

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ "ЛИДЕРЫ-М"



СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
Протокол № 001 от 26.08 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор «ЛИДЕРЫ-М» С.Ю. Шилкин /
Приказ № 001 от 26.08 2026 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Азбука общения»
для обучающихся 1 классов

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Азбука общения» для 1-х классов разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Федеральной образовательной программы начального общего образования.

Уроки русского языка и литературного чтения закладывают теоретическую базу (знание букв, слов, правил чтения, основ построения предложений) обучающихся 1 класса, однако у первоклассников часто наблюдается разрыв между знанием языковых норм и умением применить их в реальной коммуникации. Кроме того, начало школьного обучения сопряжено с высоким уровнем тревожности, языковым барьером и трудностями социальной адаптации.

Данный курс призван устранить этот разрыв через системную игровую, тренинговую и практико-ориентированную деятельность во внеурочное время.

Цель программы: создание условий для практической отработки речевых и социальных навыков первоклассников, обеспечивающих успешную коммуникацию, позитивную социализацию и эмоциональное благополучие ребёнка в окружающей среде.

Программа курса направлена на решение следующих задач:

преодоление языкового барьера и развитие уверенности в себе. Формирование у первоклассника готовности вступать в диалог, не боясь ошибиться; развитие позитивной самооценки речевых способностей; отработка ситуаций «Я говорю — меня слушают». |

освоение норм речевого этикета и культуры общения. Практическое усвоение формул приветствия/прощания, благодарности, извинения, обращения к сверстнику и взрослому; развитие интонационной выразительности и невербальных средств общения. |

развитие эмпатии, способности понимать эмоциональное состояние других и конструктивно разрешать конфликты. Обучение распознаванию эмоций по мимике, жестам, голосу; отработка алгоритмов мирного решения споров («я-сообщения», правило «стоп», предложение выхода). |

адаптация ребенка в социуме и развитие навыков сотрудничества. Формирование умения работать в паре, малой группе, договариваться, распределять роли, слышать партнёра; снижение школьной тревожности через опыт позитивного взаимодействия.

Предлагаемый курс полностью соответствует рекомендации ФОП НОО о необходимости практической отработки речевых и социальных навыков первоклассников, формируемых на уроках русского языка и литературного чтения, и решает заявленные задачи по преодолению языкового барьера, освоению этикета, развитию эмпатии и социальной адаптации.

Формы проведения занятий: коммуникативные игры, речевые ситуации (кейсы), тренинговые упражнения, игры-драматизации, проектные минутки.

Программа данного курса предназначена для учащихся 1-х классов и рассчитана на 1 год обучения: в 1 классе – 29 часов.

Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс

Раздел 1 «Что я знаю о себе».

Цель раздела: первичная рефлексия, уверенное самопредъявление в речи, знакомство со своими желаниями и границами.

1.1. «Моё имя — моё сокровище». Деятельность на занятии: Игра «Назови соседа ласково». Упражнение «Моё имя звучит...» (закончить фразу). Ситуация «Как попросить называть меня так, как я люблю»: «Пожалуйста, зови меня...».

1.2. «Какой я? Слова-помощники». Деятельность на занятии: Круг «Один факт обо мне» («Я умею...», «Я люблю...»). Игра с мячом «Подбери слово» («Я весёлый, когда...»). Рисунок «Я — солнышко / Я — котёнок» с устным описанием (1-2 признака).

1.3. «Мои желания и «нехотелки». Деятельность на занятии: Упражнение «Мешочек желаний» («Сегодня я хочу...»). Тренинг «Я имею право отказаться» (ситуации: отдать игрушку, пойти туда, где страшно). Отработка фраз: «Нет, спасибо», «Я не хочу, давай по-другому».

1.4. «Мои чувства: узнаю, называю, показываю». Деятельность на занятии: Игра «Зеркало эмоций» (радость, грусть, удивление, злость, страх). Речевое упражнение «Когда я...» («Когда я радуюсь, я говорю...»). Микросценка «У меня болит живот / Я обиделся» — сообщаем о состоянии словом.

Раздел 2 «Я и другие».

Цель: формирование умений диалога, сотрудничества, распознавания эмоций другого, конструктивного разрешения конфликтов.

2.1. «Учусь смотреть и видеть другого». Деятельность на занятии: Игра «Что изменилось?» (внешность соседа). Упражнение «Мой сосед слева» (рассказ о соседе). Речевая ситуация «Как попросить внимания»: «Саша, посмотри на меня, пожалуйста».

2.2. «Чужие чувства. Угадай и отреагируй». Деятельность на занятии: Игра «Угадай эмоцию» (фото/пиктограммы). Тренинг «Что я скажу?» (девочка упала и плачет: «Тебе больно? Помочь?»). Ролевая игра «Зеркало чувств».

2.3. «Волшебные слова для другого». Деятельность на занятии: Игра «Вежливый автобус» (попросить место, поблагодарить, извиниться). Упражнение «Комплимент по кругу». Карточки «Какое слово потерялось?» (вставка вежливых слов).

2.4. «Вместе — не страшно. Как договориться в паре». Деятельность на занятии: Игра «Рисуем вдвоём» (один лист, два фломастера). Упражнение «Я начинаю, ты продолжаешь». Речевой тренинг «Фразы-мостики»: «А что думаешь ты?», «Давай сделаем так», «Согласен?».

2.5. «Конфликт: учимся мириться словами». Деятельность на занятии: Разбор детской ситуации (игрушку не поделили). Тренинг «Мирная фраза вместо драки» («Мне обидно, когда...», «Давай не ссориться», «Прости, я был неправ»). Игра «Мы поссорились — давайте помиримся».

Раздел 3 «Я и социум».

Цель: формирование социально-бытовой речевой компетентности через моделирование ситуаций в общественных местах.

3.1. «Я в транспорте». Деятельность на занятии: Ролевая игра «Входим в автобус» (очередь, пропустить старшего). Отработка фраз: «Передайте, пожалуйста, на проезд», «Вы выходите?», «Садитесь, пожалуйста», «Помогите, я потерялся».

3.2. «Телефонный разговор». Деятельность на занятии: Игра «Позвони другу» (приветствие, цель звонка, завершение). Тренинг «Важный звонок» (маме на работу, 112 — учебный). Упражнение «Что нельзя говорить по телефону с чужим».

3.3. «Я в поликлинике». Деятельность на занятии: Ролевая игра «В регистратуре» («Здравствуйте, мне нужно взять талон...»). Ситуация «На приёме у врача» («У меня болит горло», «Мне больно глотать»). Эмпатия: «Что чувствует другой пациент в очереди?».

3.4. «Я в кафе». Деятельность на занятии: Рассматривание меню. Ролевая игра «Я посетитель кафе» («Здравствуйте, можно меню?», «Мне, пожалуйста, сок и пирожок», «Извините, я заказывал не это», «Спасибо, было вкусно»).

3.5. «Я в магазине». Деятельность на занятии: Ролевая игра «В продуктовом магазине»: спросить у продавца («Подскажите, пожалуйста, где молоко?»), диалог с кассиром («Здравствуйте. Вот это, пожалуйста. Сколько стоит?»). Игра «Что сказать, если денег не хватило?».

3.6. «Я в кинотеатре». Деятельность на занятии: Беседа «Как вести себя в кинотеатре». Ролевая игра «Покупаем билет» («Один детский билет на мультфильм...»). Ситуация «Ищем своё место» («Извините, это 5-й ряд?»). Игра-эмпатия «Что чувствует зритель, если сосед шумит?».

Раздел 4 «Мир эмоций и чувств» (углублённый блок).

Цель: точное называние эмоций, управление чувствами через речь, развитие эмпатии.

4.1. «Азбука настроений». Деятельность на занятии: Игра «Эмоциональное лото» (радость, печаль, удивление, злость, страх, спокойствие). Речевое упражнение «Лицо говорит...», «Голос говорит...». Угадай эмоцию по интонации.

4.2. «Как злость становится другом». Деятельность на занятии: Обсуждение: злость — это плохо? (нет, это сигнал). Правило: «Я злюсь, но я хороший». Тренинг «Кармашек для злости» (нарисовать, скомкать, выбросить). Фразы: «Я злюсь, потому что...», «Я не буду драться, я скажу словами».

4.3. «Коробка страха и смелость сказать». Деятельность на занятии: Рисование страха, «запечатывание» в коробку. Речевой тренинг: «Мне страшно, но я скажу об этом». Отработка фраз для страхов: «Боюсь отвечать у доски», «Боюсь, что засмеют». Алгоритм поддержки: «Я с тобой, не бойся».

4.4. «Грусть и обида. Как утешить себя и другого». Деятельность на занятии: Игра-эмпатия «Найди грустного». Составление «Сундучка утешения» (карточки со словами: «Всё наладится», «Я с тобой», «Поплачь, это помогает»). Ролевая игра «Кого-то обидели — я подхожу и говорю...».

Раздел 5 «Что такое хорошо, что такое плохо».

Цель: формирование первичных нравственных представлений и умения выражать их в речи.

5.1. «Хорошие и плохие поступки». Деятельность на занятии: Анализ знакомых сказок («Колобок ушёл без спроса — это хорошо или плохо?»). Игра с карточками «Хорошо — Плохо» (с обоснованием «потому что...»). «Закончи фразу»: «Хорошо, когда...», «Плохо, когда...».

5.2. «Добрые слова и добрые дела». Деятельность на занятии: Повторение вежливых слов как проявления добра. Тренинг «Волшебное слово в деле» (мама устала, другу грустно — что сказать?). Упражнение «Добрый поступок глазами другого» (эмпатия). «Ладощка доброты» (рисунок доброго дела).

5.3. «Правда и ложь. Как сказать правду, даже если страшно». Деятельность на занятии: Сказкотерапия (В. Осеева). Тренинг «Как сказать правду»: разбил чашку («Мама, прости, я нечаянно»), получил двойку («Я не выучил, мне стыдно»). Упражнение «Что я чувствую, когда врут мне».

5.4. «Драться или договариваться? + Мои права в разговоре». Деятельность на занятии: Актуализация фраз вместо кулаков из раздела 2. Ролевая игра «Конфликт на перемене» (без драк, только слова). Рефлексия «Мои руки не дерутся, они...». Блок «Мои права»: право сказать «нет», право передумать, право на паузу («Я подумаю и отвечу позже»).

Раздел 6 «Я учусь учиться: школа без страха».

Цель: адаптация к школьной учебной ситуации, преодоление страха ошибки и страха спросить.

6.1. «Я умею слушать и слышать?». Деятельность на занятии: Игры на слушание (испорченный телефон, выполнение инструкций из 2-3 шагов). Речевые формулы: «Повтори, пожалуйста», «Я не расслышал», «Ты сказал...?».

6.2. «Как сказать: «Я не понял». Как попросить объяснить ещё раз». Деятельность на занятии: Преодоление страха «показаться глупым». Отработка фраз-спасателей: «Извините, я не понял. Можно ещё раз?», «А что значит это слово?», «Покажите, пожалуйста, ещё раз». Ситуация «Я забыл дома ручку — как попросить?».

6.3. «Ошибка — это не конец света». Деятельность на занятии: Обсуждение страха ошибки. Упражнение «Копилка ошибок» (Дисней увольняли, Менделеев двойки получал). Правило: «Ошибаться — это нормально». Речевой тренинг: «Я ошибся, но я исправлюсь», «Спасибо, что заметил ошибку». Как отреагировать на чужое мнение: «Спасибо за честность», «Я учту замечание».

Раздел 7 «Мы вместе».

Цель: формирование навыков коллективного взаимодействия, взаимопомощи и итоговая рефлексия курса.

7.1. «Один в поле не воин. Зачем мы нужны друг другу». Деятельность на занятии: Игра-эксперимент «Один карандаш и связка» (метафора). Речевой тренинг «Я один не могу..., а с классом могу...». Игра «Рисунок вслепую» (в паре: один с завязанными глазами, второй направляет словами).

7.2. «Умею ли я просить помощи и предлагать её. Наш класс — команда». Деятельность на занятии: Отработка формул просьбы: «Помоги мне, пожалуйста», «Ты не мог бы...». Тренинг «Волонтёр» (предложение помощи). Игра «Круг поддержки» (каждый в центре, остальные говорят добрые слова). Командная игра «Общий рисунок на одном листе».

7.3 (итоговое). «Наши общие дела: создаём «Добрую газету класса». Деятельность на занятии: Коллективное создание газеты о добрых делах и навыках за год. Распределение ролей (кто рисует, кто придумывает заголовки). Презентация газеты перед другим классом или родителями (каждый ребёнок произносит 1 фразу). Ритуал завершения: «Круг свечи» («Этот курс научил меня...», «Я хочу сказать своему классу...»).

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

У ребёнка снижен языковой барьер, он инициирует речевые контакты в знакомых ситуациях.

Проявляет начальные навыки эмпатии: замечает эмоции другого, пытается утешить или помочь словом.

Конструктивно реагирует на мелкие конфликты (предлагает мирный вариант, использует речевой этикет).

Метапредметные результаты

Умеет использовать 5–7 формул речевого этикета в зависимости от ситуации.

Способен кратко выразить своё желание, отказ, согласие, просьбу в диалоге.

Работает в паре/группе до 4 человек: слышит партнёра, соблюдает очерёдность.

Предметные результаты

Практически различает вопрос, просьбу, сообщение, побуждение.

Употребляет в речи слова с уменьшительно-ласкательными суффиксами для выражения отношения.

Понимает и выполняет простые инструкции, содержащие 2–3 действия.

Ожидаемые эффекты для образовательного процесса:

Повышение речевой активности на уроках русского языка и литературного чтения.

Снижение числа конфликтных ситуаций на переменах.

Более мягкая и осознанная адаптация детей в школе.

Создание положительной мотивации к изучению русского языка как средства живого общения.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов/тем	Кол-во часов	Возможность использования ЭОР
	1 класс	29	
	<i>Раздел 1 «Что я знаю о себе»</i>	4	
1.1	«Моё имя — моё сокровище»	1	https://моиуроки.рф
1.2	«Какой я? Слова-помощники»	1	https://моиуроки.рф
1.3	«Мои желания и «нехотелки»	1	https://моиуроки.рф
1.4	«Мои чувства: узнаю, называю, показываю»	1	https://моиуроки.рф
	<i>Раздел 2 «Я и другие»</i>	5	
2.1	«Учусь смотреть и видеть другого»	1	https://моиуроки.рф
2.2	«Чужие чувства. Угадай и отреагируй»	1	https://моиуроки.рф
2.3	«Волшебные слова для другого»	1	https://моиуроки.рф
2.4	«Вместе — не страшно. Как договориться в паре»	1	https://моиуроки.рф
2.5	«Конфликт: учимся мириться словами»	1	https://моиуроки.рф
	<i>Раздел 3 «Я и социум»</i>	6	
3.1	«Я в транспорте»	1	https://моиуроки.рф
3.2	«Телефонный разговор»	1	https://моиуроки.рф
3.3	«Я в поликлинике»	1	https://моиуроки.рф
3.4	«Я в кафе»	1	https://моиуроки.рф
3.5	«Я в магазине»	1	https://моиуроки.рф
3.6	«Я в кинотеатре»	1	https://моиуроки.рф
	<i>Раздел 4 «Мир эмоций и чувств» (углублённый блок)</i>	4	
4.1	«Азбука настроений»	1	https://моиуроки.рф
4.2	«Как злость становится другом»	1	https://моиуроки.рф
4.3	«Коробка страха и смелость сказать»	1	https://моиуроки.рф
4.4	«Грусть и обида. Как утешить себя и другого»	1	https://моиуроки.рф
	<i>Раздел 5 «Что такое хорошо, что такое плохо»</i>	4	
5.1	«Хорошие и плохие поступки»	1	https://моиуроки.рф
5.2	«Добрые слова и добрые дела»	1	https://моиуроки.рф
5.3	«Правда и ложь. Как сказать правду, даже если страшно»	1	https://моиуроки.рф
5.4	«Драться или договариваться? Мои права в разговоре»	1	https://моиуроки.рф
	<i>Раздел 6 «Я учусь учиться: школа без страха»</i>	3	
6.1	«Я умею слушать и слышать?»	1	https://моиуроки.рф
6.2	«Как сказать: «Я не понял». Как попросить объяснить ещё раз»	1	https://моиуроки.рф

6.3	«Ошибка — это не конец света»	1	https://моиуроки.рф
	<i>Раздел 7 «Мы вместе»</i>	3	
7.1	«Один в поле не воин. Зачем мы нужны друг другу»	1	https://моиуроки.рф
7.2	«Умею ли я просить помощи и предлагать её. Наш класс — команда»	1	https://моиуроки.рф
7.3	«Наши общие дела: создаём «Добрую газету класса»	1	https://моиуроки.рф

Поурочное планирование

№ п/п	Наименование разделов/тем	Кол-во часов	Возможность использования ЭОР
	1 класс	29	
1	«Моё имя — моё сокровище»	1	https://моиуроки.рф
2	«Какой я? Слова-помощники»	1	https://моиуроки.рф
3	«Мои желания и «нехотелки»	1	https://моиуроки.рф
4	«Мои чувства: узнаю, называю, показываю»	1	https://моиуроки.рф
5	«Учусь смотреть и видеть другого»	1	https://моиуроки.рф
6	«Чужие чувства. Угадай и отреагируй»	1	https://моиуроки.рф
7	«Волшебные слова для другого»	1	https://моиуроки.рф
8	«Вместе — не страшно. Как договориться в паре»	1	https://моиуроки.рф
9	«Конфликт: учимся мириться словами»	1	https://моиуроки.рф
10	«Я в транспорте»	1	https://моиуроки.рф
11	«Телефонный разговор»	1	https://моиуроки.рф
12	«Я в поликлинике»	1	https://моиуроки.рф
13	«Я в кафе»	1	https://моиуроки.рф
14	«Я в магазине»	1	https://моиуроки.рф
15	«Я в кинотеатре»	1	https://моиуроки.рф
16	«Азбука настроений»	1	https://моиуроки.рф
17	«Как злость становится другом»	1	https://моиуроки.рф
18	«Коробка страха и смелость сказать»	1	https://моиуроки.рф
19	«Грусть и обида. Как утешить себя и другого»	1	https://моиуроки.рф
20	«Хорошие и плохие поступки»	1	https://моиуроки.рф
21	«Добрые слова и добрые дела»	1	https://моиуроки.рф
22	«Правда и ложь. Как сказать правду, даже если страшно»	1	https://моиуроки.рф

23	«Драться или договариваться? Мои права в разговоре»	1	https://моиуроки.рф
24	«Я умею слушать и слышать?»	1	https://моиуроки.рф
25	«Как сказать: «Я не понял». Как попросить объяснить ещё раз»	1	https://моиуроки.рф
26	«Ошибка — это не конец света»	1	https://моиуроки.рф
27	«Один в поле не воин. Зачем мы нужны друг другу»	1	https://моиуроки.рф
28	«Умею ли я просить помощи и предлагать её. Наш класс — команда»	1	https://моиуроки.рф
29	«Наши общие дела: создаём «Добрую газету класса»	1	https://моиуроки.рф

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

1. Шипицына Л.М., Защирина О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. «Азбука общения: Развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками».
2. Пазухина И.А. «Давайте познакомимся! Тренинговые занятия».
3. Васильева-Гангус Л. «Азбука вежливости».
4. Белопольская Н.А. и другие «Азбука настроения: Развивающая эмоционально- коммуникативная игра».
5. Богданова О.С. «Содержание и методика этических бесед с младшими школьниками».
6. Костылева О.Г., Лукина И.Г. «Учись быть вежливым».
7. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребёнком. Как?» (адаптированные упражнения).
8. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать» (в 4 частях).
9. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребёнком. Как?».
10. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе».