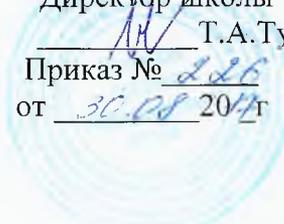


«СОГЛАСОВАНО»
Школьное методическое
объединение
Протокол №1
от 29.08 2017г

«СОГЛАСОВАНО»
Заместитель директора
по УВР в начальной школе
Г.А.Юдина
от 29.08 2017г

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор школы
Т.А.Туфехчи
Приказ № 226
от 30.08 2017г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**по курсу внеурочной деятельности «Познай себя»
для 1 класса
на 2017-2018 учебный год**

с. Липицы
2017г.

1 класс

Пояснительная записка.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Познай себя» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 г. № 373) для начальной школы, рекомендованной Министерством образования и науки РФ, а также Основной образовательной программы основного общего образования МОУ «Липицкая СОШ».

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Познай себя» ориентирована на учащихся 1-ых классов. Тематическое планирование рассчитано на 2 часа в неделю, что составляет 66 часов в год.

В плане внеурочной деятельности курс внеурочной деятельности «Познай себя» представлен в «Социальном направлении». Назначение курса «Познай себя» в начальной школе состоит в том, чтобы обеспечить формирование и развитие коммуникативной, языковой и культуроведческой компетенций по достижению личностных и метапредметных результатов начального образования.

Изучение курса внеурочной деятельности «Познай себя» в начальной школе направлено на достижение следующей цели:

— развитие эмоционального интеллекта, формирование умения младших школьников адекватно взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями.

Для достижения поставленных целей в 1 классе необходимо решение следующих задач:

- познакомить младших школьников с миром человеческих эмоций;
- развивать эмпатию как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- формировать навыки самоанализа, адекватной самооценки;
- формировать умение учитывать позицию другого человека, его точку зрения;
- формировать понимание ценности отношений в жизни человека;
- развивать навыки конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;

- формировать умение работать в коллективе;
- воспитывать доброжелательное отношение к окружающим.

Нижеуказанные пособия позволяют организовать методическое обеспечение курса внеурочной деятельности «Познай себя» в 1 классе:

Под редакцией Кривцовой С.В. «Жизненные навыки: уроки психологии в 1 классе»: М.Генезис,2009г.

Данная рабочая программа состоит из 3-х разделов:

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.
3. Тематическое планирование.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностными результатами является формирование следующих умений:

- оценивать ситуации и поступки ;

-ценивать поступки, в том числе неоднозначные, как «хорошие» или «плохие», разрешая моральные противоречия на основе:
- общечеловеческих ценностей и российских ценностей, в том числе человеколюбия, уважения к труду, культуре;

-объяснять смысл своих оценок, мотивов, целей;

-объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и российских гражданских ценностей;

-объяснять отличия в оценках одной и той же ситуации, поступка разными людьми (в т.ч. и самим собой), как представителями разных мировоззрений, разных групп общества;

-Объяснять самому себе:

- «что во мне хорошо, а что плохо» (личные качества, черты характера), «что я хочу» (цели, мотивы), «что я могу» (результаты).
- важности исполнения роли «хорошего ученика», важности учёбы и познания нового;
- важности бережного отношения к здоровью человека и к природе;
- важности различения «красивого» и «некрасивого», потребности в «прекрасном» и отрицания «безобразного»;
- важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества.
- сознавать себя гражданином России и т.д. и ценной частью многоликого изменяющегося мира, в том числе
- объяснять, что связывает тебя: с твоими близкими, друзьями, одноклассниками, твоей Родиной, со всеми людьми, с природой;
- испытывать чувство гордости за свой народ, свою Родину, сопереживать им в радостях и бедах и проявлять эти чувства в добрых поступках;
- отстаивать (в пределах своих возможностей) гуманные, равноправные, гражданские демократические порядки и препятствовать их нарушению;
- уважать иное мнение, историю и культуру других народов и стран, не допускать их оскорбления, высмеивания;
- осуществлять добрые дела, полезные другим людям, своей стране, в том числе отказываться ради них от каких-то своих желаний.
- характеризовать свой поступок, в том числе в неоднозначно оцениваемых ситуациях, на основе: культуры, народа, мировоззрения, к которому ощущаешь свою причастность,
- сопереживать в радостях и в бедах «своим»: близким, друзьям, одноклассникам;
- сопереживать чувствам других не похожих на тебя людей, отзывчивости к бедам всех живых существ;
- признавать свои плохие поступки и добровольно отвечать за них (принимать наказание и самонаказание).

Регулятивные универсальные учебные действия

- определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий по решению проблемы (задачи);
- определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления;
- учиться обнаруживать и формулировать проблему совместно с учителем, выбирать тему проекта с помощью учителя;
- составлять план выполнения задач, решения проблем творческого и поискового характера, выполнения проекта совместно с учителем;
- осуществить действия по реализации план;
- в ходе представления проекта учиться давать оценку его результатов;
- понимать причины своего неуспеха и находить способы выхода из этой ситуации.

Познавательные универсальные учебные действия

Извлекать информацию, ориентироваться в своей системе знаний и осознавать необходимость нового знания, делать предварительный отбор

источников информации для поиска нового знания, добывать новые знания (информацию) из различных источников и разными способами Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников (словари, энциклопедии, справочники, электронные диски, сеть Интернет).

Перерабатывать информацию для получения необходимого результата, в том числе и для создания нового продукта

Выполнять универсальные логические действия:

- выполнять анализ (выделение признаков),
 - производить синтез (составление целого из частей, в том числе с самостоятельным достраиванием),
 - выстраивать логическую цепь рассуждений,
 - относить объекты к известным понятиям.
-
- Использовать информацию в проектной деятельности под руководством учителя-консультанта;
 - преобразовывать информацию из одной формы в другую и выбирать наиболее удобную для себя форму;
 - составлять простой и сложный план текста;
 - уметь передавать содержание в сжатом, выборочном или развёрнутом виде.
- Коммуникативные универсальные учебные действия***
- доносить свою позицию до других, владея приёмами монологической и диалогической речи ;
 - оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций;
 - при необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее. Учиться подтверждать аргументы фактами;
 - вести «диалог с автором» (прогнозировать будущее чтение; ставить вопросы к тексту и искать ответы; проверять себя);
 - вычитывать все виды текстовой информации (фактуальную, подтекстовую, концептуальную).
 - договариваться с людьми, согласуя с ними свои интересы и взгляды, для того чтобы сделать что-то сообща;
 - организовывать учебное взаимодействие в группе (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).
 - предвидеть (прогнозировать) последствия коллективных решений.

Содержание программы

«Я – особенный»(14 часов)

«Знакомство»

«Что такое чувства?»

«Делимся чувствами»

«Делимся чувствами»(продолжение)

« Я такой разный...»

«Я – особенный»

Итоговое занятие по теме « Я – особенный»

«Нравится - не нравится каждый день» (17 часов)

«что мне нравится»

«Какое бывает время»

«Время- пространство для встреч»

«Ценности»

«Что мне не нравится»

Итоговое занятие по теме «Нравится – не нравится» каждый день»

«Дружба» (21 час)

«О дружбе и друзьях»

«Такие разные друзья»

«Знакомство»

«Что мешает дружбе?»

«Что мешает дружбе?» (продолжение)

«Просим прощения»

«Помогаем сами и принимаем помощь»

« Я – член команды»

«Подарок другу»

Итоговое занятие по теме «Дружба»

«Я и другой. Мир начинается с нас.» (14 часов)

«Я и другой не похожий на меня»

«Другой -не значит плохой»

«Мы похожи»

«Мы - миротворцы»

«Мы разные – и это здорово»

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п/п	раздел	Количество часов
1	«Я – особенный»	14
2	«Нравится - не нравится каждый день»	17
3	«Дружба»	21
4	«Я и другой. Мир начинается с нас.»	14
Итого:		66

Календарно- тематическое планирование

№п/п	сроки	Тема	Форма организации	Характеристика деятельности учителя	Характеристика деятельности учащегося	Формируемые навыки
«Я – особенный»						
1-2		Знакомство	Беседа тренинг	Проводит вводный инструктаж; Знакомит детей с опытом работы в группе; Устанавливает основные правила;	Повторяют правила работы на занятиях; Участвуют в разминке, упражнении «знакомство»; Знакомятся с правилами работы в группе.	Навыки знакомства, Умение присоединиться к группе, соблюдать правила игры

				Обсуждает вопросы доверия		
3-4		«Что такое чувства?»	тренинг	Повторяет правила работы в группе; Вводит новую норму работы в группе; Учит детей распознавать основные чувства; Проводит упражнения на умение осознавать собственные чувства.	Участвуют в разминке; Повторяют правила работы в группе, Обсуждают еще раз что-то оставшееся незавершенным и недопонятым с предыдущего занятия; Участвуют в обсуждении изображений на карточках; Участвуют в игре «Скульптор», Принимают участие в игре «Что чувствует игрушка?»	Умение присоединиться к группе, соблюдать правила игры; Умение слушать, Умение выражать свои чувства.
5-6		«Делимся чувствами»	Беседа Тренинг	Учит детей распознавать чувства; Делиться своими чувствами; Проводит обсуждение рассказа «Бигга и Тунгус», Проводит игру «Море волнуется, раз...»	Участвуют в разминке; Повторяют правила работы в группе, Участвуют к обсуждению рассказа, Принимают участие в игре и заключительной беседе.	Умение присоединиться к группе, соблюдать правила игры; Умение слушать, Умение выражать свои чувства, умение дискутировать
7-8		«Делимся чувствами»(продолжение)	Беседа Тренинг	Учит детей осознавать и выражать свои чувства; Проводит упражнение	Участвуют в разминке; Повторяют правила работы в группе, Участвуют в играх;	Умение выражать свои чувства, Умение работать в группе;

				«Массаж- паровозик»; «кружок объятий», Арт-терапевтическое упражнение « краски и линии мох чувств»	упражнениях и заключительных беседах.	
9-10		« Я такой разный...»	Тренинг	Помогает детям вспомнить о своих ценностях и способностях; Помогает детям понять, что у людей есть разные стороны, и это в порядке вещей, Проводит упражнение «Домик», Знакомит с техникой коллажа.	Участвуют в разминке; Повторяют правила работы в группе, Выполняют коллаж « Я такой разный»	Умение работать в группе; Умение следовать инструкциям; Умение доводить дело до конца.
11-13		«Я – особенный»	Беседа тренинг	Помогает детям поделиться своими представлениями о себе; Делает акцент на таланты и особенности каждого; Проводит игру «Мне нравится в тебе...» Проводит диагностику умения работать в группе.	Участвуют в разминке; Повторяют правила работы в группе, Вспоминают что понравилось с прошлого занятия; продолжают обсуждение коллажей; Участвуют в игре и диагностике.	Умение работать в группе; Умение следовать инструкциям; Умение делать комплементы.
14		Итоговое занятие по теме « Я – особенный»	Беседа Выставка портретов	Подводит итоги темы; Обсуждает с учащимися вопросы:	Участвуют в разминке; Повторяют правила работы в группе,	Умение работать в группе; Умение задавать

				Чему они научились? Какие сделали открытия?; Организовывает выставку портретов-коллажей.	Участвуют в обсуждении коллажей; Знакомят родителей с выставкой.	вопросы; Умение делать комплементы; Умение наградить себя.
«Нравится - не нравится каждый день»						
15-17		«что мне нравится»	Беседа тренинг	Помогает детям вспомнить правила работы в группе; Обращает внимание детей на то, что нравится им делать в жизни, Показывает важность заботы о том, что нравится, Учит детей находить каждый день время на то, что нравится.	Участвуют в разминке; Повторяют правила работы в группе, Выполняют рисунок и обсуждение на тему «Что я люблю делать»; Участвуют в упражнении «Сколько «нравится» в моей неделе?»; Создают проект «как сделать мое «не нравится» приятным.	Умение работать в группе; Умение определять что нравится; Принимать решение.
18-19		«Какое бывает время»	Беседа тренинг	Помогает детям вспомнить правила работы в группе; Приблизить шкалу времени к внутреннему миру ребенка. Знакомит детей с песочными часами, Демонстрирует вариант изготовления песочных часов.	Участвуют в разминке; Повторяют правила работы в группе, Участвуют в беседе «Что такое время?», Диагностике «определение времени», изготавливают песочные часы.	Умение работать в группе; Умение определять что нравится; Умение находить «нравится» в «нужно»
20-21		«Время- пространство для	Беседа	Напоминает детям о	Участвуют в разминке;	Умение работать в

		встреч»	тренинг	тех взрослых, которые посвящают им свое время в школе; Обращает внимание не то, почему важно приходить на встречу вовремя; Читает отрывок из сказки Антуана де сент-экзюпери «Маленький принц»; Проводит занятие «Олицетворенные часы»	Повторяют правила работы в группе, Учатвуют в обсуждении прочитанного фрагмента сказки и упражнении «Олицетворенные часы»	группе; Умение слушать, вести дискуссию
22-25		«Ценности»	Беседа тренинг	Показывает неповторимость личного времени каждого, Знакомит учащихся с понятие «ценности». Показывает связь между ценностями и временем.	Участвуют в разминке; Игре конкурсе на лучшую ошибку недели, Подводят итоги проектов «Сколько «нравится» в моей неделе». Участвуют в упражнении «часы и мой день», Выполняют проект «Ценности моей семьи».	Умение работать в группе; Умение слушать, вести дискуссию, Умение не отвлекаться.
26-28		«Что мне не нравится»	Беседа тренинг	Дает ребенку выразить свой гнев; Показывает различие между чувством гнева и агрессивным поведением. Знакомит со способами контроля своего	Участвуют в разминке; Участвуют в беседе «Гнев в моей жизни». Участвуют в упражнении «мешочек гнева»	Умение работать в группе; Умение справляться со своими эмоциями

				агрессивного поведения, учит детей распознавать возникновение чувства гнева по телесным признакам, чувствовать степень собственной рассерженности.		
29-30		«Нравится - не нравится»	Беседа тренинг	Помогает детям уравновесить в себе «нравится- не нравится, Доводит идею о том, как важно кому-то рассказать о своих чувствах.	Участвуют в разминке, в упражнении «Нравится- не нравится», изготавливают куклу для секретов.	Умение работать в группе; Умение справляться со своими эмоциями, Умение справляться с раздражением и гневом в свой адрес.
31		Итоговое занятие по теме «Нравится – не нравится» каждый день»	беседа	Подводит итоги темы; Узнает, что понравилось в данной теме, а что нет; Организует выставку рисунков «нравится - не нравится». Раздает текст, для чтения вместе с родителями.	Участвуют в беседе. Помогают в организации выставки.	Умение вести беседу. Умение слушать, Умение делать комплементы.
«Дружба»						
32-33		«О дружбе и друзьях»	Беседа игра	Отрабатывает с детьми умение присоединяться	Участвуют в разминке «паутинка»,	Умение работать в группе;

				к группе; Определяет понятие дружбы, Проводит игру «Путешествие в страну дружбы»	Повторяют правила работы в группе; Выполняют рисунки на тему «Страна дружбы»; Участвуют в игре.	Умение соблюдать правила игры.
34-35		«Такие разные друзья»	Беседа, тренинг	Помогает детям осознать, что друзьями могут быть взрослые, сверстники, животные, игрушки и т.д.; Помогает осознать разницу между понятиями «побывать одному» и «быть одиноким»; Демонстрирует мультфильм «Варежка»	Участвуют в разминке «остров», Повторяют правила работы в группе; Принимают участие в упражнении «Ромашка», Участвуют в беседе «такие разные друзья»	Умение работать в группе; Умение предложить помощь другу, Умение начать и закончить разговор.
36-37		«Знакомство»	Беседа, тренинг	Обсуждает с детьми различные способы знакомства, Учит детей правильно представляться во время знакомства, Отрабатывает следующие навыки: «Умение знакомиться», «Умение начать разговор», «умение закончить разговор», «Умение присоединиться к	Участвуют в разминке , Повторяют правила работы в группе; Участвуют в упражнении «Вереочки», В обсуждении сказки «непонятливый львенок»; Знакомятся с фрагментом мультфильма «Цветик-семицветик»; Составляют правила	Умение знакомиться, Умение начать разговор, умение закончить разговор, Умение присоединиться к группе, Умение реагировать на неудачу, умение принять отказ.

				группе», «Умение реагировать на неудачу», «умение принять отказ»	«Что делать если тебя не принимают в игру», Создают общий «Цветик-семицветик»	
38-39		«Что мешает дружбе?»	Беседа тренинг	Помогает детям понять, какое поведение разрушает дружбу; Способствует тому, чтобы каждый из учащихся продемонстрировал позитивные формы дружеского поведения; Отрабатывает навыки: «Умение справляться с давлением группы», «умение отвечать на провокации». «Умение справляться со своими эмоциями»	Участвуют в разминке , Кратко повторяют правила работы в группе; Участвуют в игре «Одна конфета на двоих»; Принимают участие в упражнении «Я не люблю, когда мой друг...»	Умение справляться с давлением группы, умение отвечать на провокации, Умение справляться со своими эмоциями
40-41		«Что мешает дружбе?» (продолжение)	Беседа тренинг	Помогает детям понять, какое поведение разрушает дружбу; Способствует тому, чтобы каждый из учащихся продемонстрировал позитивные формы дружеского поведения;	Участвуют в разминке «Ка-ра-бас»; Участвуют в игре «Обзывалки», Обсуждают рассказ А.Раскина «Как маленький папа дружил с девочкой»; Составляют «правила поведения, когда тебя	Умение справляться с давлением группы, умение отвечать на провокации, Умение справляться со своими эмоциями

				Отрабатывает навыки: «Умение справляться с давлением группы», «умение отвечать на провокации». «Умение справляться со своими эмоциями»	дразнят», Обсуждают произведения «Босолапки на кожаном ходу» М.Пляцковского, Заполняют табличку «Что мешает и помогает дружбе»	
42-44		«Просим прощения»	Беседа тренинг	Помогает детям осознать, что просить прощения это нормально; Помогает детям освоить шаги, действия. Нужные для того, чтобы извиниться; Отрабатывает навыки: «Умение извиняться», «умение понимать чувства другого»	Участвуют в разминке , Кратко повторяют правила работы в группе; Участвуют в игре «Почта»; Обсуждают ситуации «нужно ли извиниться?»; Обсуждают историю «Одинокая звезда»; Участвуют в упражнении «звезда»	Умение извиняться, умение понимать чувства другого
45-46		«Помогаем сами и принимаем помощь»	Беседа тренинг	Помогает детям осознать, что каждый человек нуждается в том, чтобы помогать и принимать помощь; Учат детей просить других о помощи и благодарить за помощь; Обращает внимание на навыки: «умение предложить помощь	Участвуют в разминке «передай ритм другому», упражнении «Трио», игре «радуга», Принимают участие в дискуссии « Что я могу сделать, чтобы помочь людям».	умение предложить помощь другу, умение просить о помощи

				другу», «умение просить о помощи»		
47-48		« Я – член команды»	Беседа тренинг	Помогает детям понять важность взаимодействия при выполнении различных задач; Помогает осознать, что многие вещи лучше всего делать вместе и что каждый должен выполнять свою часть работы, что без совместных усилий некоторые вещи просто не возможно сделать.	Участвуют в разминке «Равновесие», упражнении «Мостик», Игре «Конфета в бутылке»	умение предложить помощь другу, умение просить о помощи, умение работать в команде
49-51		«Подарок другу»	Беседа Практическое занятие	Помогает в выполнении подарка другу, Дает возможность детям пережить радость дарения и получении чистосердечного дара.	Выполняют своими руками подарок другу из различных материалов, Приносят подарок в дар другу с добрыми словами.	Умение делать подарки, Умение говорить комплементы
52		Итоговое занятие по теме «Дружба»	Беседа	Подводит итоги темы, Организует выставку работ, фото выставку «Мои друзья»	Помогают в организации выставки; Обсуждают, что понравилось в этой теме и что не понравилось	Умение работать в группе; Умение выражать свое мнение; Умение говорить комплементы
«Я и другой. Мир начинается с нас.»						
53-55		«Я и другой не похожий на	Беседа	Дает детям	Участвуют в разминке;	Умение работать в

		меня»	тренинг	возможность приобрести собственный опыт восприятия инакости другого –«другого человека, который отличается от меня»; Напоминает правила работы в группе; Вводит ребят в проблему	Выполняют рисунок человека, не похожего на себя; Чтение и обсуждение сказки М.Дуриковой «первоклассник»; Выполнение рисунка по сказке «Как ты представляешь Павко, когда он станет взрослым»	группе; Умение слушать, Умение высказывать свое мнение.
56-57		«Другой -не значит плохой»	Беседа тренинг	Дает возможность сопереживать человеку. Переживающему ситуация неприятия другими; Дает детям возможность почувствовать свою неповторимость; Начинает совместное создание Покрывала Мира.	Повторяют правила работы в группе; Участвуют в разминке; Принимаю участие в изготовлении Покрывала Мира; Участвую в дискуссии «Я и другие», в просмотре фрагмента мультфильма «Тарзан»	Умение работать в группе; Умение слушать, Умение высказывать свое мнение, Умение проявит заботу о другом.
58-59		«Мы похожи»	Беседа тренинг	Дает детям возможность заметить внутренне психологическое сходство между людьми, которые внешне могут различаться,	Повторяют правила работы в группе; Участвуют в разминке; Участвуют в упражнении «Что у нас общего?»; Выполняют рисунок на тему «Чем мы похожи?».	Умение работать в группе; Умение слушать, Умение высказывать свое мнение, Умение проявить заботу о другом.

				Дает возможность пережить чувство общности с членами своей группы.	Продолжают работу по созданию Покрывала Мира.	
60-61		«Мы - миротворцы»	Беседа тренинг	Помогает детям осознать, какими качествами и навыками должен обладать истинный миротворец, Рассказывает, что бывает, когда люди не знают, как устанавливать мир; Знакомит с символами мира.	Участвуют в разминке; Участвуют в опросе «Что такое мир?»; Знакомятся с символами Мира; Выполняют рисунок «Мой символ мира»	Умение работать в группе; Умение быть толерантным
62-63		«Мы разные – и это здорово»	Беседа тренинг	Еще раз интегрирует сходства и различия людей; Дает детям возможность вспомнить о работе в группе, Учит детей прощаться.	Участвуют в разминке; Принимают участие в дискуссии «Что нас радует и печалит?»; Изображают свои радости и печали, подводят итоги года, Прощаются.	Умение работать в группе; Умение слушать, Умение высказывать свое мнение, Умение проявить заботу о другом.
Зч-резерв						

Материально-техническое оснащение

1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция).

1. Учебно-методические комплекты (программы, учебники, дидактические материалы).
2. Методические пособия и книги для учителя.

3. Методические журналы по психологии.

4. Учебно-наглядные пособия.

5. Справочные пособия, энциклопедии по психологии.

2. Печатные пособия.

1. Таблицы «Чувства и эмоции»

2. Метафорические карты.

3. Дидактический раздаточный материал.

3. Компьютерные и информационно-коммуникативные средства.

1. Мультимедийные (цифровые) инструменты и образовательные ресурсы, обучающие программы по предмету.

2. Электронные библиотеки по психологии.

4. Технические средства обучения.

1. Экспозиционный экран.

3. Компьютер.

4. Образовательные ресурсы (диски).

5. Мультимедийный проектор.

5. Учебно-практическое оборудование.

- простой карандаш

- линейка

- цветные карандаши

- фломастеры

- мяч
- краски