распознавать свои эмоции и эмоции других людей.

Понимание эмоций — умение определять причины возникновения эмоций, видеть связь между мыслями, поведением и эмоциями, предугадывать, как изменится эмоциональное состояние в ближайшее время, понимать сложные эмоции и чувства (свои и других людей).

Использование эмоций — способность задействовать эмоции для решения повседневных задач, при выстраивании взаимоотношений с окружающими людьми.

Управление эмоциями — умение регулировать своё эмоциональное состояние и интенсивность проявления эмоций; оказывать влияние на эмоциональное состояние других людей.

Программа рассчитана на работу с младшими школьниками 2 классов. Она имеет спиральную структуру — тематические разделы сохраняются на обоих ступенях обучения, постепенно расширяясь и углубляясь. В процессе реализации программы дети учатся понимать себя, с уважением относиться к своему эмоциональному миру и эмоциям других людей, понимать и принимать свои ощущения и управлять ими, строить на основе этого понимания отношения с другими людьми и окружающим миром.

Цель программы: Способствовать социально-эмоциональному развитию детей младшего школьного возраста.

Задачи программы:

- 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.

Общая характеристика программы курса внеурочной деятельности

Основой программы является самопознание и получение опыта идентификации базовых эмоций, которые изучались в дошкольном возрасте (радость, грусть, злость, страх, удивление, интерес). В начале первого года обучения по программе курса актуализируются знания детей о базовых эмоциях, создается атмосфера, в которой эмоции становятся предметом внимания и обсуждения. В дальнейшем расширяется базовый спектр эмоций, в словарь включаются дифференцированные эмоции.

В младшем школьном возрасте постепенно преодолевается эгоцентризм, происходит децентрация (отделение собственной точки зрения от позиции другого человека). Это позволяет использовать в программе задания, предполагающие анализ возможных мотивов поведения и переживаний других людей. На этом этапе программа позволяет работать над развитием способности учитывать чувства и намерения других людей, устанавливать связь между чувствами и поведением. Занятия предполагают беседу с детьми о том, что и в каких ситуациях они

чувствуют, обсуждать, почему это происходит, говорить о возможности выбора того или иного поведения. Поэтому в программу включён анализ проблемных и конфликтных ситуаций, мотивов поведения и разных точек зрения.

Неотъемлемой частью занятий является развитие способности младших школьников к эмпатии — сопереживанию и сочувствию эмоциональному состоянию другого человека. Огромное значение для детей приобретает установление и сохранение хороших отношений со сверстниками. В этом возрасте переплетены добрые отношения и соперничество: с одной стороны, ребёнок хочет «быть как все», с другой — «быть лучше всех». По мере адаптации к новым условиям происходит групповая дифференциация в классе, появляются лидеры и менее популярные ученики. Отдельный раздел программы посвящён взаимодействию младших школьников и развитию их коммуникативных навыков. В программу также включены разные способы выражения эмоций: рисование, создание аппликаций, проигрывание ситуаций, выражение эмоций через движение и др. Стойкие позитивные изменения возможны лишь при совместных усилиях всех участников обучения и развития ребёнка, поэтому к работе должны активно подключаться родители.

Принципы построения и реализации программы

Полнота. Программа для младших школьников является полным курсом, рассчитанным на интеграцию в образовательный и воспитательный процесс в течение двух лет.

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

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

Индивидуальный подход. Педагог может адаптировать программу под индивидуальные особенности ребёнка, создавать для него индивидуальную

траекторию освоения материала в зависимости от уровня овладения отдельными составляющими 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 эмоциональному развитию младших школьников.

Место курса внеурочной деятельности

Курс внеурочной деятельности является обязательным для изучения и преподаётся в начальной школе во 2 классе включительно, не менее 1 академического часа в неделю. Общее количество — не менее 34 часов.

Содержание программы курса внеурочной деятельности

«Эмоциональный интеллект»

2 класс (34 часа)

Введение. Знакомство и самопрезентация учеников в классе, создание благоприятных условий для совместной работы, определение правил взаимодействия.

Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций.

Раздел включает в себя идентификацию эмоций, их выражение и понимание причин. В первый год изучаются пять базовых эмоций: радость, злость, грусть, страх и интерес. Занятия направлены на развитие не только представлений о

разных эмоциональных выражениях, но и способности их произвольно изобразить. Ещё одной задачей этого раздела является развитие у детей восприятия и понимания эмоций в ситуативном контексте, без опоры на мимику. Знакомясь с типовыми ситуациями, которые могут вызвать ту или иную эмоцию, дети учатся прогнозировать эмоции других людей и понимать зависимость эмоций от ситуации. Занятия этого раздела также содержат материал, отражающий индивидуальные особенности в переживании и выражении эмоций и их силы.

Раздел 2. Эмоциональная регуляция.

Занятия данного раздела способствуют формированию представлений у детей о приятных и неприятных эмоциях, их значении в жизни человека. Установка на подавление неприятных или социально осуждаемых эмоций заменяется формированием умений саморегуляции и пониманием необходимости управления собственными эмоциями. Дети учатся осознавать эмоциональную обусловленность поведения, делать предположения о том, как разные эмоции могут влиять на поведение, применять элементарные приёмы саморегуляции. Особое внимание уделяется управлению такими эмоциями, как страх и злость.

Раздел 3. Социальное взаимодействие.

Данный раздел посвящён формированию принятия многообразия и уважения индивидуальности человека. Занятия направлены на развитие коммуникативной компетентности: умения слушать и понимать других людей, работать в команде, решать конфликты, помогать другим и самому просить о помощи. Особое внимание отводится изучению возможностей влияния на эмоциональное состояние других людей посредством оказания эмоциональной поддержки.

Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности «Эмоциональный интеллект»

Личностные результаты

Учащиеся получают возможность для формирования:

-уважительного отношения к мнению другого человека;

- начальных навыков адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Метапредметные результаты

Учащиеся получают возможность научиться:

- применять начальные формы познавательной и личностной рефлексии; - использовать речевые средства для решения коммуникативных и познавательных задач;
- слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и право каждого человека иметь своё мнение;
- излагать свою позицию и аргументировать собственную точку зрения и оценку событий;
- определять общую цель и пути её достижения;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- конструктивно разрешать конфликты с помощью сотрудничества, учитывая интересы всех участников.

Предметные результаты

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

Восприятие и понимание причин эмоций

Идентификация 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.

-Ребёнок верно определяет эмоции (злость, страх, интерес, грусть, радость) по позе человека, его жестам и движениям, может сопоставить действия и эмоции.

-Ребёнок различает эмоции (радость, грусть, злость, страх, интерес) в речи по названию, интонации, громкости, темпу.

-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).

-Ребёнок верно определяет эмоциональное содержание высказываний, понимает и использует в речи слова, связанные с эмоциями и эмоциональными состояниями.

Выражение эмоций:

-Ребёнок правильно выражает эмоции с помощью мимики, жестов, поз, движений.

-Ребёнок может описать эмоциональное состояние (собственное и другого человека), используя эмоциональный словарь и паравербальные способы (громкость, интонация, темп речи).

-Ребёнок выражает эмоции в рисунке, аппликации, через музыку и движение.

Понимание причин эмоций:

-При обсуждении ситуации (изображения, литературного произведения, личного опыта) ребёнок распознаёт эмоции, делает верные предположения о причинах их возникновения и событиях, предшествующих данной ситуации.

-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.

Эмоциональная регуляция

-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.

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

Социальное взаимодействие

Коммуникативная компетентность:

-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.

-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.

-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.

-Ребёнок знает о необходимости договорённостей и соблюдения правил в совместной деятельности; предлагает варианты взаимодействия, умеет договариваться; выполняет совместные задания в группе.

-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:

-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.

-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.

Оценка результатов освоения программы курса

Оценка результатов усвоения программы проводится в целях выявления индивидуальных особенностей детей и содействия раскрытию потенциала каждого ребёнка. В ходе каждого занятия педагогу необходимо использовать технологию наблюдения, быть внимательным к прогрессу каждого ребёнка, его изменениям и достижениям. В начале учебного года по результатам наблюдения определяется зона образовательных потребностей каждого ребёнка. В конце года на основе результатов промежуточной аттестации делаются выводы о степени удовлетворения образовательных потребностей детей и динамике в развитии их умений. Основным инструментом текущего оценивания является структурированное наблюдение за детьми как в ходе занятий, так и в остальное время. Объектом наблюдения являются компетенции и блоки компетенций программы социально-эмоционального развития

1. Восприятие и понимание причин эмоций.

Идентификация эмоций.

Выражение эмоций.

Понимание причин эмоций.

2. Эмоциональная регуляция.

Понимание эмоциональной обусловленности поведения.

Владение элементарными навыками саморегуляции.

3. Социальное взаимодействие.

Коммуникативная компетентность.

Социальная компетентность.

Оценка ученика проводится по 10-балльной шкале, которая соответствует трём уровням:

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.

Педагогу не следует делить учащихся на сильных, средних и слабых по итоговой сумме баллов. Суммарные усреднённые оценки предназначены для оценки эффективности программы, а не личности ребёнка.

Дети с *высоким уровнем развития* компетенции, с одной стороны, имеют высокие образовательные потребности, с другой — могут являться ресурсными ролевыми моделями для остальных детей в классе. При организации групповой работы целесообразно включать их в группы с детьми, в меньшей степени овладевшими соответствующими умениями. Однако педагогу следует внимательно следить за тем, чтобы эти ученики не брали на себя выполнение всей групповой работы. При организации обсуждений детям с высоким уровнем развития данной компетенции следует предлагать более сложные вопросы и давать возможность высказаться после остальных учащихся.

Дети со *средним уровнем развития* компетенции составляют наиболее многочисленную группу в классе. Важно помнить о том, что именно такие дети чаще всего попадают в «слепую зону» для педагога, что влечёт за собой риск упущения их образовательных потребностей. Поэтому педагог должен уделить особое внимание детям со средним уровнем развития компетенции, подходить к ним настолько дифференцированно, насколько это возможно.

Дети, показавшие *низкий уровень развития* данной компетенции, имеют соответственно низкие образовательные потребности. Для них важно создать

комфортные и безопасные условия, соответствующие их зоне ближайшего развития, чтобы помочь таким детям достичь максимального прогресса вместе со взрослым и с другими детьми. Педагогу необходимо продумать систему совместных действий с родителями таких детей, чтобы создать развивающую среду не только в образовательном учреждении, но и дома.

Подведение итогов реализации программы проводится по результатам промежуточной аттестации обучающихся на контрольном занятии в форме устного индивидуального опроса (УИО).

Тематическое планирование

2 класс (34 часа)

№	Тема, раздел курса	Программное содержание	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся.
1	Введение. 3 часа	Знакомство детей в классе, самопрезентация.	Каждое занятие начинается с самодиагностики «Моё настроение».
		Психологический климат в классе.	В каждом занятии есть активность «Лучшее задание.
		Нормы и правила в группе.	На каждом занятии ученики выполняют индивидуальную
2	Раздел 1. Восприятие и понимание причин эмоций. 10 часов	Многообразие эмоций.	работу в тетрадях: делают рисунок, дополняют предложенное изображение.
		Причины и способы выражения радости.	В тетрадях выполняют
		Почему мы радуемся.	здания, в которых надо
		Как мы радуемся	вставить пропущенные слова, закончить предложения,
		Причины и способы выражения грусти.	ответить на вопросы.
		Причины и способы	

		выражения злости.	На занятиях педагог читает детям тексты, на основе которых в дальнейшем организуется обсуждение или другая форма работы. В пособии эти тексты могут быть приведены полностью или даны указания, где их можно прочитать. На каждом занятии используются задания, направленные на организацию совместной деятельности в парах или группах. Ученики выполняют задания, предполагающие совместное обсуждение ситуаций. В классе удобнее работать в группах по четыре человека. Выполняются задания, направленные на организацию совместной деятельности ребёнка со взрослым в семье. Такие задания включены в структуру каждого занятия. Он способствуют созданию для ребёнка развивающей
		Причины и способы выражения страха	
		Причины и способы выражения интереса.	
		Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей	
		Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека	
		Интенсивность эмоций.	
3	Раздел 2 Эмоциональная регуляция. 8 часов	Модальность эмоций.	
		Влияние эмоций на поведение.	
		Выражение эмоций, основы саморегуляции	
		Влияние злости на поведение. Основы управления злостью.	
		Конструктивные способы выражения злости. Основы саморегуляции	
		Значение эмоции «страх».	
		Управление страхом.	

		Основы саморегуляции.	среды, но не являются
		Элементарные навыки саморегуляции	обязательными для выполнения, а носят
4	Раздел 3. Социальное взаимодействие. 12 часов	Сходство и различия в группе. Общение в мире различий.	рекомендательный характер. Ученики выполняют задания, связанные с разными
		Согласованность в совместной работе.	формами игровой деятельности: ролевые,
		Важность умения слушать другого человека	симуляционные игры и упражнения, двигательные практики, эмоциональная гимнастика и др.
		Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений.	Ученики выполняют задания, при проведении которых используются карточки
		Эмпатия, сочувствие и сопереживание	игрового комплекта «Палитра эмоций».
		Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки	Выполняют задания, направленные на знакомство или отработку практических упражнений на
		Эмпатия. Как поддержать другого.	саморегуляцию или коммуникативных техник, которые дети и родители
		Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях	могут использовать в повседневной жизни.
		Умение обратить внимание других на свои потребности,	Выполняют задания в рубрике «Словарь эмоций».

		попросить о помощи.	
		Сложные ситуации в общении.	
		Способы разрешения сложных ситуаций.	
		Осознание изменений, произошедших за учебный год. Мотивация к саморазвитию.	
5	Резервный урок	Обобщение пройденного.	

Учебно-методическое обеспечение

- ✓ Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы / Е.А.Сергиенко, Т. Д. Марцинковская, Е. И. Изотова, Е. И. Лебедева, А. Ю. Уланова, Е. И. Дубровская. Благотворительный фонд «Вклад в будущее», ООО «Корпорация «Российский учебник», 2019
- ✓ Социально-эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста. Методическое пособие / А. В. Макаrchук, Е. В. Горинова, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка. Благотворительный фонд «Вклад в будущее», ООО «Корпорация «Российский учебник», 2019
- ✓ «Обо мне и для меня». Рабочая тетрадь / А. В. Макаrchук, М. И. Катеева, Н. Е. Рычка. Благотворительный фонд «Вклад в будущее», ООО «Корпорация «Российский учебник», 2019

Материально-техническое обеспечение

- ✓ Компьютер
- ✓ Проектор
- ✓ Принтер

- ✓ «Палитра эмоций» Игровой комплект. /И А Дворецкая, А В Макарчук, Н Е Рычка, О Е Хухлаев. Благотворительный фонд «Вклад в будущее», ООО «Корпорация «Российский учебник», 2019

Календарно-тематическое планирование

2 класс

№	тема	Количество часов
1	Знакомство детей в классе, самопрезентация.	1
2	Психологический климат в классе.	1
3	Нормы и правила в группе.	1
4	Многообразие эмоций.	1
5	Причины и способы выражения радости. Почему мы радуемся.	1
6	Как мы радуемся	1
7	Причины и способы выражения грусти.	1
8	Причины и способы выражения злости.	1
9	Причины и способы выражения страха	1
10	Причины и способы выражения интереса.	1
11	Уникальность и многообразие эмоциональных реакций людей	1
12	Индивидуальные особенности в эмоциональной сфере человека	1
13	Интенсивность эмоций	1
14	Модальность эмоций.	1
15	Влияние эмоций на поведение.	1
16	Выражение эмоций, основы саморегуляции	1

17	Влияние злости на поведение. Основы управления злостью.	1
18	Конструктивные способы выражения злости. Основы саморегуляции	1
19	Значение эмоции «страх».	1
20	Управление страхом. Основы саморегуляции.	1
21	Элементарные навыки саморегуляции	1
22	Сходство и различия в группе. Общение в мире различий.	1
23	Согласованность в совместной работе.	1
24	Важность умения слушать другого человека	1
25	Децентрация. Понимание ментальных состояний и неверных мнений.	1
26	Эмпатия, сочувствие и сопереживание	1
27	Эмпатия, навыки оказания эмоциональной поддержки	1
28	Эмпатия. Как поддержать другого.	1
29	Ценность взаимопомощи в дружеских отношениях	1
30	Умение обратить внимание других на свои потребности, попросить о помощи.	1
31	Сложные ситуации в общении.	1
32	Способы разрешения сложных ситуаций.	1
33	Осознание изменений, произошедших за учебный год. Мотивация к саморазвитию.	1
34	Обобщение пройденного. Промежуточная аттестация.	1
	Всего:	34