

Приложение к основной образовательной программе
начального общего образования
МАОУ СОШ № 8

программа курса внеурочной деятельности
«Познай себя»
Духовно -нравственное направление
для 1 класса

Составитель:
Богданова Л. В.,
учитель начальных классов,
I квалификационная категория

г.о. Красноуральск 2015г.

Пояснительная записка

Постоянное ускорение темпов преобразования всех сфер жизни человека предъявляет качественно новые требования. Человеку необходимы все большие знания и умения для обеспечения сохранения новой жизни, условий производственной бытовой, досуговой деятельности. Важнейшей задачей становится приобретение навыков изменения поведения, привычек, способов самоорганизации труда и свободного времени под влиянием новых достижений науки, техники.

Каждому человеку приходится выбирать: либо он учится самостоятельно адаптироваться к новым требованиям жизни, либо его постоянно заставляют меняться другие люди. В первом случае вероятность достижения успехов в разных сферах жизни существенно возрастает. Во втором – скорее всего, возникнет неудовлетворенность жизнью, окружающими людьми, комплекс неполноценности и т.п.

Навык саморазвития формируется на основе приобретения знаний и умений в сфере самоопределения личности. Современная жизнь требует от каждого человека умения постоянной оценки того, что с ним происходит в настоящее время, и определение своих ближних и отдаленных перспектив. Поэтому возникает необходимость постоянно, начиная с раннего детства, учить детей самоопределению. Но только для того, чтобы они могли обоснованно выбрать профиль обучения в старших классах, будущую профессию. Главная задача заключается в том, чтобы сформировать у детей навык самостоятельно находить наилучшие варианты поведения в любой жизненной ситуации, опираясь на знания того, что создано культурой за многие века и создается в настоящее время.

В Законе РФ «Об образовании» специально отмечено: «Содержание образования должно быть направлено на обеспечение самоопределения личности, создания условий для её самореализации». Следовательно, каждый педагог должен заниматься выработкой у обучающихся ориентаций и установок на активный и самостоятельный поиск тех действий, которые позволяют успешно освоить требования современной жизни.

Для учащихся 1-4 классов самоопределение включает в себя познание и выработку навыков реализации основных норм организации успешной учебной и внеучебной деятельности. Соблюдение требований культуры определяет направленность целей, ценностных ориентаций и установок ребенка. Выбатывается навык самостоятельного ограничения тех побуждений, которые создают конфликтные ситуации в школе, дома, в общественных местах. Приобретается умение сознательно регулировать многие поступки.

Какова же специфика проблем первоклассника? Главное их особенность – первичное осознание позиции школьника прежде всего через новые обязанности, которые ребенок учится выполнять. Присутствует острое желание быть успешным в учебе, а для ребенка это означает тоже, что быть хорошим и любимым. Это наглядно выявляется при собеседовании с родителями в начале первого года обучения. Содержание родительских жалоб в это время обычно сводится к тому, что ребенок неряшливо пишет, не старается, либо старается, но тем не менее у него многое не получается. Ему трудно жить в атмосфере постоянной требовательности и контроля, он нуждается в помощи родителей при выполнении домашних заданий, во всяком случае, в присутствии взрослых. При этом родителям приходится жертвовать личным временем и досугом, мало времени остается для обычных домашних дел. Переход ребенка в школу часто превращается в настоящее испытание для любящих родителей.

Первые дни в школе требуют целенаправленной работы по формированию установки на преодоление школьных трудностей и способности получать удовлетворение от процесса познания. Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Поэтому на групповых психологических занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

Для первоклассников самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей. Поэтому полезно включать в занятия задания, которые дают возможность понять, что радовать и огорчать учителя могут не только их успехи или дисциплина на уроке, но и чтение книг, к примеру или общение с собственными детьми. Это поможет учащимся справиться с возможным страхом перед учителем.

Другая важная задача в работе с первоклассниками - установление атмосферы дружелюбия.

Основная цель программы – содействовать осознанию позиции школьника, способствовать формированию дружеских отношений в классе, развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях, формировать у младших школьников начальных навыков самоопределения в учебе.

Задачи обучающие:

- формировать интерес к проводимым занятиям, способствующим приобретению и развитию навыков общения, познавательных процессов, адаптации к школе.

Задачи воспитательные:

- формировать навыки общения;
- корректировать трудности поведения и характера;

Задачи развивающие:

- развивать у детей, такие познавательных процессы как: внимание, воображение, память, мышление;
- повышать уровень интеллектуального и эмоционального развития ребенка.

Задачи мотивационные:

- создать комфортную обстановку на занятиях, благоприятные условия для адаптации учащихся;

Задачи социально-психологические:

- формирование общественной активности, самореализация в обществе.

Формы работы:

Учитывая психологические особенности учащихся в работе должны использоваться следующие формы:

- фронтальная
- групповая
- индивидуальная

Методы работы:

- наблюдение;
- беседа;
- игротерапия – метод моделирования системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях;
- арттерапия – метод гармонизации развития личности через развитие способностей самовыражения и самопознания;
- тренинг – метод обучения ребенка адекватным формам поведения в проблемных ситуациях;
- психогимнастика – невербальный метод групповой терапии, в основе которой лежит использование двигательной экспрессии;
- метод социальной терапии – метод психологического воздействия, основанный на использовании социального принятия, признания, социального одобрения и положительной оценки ребенка значимым социальным окружением – как взрослыми, так и сверстниками.

Этапы учебного занятия:

1-й этап – организационный. На этом этапе происходит информирование родителей и классного руководителя о предстоящей работе.

2-ой этап – ориентировочный – исследование обстановки и правил поведения на занятии, в ходе которого происходит эмоциональное объединение участников группы.

3-ий этап – развивающий – в ходе него решаются основные задачи работы.

4-ый – закрепляющий – происходит оценка эффективности проведенной работы.

Отличительные особенности данной программы.

Отличительной особенностью данной программы является способствование полноценному психическому и личностному развитию ребенка с помощью различных методов работы. Особенности предлагаемой коррекционно-развивающей работы с детьми заключаются в том, что детские проблемы подчас имеют менее длительную историю развития в силу относительно малого количества прожитых лет; к тому же развивающийся организм, личность ребенка имеют массу компенсаторных адаптивных возможностей, что позволяет педагогу -психологу более гибко подходить к вопросам исправления искажений развития: учет возрастных особенностей детей позволяет выявлять трудности на ранних этапах их становления или даже предупреждать их появления, проводя профилактическую работу.

Прогнозируемые результаты.

Предполагаемым результатом работы должна стать положительная динамика личностного развития каждого воспитанника, которая определяется расширением круга знаний и умений ребенка, повышением уровня его интеллектуального и эмоционального развития, коммуникативной и творческой активности, самоопределения в выборе дальнейших занятий.

Формы проверки и самопроверки:

- отслеживание динамики личностного и эмоционального развития ребенка по результатам диагностики и проведенной коррекционно – развивающей работы.

Методическое обеспечение:

- методические рекомендации по организации работы подобного рода;
- необходимая литература по разделам программы;
- диагностический инструментарий, соответствующий возрасту ребенка.

Вся работа направлена на повышение качества дополнительного образования в области психолого-педагогического сопровождения детей, обучающихся в условиях новых государственных стандартов.

Общая характеристика процесса психологического сопровождения учащихся.

Данная программа опирается на уроки психологии под редакцией О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я», которая включает 25 занятий и М. А Панфиловой автора коррекционных сказок для дошкольников и младших школьников «Лесная школа», содержащая 25 занятий.

Программа «4 моих Я» представляет комплекс игровых занятий, проводимые в разнообразных формах. В него входят развлекательные, познавательные, подвижные игры. Игры – беседы. Игры – конференции, прослушивание и разбор сказок, защита проектов. В содержание занятий включены элементы психологических тренингов, психолого – педагогического изучения личности учащегося.

Предполагаемая программа рассчитана на группу детей в возрасте от 7 до 11 лет, она разработана с учетом возрастных особенностей детей и включает занятия различной тематики, способствующие разностороннему развитию детей.

Образовательная программа «Четыре моих Я» рассчитана на 4 года обучения:

1-ый год – по 1 часу неделю.

2-ой год – по 1 часу в неделю.

3-ий год – по 1 часу в неделю.

4-ый год – по 2 часа в неделю (1 полугодие) и по 1 часу (2 полугодие).

При реализации данной программы используются следующие типы занятий:

- психологическое просвещение;
- психологическая диагностика;
- коррекционно-развивающая работа;
- психологическое консультирование.

**Тематический план
1 класс**

Тематический блок занятий: «Я-школьник» + «Адаптация к обучению в школе» -20 ч.

	Тема	Кол-во уроков
	Я – школьник	
1.	Знакомство	1ч
2.	Сказка 1.Создание «Лесной сказки»	1ч
3.	Как зовут ребят моего класса	1ч
4.	Сказка 2. «Букет для учителя»	1ч
5.	Зачем мне нужно ходить в школу	1ч
6.	Сказка 3. «Смешные страхи»	1ч
7.	Мой класс	1ч
8.	Сказка 4. «Игры в школе»	1ч
9.	Какие ребята в моем классе	1ч
10.	Сказка 5. «Школьные правила»	1ч
11.	Мои друзья в классе	1ч.
12.	Сказка 6. «Собираем портфель»	1ч
13.	Мои друзья в классе	1ч
14.	Сказка 7. «Белочкин сон»	1ч
15.	Мои друзья в классе	1ч
16.	Сказка 8. «Госпожа Аккуратность»	1ч.
17.	Мои успехи в школе	1ч.
18.	Сказка 9. «Жадность»	1ч
19.	Моя «учебная сила»	1ч
20.	Сказка 10. «Волшебное яблоко»	1ч

Тематический блок занятий: «Я - и мое здоровье» - 6ч.

	Тема,номер урока	Кол-воуроков
	Я и моё здоровье	
1.	Режим. Телевизор	1ч
2.	Бабушкин помощник	1ч.
3.	Прививка	1ч
4.	Больной друг	1ч
5.	Укрепим зрение	1ч
6.	Как укрепить здоровье	1ч

Тематический блок занятий: « Мои чувства» - 9 ч.

	Тема	Кол-воуроков
	«Мои чувства»	
1.	Радость. Что такое мимика	1ч
2.	Радость, как ее доставить другому человеку	1ч
3.	.Грусть	1ч
4.	Страх .Страх, его относительность	1ч
5.	Как справиться со страхом	1ч

6.	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1ч
7.	Может ли гнев принести пользу?	1ч
8.	Обида	1ч
9.	Разные чувства	1ч

2 класс

Тематический блок занятий: «Вспомним чувства» - 7 ч.

	Тема	Кол-во уроков
	Вспомним чувства	1-4
1.	Мы рады встрече	1ч
2.	Понимаем чувства другого	2ч
3.	Мы испытываем разные чувства	2ч
4.	Мы испытываем разные чувства	2ч

Тематический блок занятий: «Чем люди отличаются друг от друга» - 16ч.

	Чем люди отличаются друг от друга	
1.	Люди отличаются друг от друга своими качествами	1ч
2.	Хорошие качества людей	2ч
3.	Самое важное хорошее качество	1ч
4.	Кто такой сердечный человек.	1ч
5.	Кто такой доброжелательный человек	1ч
6.	Трудно ли быть доброжелательным человеком.	1ч.
7.	Я желаю добра ребятам в классе	2ч
8.	Очищаем свое сердце	1ч
9.	Какие качества нам нравятся друг в друге	1ч
10.	Какими качествами мы похожи и чем отличаемся	1ч
11.	Люди отличаются друг от друга своими качествами	2ч
12.	В каждом человеке есть светлые и темные качества	1ч.

Тематический блок занятий: «Какой я – какой ты?» - 12 ч.

	Тема	Кол-во уроков
	Какой Я – Какой Ты?	
1.	Какой я?	2ч
2.	Какой ты?	1ч
3.	Какой ты?	2ч
4.	Трудности второклассника в школе, дома, на улице.	2ч.
5.	Школьные трудности	1ч.
6.	Школьные трудности	1ч.
7.	Домашние трудности	1ч.
8.	Домашние трудности	1ч.

9.	Итоговое занятие.	1
----	-------------------	---

3 класс
Тематический блок занятий: «Я -фантазер»-9 ч.

	Тема	Кол–воуроков
	Я - фантазер	1-7
1.	Я - третьеклассник	1ч
2.	Кого можно назвать фантазером?	1ч
3.	Я умею фантазировать!	1ч
4.	Мои сны	1ч
5.	Я умею сочинять	2
6.	Мои мечты	1ч
7.	Фантазии и ложь	1ч

Тематический блок занятий: «Я и моя школа» - 9 ч.

	Тема	Кол–воуроков
	Я и моя школа	8-12
1.	Я и моя школа	2ч
2.	Что такое лень?	2ч
3.	Я и мой учитель	1ч
4.	Я и мой учитель	2ч.
5.	Как справляться с «Немогучками»	2ч

Тематический блок занятий: «Я и мои родители» - 4 ч.

	Я и мои родители	13-15
1.	Я и мои родители	2ч
2.	Я умею просить прощения	1ч.
3.	Почему родители наказывают детей?	1ч.

Тематический блок занятий: «Я и мои друзья» - 5 ч.

	Я и мои друзья	16- 19
1.	Настоящий друг	1ч
2.	Умею ли я дружить?	1ч
3.	Трудности в отношениях с друзьями	2ч.
4.	Ссора и драка	1ч.

Тематический блок занятий: «Что такое сотрудничество?» - 8ч.

	Тема	Кол–воуроков
	Что такое сотрудничество	
1.	Что такое сотрудничество?	1ч
2.	Я умею понимать другого	1ч.
3.	Я умею договариваться с людьми	2ч
4.	Мы умеем действовать сообща	2ч
5.	Что такое коллективная работа?	1ч

6.	Итоговое занятие	1ч
----	------------------	----

4 класс

Тематический блок занятий: «Какой я? Мои силы, мои возможности»-18ч.

	Тема	Кол-во уроков
	«Какой я? Мои силы, мои возможности»	
1.	Мое лето	2ч
2.	Кто я?	2ч
3.	Какой я большой или маленький	2ч
4.	Мои способности	2ч
5.	Мой выбор, мой путь	
6.	Мой внутренний мир	2ч
7.	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира	2ч
8.	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	2ч.
9.	Что значит верить?	2ч.

Тематический блок занятий: «Я расту, я изменяюсь» - 4 ч.

	Тема	Кол-во уроков
	Я расту, я изменяюсь	
1.	Моё детство	1ч
2.	Моё детство	1ч
3.	Я изменяюсь	2ч

Тематический блок занятий: «Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?» - 10 ч.

	Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?	
1.	Моё будущее	2ч
2.	Моё будущее	4ч.
3.	Хочу вырасти здоровым человеком!	4ч.

Тематический блок занятий: «Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?» - 6 ч.

	«Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?»	
1.	Кто такой интеллигентный человек?	2ч
2.	Хочу вырасти интеллигентным человеком	2ч
3.	Что такое идеальное Я?	2ч.

Тематический блок занятий: «Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?» - 14ч.

	Тема	Кол-во уроков
	«Хочу вырасти свободным	

	человеком: что для этого нужно??»	
1.	Что такое свободный человек?	2ч
2.	Права и обязанности школьника	2ч.
3.	Что такое «право на уважение»?	2ч
4.	Права и обязанности	2ч
5.	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	2ч
6.	Как разрешить конфликты мирным путем?	3ч
7.	Итоговое занятие	1ч

Список литературы:

1. Глазунов Д.А. Психология Развивающие занятия 1 класс, М 2008
2. Зак А.З. Как определить уровень мышления школьника. М., 1982.
3. Зинченко В.П. Психологические основы педагогики. (Психолого-педагогические основы построения системы развивающего обучения Д.Б.Эльконина – В.В.Давыдова). – М.: Гардарики, 2002.
4. Клепцова Е.Ю. «Психология и педагогика толерантности».- М. – Академический Проект, 2004 год.
5. Хухлаева О.В. Школьная психологическая служба, М,2008
6. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему я» - М,2008 .
7. Калейдоскоп родительских собраний: Методические разработки. Выпуск 2./ Под ред. Н.А. Алексеевой. – М.: ТЦ Сфера,2001.