

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №3 городского округа Чапаевск Самарской области
(наименование организации)

Проверено
Куратор по ВР
Карасева Н.Н.



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №3 г.о. Чапаевск
Кочеткова Е.А.




РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет (курс) внеурочной деятельности «Познай себя»

Класс: 1-3

Количество часов по учебному плану: 34 часа в год, 1 час в неделю

Рассмотрена на заседании МО младшей школы
Протокол № _____ от « _____ » _____ 2022г.
Председатель МО  Оськина Г.О.

Пояснительная записка

Программа «Познай себя» поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления.

«Уроки развития» в начальной школе направлены на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, а так же способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Программа курса представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социопсихологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, групповые дискуссии.

Цель программы: формирование сохранения психологического здоровья и позитивного отношения к себе и школе, профилактика школьной дезадаптации, а так же формирование умения осуществлять различные умственные действия, развитие самостоятельности детей, способности к рассуждению, самоконтроля, стремления отстаивать свое мнение, доказывать свою точку зрения, в том числе формирование таких психологических качества и умения, которые помогут школьникам не только усваивать учебный программный материал на предметных уроках, но и осознавать себя членом социума.

Основные задачи:

- Формирование психологического здоровья.
- Воспитание нравственных чувств и этического сознания.
- Формирование позитивное отношение к своему «Я».
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
- Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
- Мотивирование к самопознанию и познанию других людей.
- Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
- Развитие навыков социального поведения. Знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями поведения.
- Создание возможностей для самовыражения.
- Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
- Развитие способности ребенка к эмпатии, сопереживанию.
- Формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных навыков.
- Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
- Развитие познавательной способностей и мотивации.
- Раскрытие творческого потенциала.

Общая характеристика курса «Познай себя».

Основная задача программы «Познай себя» состоит в развитии у первоклассников сенсорно-перцептивной сферы, наглядно-образного мышления, формировании предпосылок овладения учебной деятельностью, а так же, позволит быстро адаптироваться к новым условиям, содействует осознанию позиции школьника, способствует формированию дружеских отношений в классе; развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях. Во 2 классе представляется важным дальнейшее развитие наглядно-образного мышления и начало формирования словесно-логического мышления, а также внутреннего плана действия как одного из новообразований этого периода развития. Необходимо заботиться о эмоциональной сфере ребенка, помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств, учить детей находить положительные качества во всех людях. Основной упор в психологическом развитии третьеклассников и четвероклассников делается на формировании у них словесно-логического понятийного мышления, развитии произвольности (прежде всего помехоустойчивости в интеллектуальной и двигательной сферах), внутреннего плана действия, креативности и творчества.

Личностные, метапредметные и предметные результаты.

В результате изучения программы «Познай себя» на ступени начального общего образования у выпускников будут сформированы личностные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

В сфере *личностных универсальных учебных действий* будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;

В сфере *познавательных универсальных учебных действий* выпускники научатся:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- учиться исследовать свои качества и свои особенности;
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях;
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит;
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого;
- соотносить результат с целью и оценивать его;
- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета.

В сфере *коммуникативных универсальных учебных действий* выпускники приобретут умения:

- учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию;
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- учиться работать в паре и в группе, слушать и понимать речь других ребят.

Формы организации внеурочной деятельности.

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе.

Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента: аксиологический (связанный с сознанием), инструментально-технологический и потребностно-мотивационный.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

На уроках психологического развития не ставятся отметки, но оценивание осуществляется обязательно. Ученики на этих уроках избавляются от «отметочной» психологии, они не боятся дать ошибочный ответ, так как никаких неудовлетворительных отметок за ним не последует, все ответы детей принимаются, внимательно выслушиваются, и в итоге коллективного обсуждения дети приходят к правильному решению. У них постепенно формируется отношение к этим урокам как средству развития своей личности. Главным вопросом для учеников становится вопрос «Чему я научусь (научился) сегодня на уроке?», а не «Какую отметку я получу (получил)?».

Формы контроля: предварительная (в начале учебного года) и итоговая (в конце учебного года) диагностика

Оценка эффективности занятий по программе «Познай себя».

Для оценки эффективности можно использовать следующие показатели:

- помощи, которую оказывает учитель учащимся при выполнении заданий: чем помощь учителя меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
- поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты уроков;
- результаты выполнения контрольных психологических заданий, в качестве которых даются задания, уже выполнявшиеся учениками, но другие по своему внешнему оформлению, и выявляется, справляются ли ученики с этими заданиями самостоятельно;
- косвенным показателем эффективности данных занятий может быть повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам, а также наблюдения учителей за работой

учащихся на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности и др.).

Критериями эффективности программы являются (фиксируются в процессе наблюдения освоения учащимися программы):

- снижение уровня школьной тревожности;
- мотивация на саморазвитие;
- повышение коммуникативной компетентности;
- активность и продуктивность учеников в деятельности, как в образовательном процессе, так и внеклассной и внешкольной деятельности (отслеживается психологом, либо выявляется в процессе беседы с классным руководителем).

Тематическое планирование (1 класс)

№	Тема занятия	Цель занятия	Содержание занятия	К-во часов
Раздел 1. «Я – школьник» (12 ч.)				
1.	Знакомство..	Суметь войти в контакт с детьми, создать атмосферу безопасности и принятия. Адаптация детей к новому стилю общения взрослого.	Упражнение Познавательная беседа. Упражнение Игра Рефлексия Диагностика	1
2.	Кто я? Что я знаю о себе?	Помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость, осознать себя как ценную личность. Формирование позитивного отношения к своему «Я».	Познавательная беседа. Упражнение Игра Рисунок Рефлексия	1
3.	Мы школьниками стали	Формирование внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, нормальному взаимодействию со сверстниками и взрослыми; развивать коммуникативные навыки. Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.	Упражнение Сказкотерапия Упражнение Игра Рисунок Рефлексия	1
4.	Зачем мне нужно ходить в школу?	Помочь каждому адаптироваться к школе; развивать самосознание через самооценку, признание на признание; научить концентрировать свое внимание на успехах и достижениях; помочь ребенку поверить в свои силы и успех.	Игра «Доброе утро!» Упражнение «Лесные жители» Сказкотерапия «Создание Лесной школы» Игра «Правильно-неправильно» Лепим сказочных героев Упражнение «Рисуем настроение» Рефлексия «Спасибо за прекрасный день»	1
5.	Мой друг школьный портфель	Приучать детей с порядку, аккуратности, бережному отношению к учебникам и другим школьным вещам.	Упражнение Сказкотерапия Рефлексия	1
6.	Мой класс.	Формирование отношения к окружающей действительности; помочь адаптироваться в новой	Приветствие Упражнение Игра «Кто ты?»	1

		учебной обстановке; развивать самосознание через образ себя, как представителя определенного пола. Развитие эмпатии как понимание чувств других людей и сопереживание им.	Рисунок Рефлексия	
7.	Узнай меня поближе	Создание общей положительной атмосферы занятия, включение процесса группообразования, сплочение коллектива, узнать что-то новое друг о друге, подчеркнуть уникальность каждого участника.	Упражнение Лепка Инсценирование проблемных ситуаций Рефлексия	1
8.	Мои друзья - одноклассники.	Понять, что каждый человек является неповторимой личностью, обладающий сильными и слабыми сторонами; учиться общаться без конфликтов.	Упражнение Игра Сочинение сказки Инсценирование проблемных ситуаций Рефлексия	1
9.	Мои успехи в школе.	Учить реально, относиться к собственным способностям и возможностям, развивать внутреннюю грамотность, адекватное отношение к оценке себя другими людьми; развивать умения видеть путь к успеху.	Упражнение Инсценирование проблемных ситуаций Игра Рисунок Рефлексия	1
10.	Настроения в школе	Снизить тревожность, усилить «Я» ребёнка, повысить психический тонус ребёнка, повысить уверенность в себе.	Упражнение Инсценирование проблемных ситуаций Упражнение Рисунок Рефлексия	1
11.	Первоклассник – это здорово!	Закрепление позитивного эмоционального отношения к школе и обучению	Упражнение» Рисунок Рефлексия	1
Диагностика особенностей адаптации первоклассников к школьной жизни				
12.	Диагностика особенностей адаптации учащихся к школьной жизни	Выявить дезадаптированных учащихся неуспешных в учебной деятельности или испытывающих трудности в межличностном общении.	Изучение особенностей адаптации первоклассников к обучению в школе проводится с помощью следующих методик: С.С. Подмазина «Установочное поле» Наблюдение (карта Стотта) Г. Хоментаскас «Рисунок семьи», «Несуществующие животное», М. Панфиловой «Кактус», Лусканова Н.Г. Оценка уровня школьной мотивации младших школьников.	1
Раздел 2. Какой Я – какой Ты (5 ч.)				
13.	Какой Я?	Понять, что каждый человек является неповторимой личностью, обладающий сильными и слабыми сторонами; учиться общаться без конфликтов. Помочь детям	Упражнение Игра Рисунок Сказкотерапия Рисунок по мотивам сказки Рефлексия	1

		осознать наличие у них разнообразных положительных качеств.		
14.	Какой ТЫ?	Понять, что каждый человек является неповторимой личностью, обладающий сильными и слабыми сторонами; учиться общаться без конфликтов. Учить детей находить положительные качества во всех людях.	Упражнение Игра Рисунок по мотивам сказки Игра Рефлексия	1
15.	Люди отличаются друг от друга своими качествами	Распознавание черт своего характера; принятие различных проявлений черт своего характера; управление своими переживаниями.	Упражнение « Игра Сказкотерапия Рефлексия	1
16.	Хорошие качества людей	Определить, какое качество можно считать важным; развитие позитивного отношения к миру, оптимизма, любви к людям, принятия себя и мира во всех проявлениях.	Упражнение Игра Рефлексия	1
17.	Какими качествами мы похожи и чем отличаемся	Осознание учащимися наличия у них хороших качеств, влияние их (качеств) на жизнь людей.	Упражнение Игра Сказкотерапия «Туча» (Н. Мишин). Рисунок по сказке Рефлексия	1
Раздел 3. Хочу хорошо учиться (5 ч.)				
18.	Что нужно чтобы хорошо учиться? Учимся играя	Осознание учащимися наличия у них качеств и способностей для успешного обучения. Учить реально, относиться к собственным способностям и возможностям.	Упражнение Познавательная беседа. Игра Рефлексия	1
19.	Что такое внимание и как его развивать?	Учить реально, относиться к собственным способностям и возможностям, развивать внутреннюю грамотность, адекватное отношение к оценке себя другими людьми; развивать умения видеть путь к успеху. Развитие внимания.	Упражнение Рефлексия	1
20.	Развитие произвольного внимания (устойчивость и переключение).	Учить реально, относиться к собственным способностям и возможностям, развивать внутреннюю грамотность, адекватное отношение к оценке себя другими людьми; развивать умения видеть путь к успеху. Развитие внимания.	Упражнение Рефлексия	1
21.	Память. Приёмы успешного запоминания.	Формирование внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе Развитие памяти, помочь	Упражнение Игра Рефлексия	1

		учащимся выбрать приемлемы способы успешного запоминания.		
22.	Как я думаю? Мышление.	Формирование внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе Развитие мышления.	Упражнение Игра Рефлексия	1
Раздел 4. Мои чувства (6 часов)				
23.	Радость. Что такое мимика.	Расширить круг понимаемых эмоций; развивать способность определять эмоции по графическим изображениям; учить передавать заданное эмоциональное состояние при помощи выразительных движений: мимики, пантомимики.	Упражнение Коллективно-творческое дело Инсценирование проблемных ситуаций Игра Рефлексия	1
24.	Грусть.	Помочь осознать, что каждый является неповторимой личностью, имеющей свои особенности; помочь каждому жить в мире реальности; помочь найти способы как справиться со стрессами.	Упражнение Инсценирование проблемных ситуаций Беседа Игра Сказкотерапия Рефлексия	1
25.	Страх. Как справиться со страхом. Как его преодолеть страх.	Утвердить право на переживание страха, дать детям возможность отреагировать страхи, показать некоторые способы совладения с ними; сделать акцент на возможности справиться со страхом, заботясь о других людях.	Упражнение Визуализация Игра Сказкотерапия Инсценирование проблемных ситуаций Игра Сказкотерапия Рисунок по сказке Рефлексия	1
26.	Гнев. С какими чувствами он дружит? Может ли гнев принести пользу?	Ребенок должен понять, что гнев вызван страхом и обидой; помочь понять, что дети могут контролировать, а что неподвластно этому контролю; помочь развивать сильные стороны своего характера.	Упражнение Инсценирование проблемных ситуаций Пантомима Сказкотерапия Рефлексия	1
27.	Разные чувства	Дать понять, что допустимо проявление любых чувств, но не любого поведения; помочь искренне выразить свои чувства и при этом уважительно относиться к другим (научиться выражать свои чувства без агрессии и насилия).	Упражнение Игра Рисунок Беседа Сказкотерапия Рисунок Рефлексия	1
Диагностика познавательных психических процессов младшего школьника				
28.	Диагностика познавательных психических процессами уровня их	Выяснить, на каком уровне развития находятся познавательные психические процессы ребёнка и его личностное развитие.	Изучение уровня развития психических познавательных процессов проводилось с помощью следующих методик: «Узнавание фигур»	1

	развития на начальном этапе обучения в школе		Методика определения кратковременной памяти. «Оперативная память». «Образная память». А.Р. Лурии «Заучивание 10 слов» «Воспроизведение рассказа» «Пиктограмма» «Корректурная проба» (тест Бурдона) «Толкование пословиц»	
Раздел 5. Трудности первоклассника (5 часов)				
29.	Трудности первоклассника в школе, дома, на улице.	Осваивать правила поведения в разных ситуациях: в школе, дома, на улице, в общественных местах. Работать с иллюстрациями. Находить необходимую информацию. Моделировать ситуацию.	Игра «Сказкотерапия» Лепка Рефлексия	1
30.	Школьные трудности	Учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолеть их. Учиться рассуждать, строить логические умозаключения. Уметь договариваться и приходить к общему решению. Стимуляция психического и личностного роста ребенка; развитие навыков социального поведения; стимулирование уверенности в себе и развитие самостоятельности.	Упражнения Инсценирование проблемных ситуаций Сказкотерапия Рисунок Рефлексия	1
31.	Домашние трудности	Учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолеть их. Учиться рассуждать, строить логические умозаключения. Уметь договариваться и приходить к общему решению. Стимуляция психического и личностного роста ребенка; развитие навыков социального поведения; стимулирование уверенности в себе и развитие самостоятельности.	Упражнение Инсценирование проблемных ситуаций Сказкотерапия Рисунок Рефлексия «	1
32.	Живи без конфликтов. Правила поведения в общественных местах.	Стимуляция психического и личностного роста ребенка; развитие навыков социального поведения; стимулирование уверенности в себе и развитие самостоятельности.	Упражнение Упражнения Инсценирование проблемных ситуаций Рефлексия	1
Диагностика личностных особенностей первоклассника				
33.	Диагностика личностных особенностей	Выявление детей испытывающих трудности в обучении (гиперактивных, тревожных,	Изучение личностных особенностей ребенка проводилось с помощью следующих методик:	1

ребенка, уровень его активности, самооценки, уровня тревожности, наличие страхов, уверенности в своем положении, агрессивных тенденций	агрессивных, аутичных), изучение пространственное мышление, творческие способности, эмоциональное состояние и отношение к себе и другим	Hand-тест (тест руки) Рисуночный тест Сильвер (техника стимульного рисования) «Несуществующее животное» «Автопортрет»	
--	---	--	--

Учебно – тематический план (2 класс)

№	Тема занятия	Цель занятия	Содержание занятия	К-во часов
Раздел 1. «Кто Я? Какой Я?» (Самопознание) (7 часов)				
1	Тайна моего «Я». Мое имя. История моего имени.	Создать условия для сближения детей друг с другом, сплочения группы, развивать интерес к самопознанию.	Познавательная беседа. Упражнение Игра Рефлексия	1
2	Какой я? Автопортрет.	Создать условия для сближения детей друг с другом. Учить анализировать собственную внешность и особенности личности.	Познавательная беседа. Игра Упражнение Рисунок Упражнение Рефлексия	1
3	Какой я? Мои интересы.	Развивать умение понимать себя и других, продолжать учить анализировать особенности своей личности.	Ритуал начала занятия Игра-беседа Игра « Нарисуй свой портрет Ритуал окончания занятия	1
4	Развитие концентрации внимания. Совершенствование мыслительных операций.	Создание эмоционально-комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков	Психогимнастика. Разминка (вопросы-ответы). Динамическая пауза	1
5	Моя семья и ее интересы.	Развивать умение понимать себя и других, продолжать учить анализировать интересы своей семьи, сблизить детей друг с	Ритуал начала занятия Игра-беседа Ритуал окончания занятия	1

		другом.		
6	Животные в моем доме.	Развивать интерес детей друг к другу, способствовать сближению на основе общих интересов.	Ритуал начала занятия Игра – беседа Игра Ритуал окончания занятия	1
7	Тренировка внимания. Совершенствование мыслительных операций. Развитие аналитических способностей и способности рассуждать.	Формирование и развитие общеучебных умений и навыков.	Психогимнастика. Разминка Динамическая пауза	1
Раздел 2. Живем без ссор (основы общения) (10 часов).				
8	Роль эмоций в общении и способы их выражения.	Учить выражать свое эмоциональное состояние и понимать его у других. Познакомить детей с понятием эмоции и способами их выражения.	Ритуал начала занятия Беседа Игра Ритуал окончания занятия	1
9	Знакомство с эмоциями. Радость. Горе. Печаль.	Учить выражать свое эмоциональное состояние радости и печали и понимать его у других. Познакомить детей с понятием эмоции и способами ее выражения.	Ритуал начала занятия Беседа Этюды Ритуал окончания занятия	1
10	Тренировка слуховой памяти. Совершенствование мыслительных операций.	Развитие речи при работе над словом.словосочетанием	Психогимнастика. Разминка Динамическая пауза	1
11 - 12	Знакомство с эмоциями. Гнев. Конфликты: повод, причины.	Учить выражать свое эмоциональное состояние гнева и понимать его у других. Познакомить детей с понятием эмоции и способами их безопасного выражения.	Ритуал начала занятия Сказка Беседа Этюд Ритуал окончания занятия	2
13	Стыд. Чувство вины.	Учит выражать состояние стыда и вины и понимать его у других.	Ритуал начала занятия Игра-перевоплощение Этюд Ритуал окончания занятия	1
14	Тренировка зрительной памяти. Совершенствование мыслительных операций.	Развитие сенсорной сферы	Психогимнастика. Разминка Динамическая пауза	1
15	Эмоции – наши друзья и наши враги.	Учить различать эмоциональные	Приветствие Беседа	1

		ощущения. Способствовать пониманию опасного и безопасного способа выражения эмоций.	Игра Этюд Ритуал окончания занятия	
16	Меняем настроение.	Познакомить детей с «позитивным переформулированием», как способом изменения отношения к ситуации. Формировать навыки работы с «позитивными мыслями». Развивать умение управлять своим настроением, учить способам саморегуляции.	Ритуал начала занятия Игра Ритуал окончания занятия	1
17	Развитие логического мышления. Обучение поиску закономерностей. Развитие аналитических способностей и способности рассуждать.	Развитие сенсорной сферы (глазомера, мелких мышц кистей).	Психогимнастика. Разминка (вопросы-ответы) Выполнение упражнений и заданий в тетради. Динамическая пауза («Четвертый лишний», «Запрещенное движение»).	1
Раздел 3. «Правила нашей жизни». Знакомство с социальными нормами (3 часа)				
18	Моральные правила: альтруистическое поведение – оказание помощи.	Продолжать знакомить с моральными правилами поведения. Формировать понимание значимости проявления сочувствия, оказания помощи.	Приветствие. Игра Составление правил поведения в классе. Этюд Рефлексия.	1
19	Право человека на личную собственность.	Продолжать знакомить с моральными правилами поведения. Формировать понимание значимости другого человека и его интересов.	Приветствие. Сказкотерапия Рисунок Игра Рефлексия	1
20	Совершенствование воображения. Развитие наглядно-образного мышления.	Формирование и развитие различных видов памяти, внимания и воображения.	Психогимнастика. Разминка Выполнение упражнений и заданий в тетради. Динамическая пауза Решение ребусов	
Раздел 4. «Учимся дружить!». Сотрудничество (7 часов).				
21	Организация поздравления товарища.	Формировать умение проявлять моральные качества: доброту, соучастие, желание порадовать близкого человека.	Приветствие. Игра Конкурс Этюд Рефлексия	1
22	Организация общего дела: пишем письмо	Формировать умение проявлять моральные	Приветствие. Игра-беседа	1

	заболевшему другу.	качества: доброту, сочувствие, помощь.	Создание письма другу Решаем ребусы	
23	Развитие быстроты реакции. Совершенствование мыслительных операций.	Развитие двигательной сферы.	Психогимнастика. Разминка Работа в тетради. Динамическая пауза	1
24	Психологическая игра «Я в кругу друзей»	Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом.	Приветствие. Упражнение Рефлексия	1
25	Я умею общаться.	Вызвать у детей интерес к увлечениям других людей.	Приветствие Игра Рефлексия	1
26	Тренировка слуховой памяти. Совершенствование мыслительных операций.	Развитие речи при работе над словом.	Психогимнастика Разминка Динамическая пауза	1
27	Мой класс.	Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом.	Приветствие. Упражнение Игра Упражнение Рисунок Рефлексия	1
Раздел 5. «Я познаю мир» (5 часов)				
28	Я и природа.	Развивать в детях бережное отношение к природе.	Ритуал начала занятия Игра-перевоплощение Игра-имитация Ритуал окончания занятия	1
29	Мои воображения.	Развивать воображение, творческое мышление.	Приветствие. Игра-перевоплощение Этюд Ритуал окончания занятия	1
30	Развитие концентрации внимания. Развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации.	Формирование различных видов памяти, внимания и воображения.	Психогимнастика. Разминка Динамическая пауза	1
31	Мир вокруг нас.	Развивать интерес детей друг к другу, способствовать сближению на основе общих интересов.	Приветствие. Игра-перевоплощение Мини-этиюд Пантомима	1
32	Комплименты.	Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения	Приветствие. Игра Этюд Игра Рефлексия	1

		детей друг с другом.		
Раздел 6. Подведение итогов (2 часа).				
33	Диагностика	Определить итоговый уровень развития ценностно-ориентационных и коммуникативных умений.		1
34	Итоговое занятие.	Подвести итоги занятий, способствовать появлению рефлексии. Помочь оценить радость от общих занятий, общения.	Беседа. Игра «Я иду, иду, иду». Рисунок «Здравствуй, лето». Рефлексия.	1

Учебно – тематический план 3 класс

№	Тема занятия	Цель занятия	Содержание занятия	К-во часов
Раздел 1. Кто я? Какой я? (Самопознание) (10 часов).				
1	Имя – судьба? Значение имени. Великие люди с таким именем.	Создать условия для сближения детей друг с другом, сплочения группы, развивать интерес к самопознанию. Вызвать чувство гордости.	Приветствие. Упражнение Игра Рефлексия	1
2	Какой я? Автопортрет.	Создать условия для сближения детей друг с другом. Учить анализировать собственную внешность и особенности личности, учить видеть изменения и во внешности, и в личности.	Познавательная беседа. Упражнение Игра Рисунок Рефлексия	1
3	Развитие концентрации внимания. Совершенствование мыслительных операций.	Формирование различных видов памяти, внимания и воображения.	Психогимнастика. Разминка Динамическая пауза	1
4-5	Мои привычки, полезные и неполезные.	Совершенствовать навыки самоанализа. Учить анализировать собственное поведение. Учить приемлемым способам избавления от вредных привычек.	Приветствие Упражнение Инсценирование проблемных ситуаций Рефлексия	2
6	Тренировка внимания. Совершенствование мыслительных операций. Развитие	Формирование различных видов памяти, внимания и воображения.	Психогимнастика. Разминка Выполнение упражнений и заданий в тетради Динамическая пауза	1

	аналитических способностей и способности различать.			
7	Мои способности	Учить детей осознавать свои способности и возможность саморазвития. Формировать у детей желание развивать свои способности.	Ритуал начала занятия Игра-беседа Рисунок Ритуал окончания занятия	1
8-9	Умение сделать выбор, сказать «нет».	Учить детей говорить «нет!»; помочь им осознать ответственность за свой выбор.	Приветствие. Игра «да-нет» Решение ребусов. Рефлексия	2
10	Тренировка слуховой памяти. Совершенствование мыслительных операций.	Создание эмоционально-комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков	Психогимнастика. Разминка (вопросы-ответы) Выполнение упражнений и заданий в тетради Динамическая пауза	1
Раздел 2. Живем без ссор (6 часов)				
11	Конфликт с разных сторон	Учить детей понимать позиции других сторон конфликта. Развивать способность к децентрации. Развивать у детей навыки позитивного социального поведения, показать важность способности ладить с другими.	Упражнение Коллективно-творческое дело Инсценирование проблемных ситуаций Упражнение Игра Рефлексия	1
12	Игры по правилам как способ избежать конфликта.	Учить детей правилам позитивного социального поведения во время общения для избегания конфликта. Показать важность способности ладить с другими.	Ритуал начала занятия Сказка Беседа. Этюд	1
13	Развитие концентрации внимания. Совершенствование мыслительных операций.	Формирование различных видов памяти, внимания и воображения.	Психогимнастика. Разминка Динамическая пауза	1
14-15	Как правильно ссориться.	Учить детей правилам позитивного социального поведения в процессе конфликта. Показать важность	Беседа Игра Этюд Ритуал окончания занятия	2

		способности ладить с другими.		
16	Память. Приёмы успешного запоминания.	Создание эмоционально-комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков	Упражнение Игра Рефлексия	1
Раздел 3. Правила нашей жизни. Социальные нормы (6 часов).				
17-18	Моральные нормы (лесть, критика, комплимент).	Продолжать знакомить с моральными правилами поведения: общение с уважением личности другого человека (как сделать замечание, комплимент, отношение людей к лести). Формировать понимание значимости другого человека и его интересов.	Приветствие. Игра Составление правил поведения в классе. Этюд Рефлексия.	2
19	Совершенствование воображения. Развитие наглядно-образного мышления.	Создание эмоционально-комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков	Психогимнастика. Разминка (вопросы-ответы). Выполнение упражнений и заданий в тетради. Динамическая пауза Решение ребусов.	1
20	Моральные нормы: право на информацию.	Продолжать знакомить с моральными правилами поведения: право человека на информацию, отношение к искажению информации. Формировать понимание значимости другого человека и его интересов.	Приветствие. Упражнение Сказкотерапия Игра Упражнение Рефлексия	1
21	Правила законности поступков (воровство, попрошайничество, вымогательство).	Продолжать знакомить с моральными правилами поведения: право на личную собственность, отношение к попрошайничеству, обязанности государства по охране собственности человека от посягательств – воровства и вымогательства.	Ритуал начала занятия Игра Упражнение Ритуал окончания занятия	1
22	Развитие быстроты	Создание эмоционально-	Психогимнастика.	1

	реакции. Совершенствование мыслительных операций.	комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков	Разминка (вопросы-ответы) Работа в тетради. Динамическая пауза	
Раздел 4. Учимся дружить! Сотрудничество (6 часов).				
23	Изготовление совместной поделки.	Формировать умение проявлять моральные качества: внимание к мнению и интересам другого человека, умения уступить, отстоять свои интересы.	Приветствие. Создание поделки. Рефлексия.	1
24	Составление совместного коллажа «Наш класс»	Формировать умение проявлять моральные качества: внимание к мнению и интересам другого человека, умения уступить, отстоять свои интересы в ходе сотрудничества.	Приветствие. Создание коллажа. Рефлексия.	1
25	Развитие логического мышления. Обучение поиску закономерностей. Развитие аналитических способностей и способности рассуждать.	Создание эмоционально-комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков	Психогимнастика. Разминка (вопросы-ответы) Выполнение упражнений и заданий в тетради. Динамическая пауза	1
26	Обучение друг друга новой игре.	Формировать умение проявлять моральные качества: внимание к мнению и интересам другого человека, умения терпеливо и понятно объяснять, учитывая позицию собеседника в ходе сотрудничества.	Приветствие Упражнение Рефлексия	1
27	Психологическая игра «Я в кругу друзей»	Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом.	Приветствие Игра Рефлексия	1
28	Тренировка слуховой памяти. Совершенствование мыслительных операций.	Развитие речи при работе над словом.	Психогимнастика. Разминка (вопросы-ответы) Выполнение упражнений и заданий в тетради. Динамическая пауза	1

Раздел 5. Я и моя школа (4 часа).				
29	Что такое лень?	Помочь детям осознать особенности позиции ученика	Ритуал начала занятия Игра Ритуал окончания занятия	1
30	Я и мой учитель.	Предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя. Помочь детям принять учителя таким, какой он есть.	Беседа Игра Этюд Ритуал окончания занятия	1
31	Развитие концентрации внимания. Развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации.	Формирование различных видов памяти, внимания и воображения.	Психогимнастика Разминка (вопросы-ответы) Выполнение упражнений и заданий в тетради. Динамическая пауза	1
32	Как справиться с «немогучками»?	Научить детей концентрации внимания, научить справляться с ленью.	Познавательная беседа. Игра Упражнение Рефлексия	1
Раздел 6. Подведение итогов (2 часа).				
33	Диагностика	Определить итоговый уровень развития ценностно-ориентационных и коммуникативных умений.		1
34	Итоговое занятие	Подвести итоги занятий, способствовать появлению рефлексии. Помочь оценить радость от общих занятий, общения.	Беседа Игра Рисунок Рефлексия	1

Диагностические методики

Методика на выявление уровня моральной децентрации.

(Ж. Пиаже)по рассказу «**Булочка**»

из книги «Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе»),

Децентрация: умение видеть ситуацию с разных перспектив и понимать, что все люди разные и то, что кажется правильным тебе, не всегда хорошо для другого.

Цель: выявление уровня моральной децентрации как способности к координации трех норм: справедливого распределения, ответственности, взаимопомощи на основе принципа компенсации.

Возраст: 7-10 лет

Инструкция:

Сейчас я прочитаю рассказ, а потом вы ответите на вопросы.

Текст рассказа:

Однажды в выходной день мама с детьми гуляла по берегу реки. Во время прогулки она дала каждому ребенку по булочке. Дети принялись за еду. А самый маленький, который оказался невнимательным, уронил свою булочку в воду.

Вопросы:

- 1.Что делать маме? Должна ли она дать ему еще булочку?
- 2.Почему?
- 3.Представь, что у мамы больше нет булочек. Что делать?
- 4.Почему?

Критерии оценивания:

- 1.Решение моральной дилеммы (давать или не давать булочку).

2. Способ координации норм (почему)

3. Решение моральной дилеммы с усложнением условий (3 и 4 вопрос)

Уровни оценивания по возрастанию:

1. Отказ («сам виноват») – учитывается только норма справедливого распределения.

2. Дать всем снова поровну – учитывается норма справедливого распределения и принципа эквивалентности.

3. Дать самому слабому – децентрация на основе нескольких норм.

Методика «Кто я?»

(модификация методики М.Куна)

из книги «Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе» под редакцией А.Г. Асмолова, М., «Просвещение», 2008, с.56)

Цель: выявить сформированность Я – концепции и самоотношения.

Возраст: 9 – 10 лет.

Инструкция:

Напишите как можно больше ответов на вопрос «Кто я?»

Критерии оценивания:

1. Дифференцированность – количество категорий:

а-социальные роли,

б-умения, знания, навыки;

в-интересы, предпочтения,

г- личностные свойства,

д- оценочные суждения)

2. Обобщенность – степень обобщенности характеристик «Я».

2. Самоотношение – соотношение положительных и отрицательных суждений.

Уровни оценивания по возрастанию:

Дифференцированность

1. 1-2 определения, относящиеся к категориям А, Б.

2. 2.3-5 определений, преимущественно относящихся к категориям Б, В.

3. От 6 и более определений, включая более 4 категорий, в том числе Г.

Обобщенность

1. Учащиеся называют конкретные действия (я учусь в школе), свои интересы.

2. Совмещение категорий А и В.

3. Учащиеся указывают свою социальную роль (я ученик), обобщенные личностные качества (сильный, смелый).

Самоотношение

1. Преобладание отрицательных суждений или поровну (низкое самовосприятие или отвержение).

2. Недостаточное преобладание положительных суждений (амбивалентное или недостаточно позитивное самоотношение)

3. Преобладание положительных суждений (положительное самовосприятие).

Методика «Кто прав?»

Г.А.Цукерман и др.

из книги «Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе» под редакцией А.Г. Асмолова, М., «Просвещение», 2008, с.131),

Цель:

Выявить сформированность действий. Направленных на учет позиции собеседника.

Возраст: 8-10 лет

Инструкция: Прслушайте рассказ и ответьте на вопросы.

Текст 1:

Петя нарисовал Змея Горыныча и показал друзьям. Володя сказал: «Вот здорово!» А Саша воскликнул: «Фу, ну и страшилище!»

Вопросы:

1. Кто из них прав?

2. Почему так сказал Саша?

3. А Володя?

4. О чем думал Петя?
5. Что ответит Петя каждому из мальчиков?
6. Что бы ты ответил на месте Володи?
7. Почему?

Текст 2:

После школы три подруги решили готовить уроки вместе.

- Сначала решим задачи по математике, - сказала Наташа.
- Нет, начать надо с упражнения по русскому языку, - предложила Катя.
- А вот и нет, вначале надо выучить стихотворение, - возразила Ира.

Вопросы:

1. Кто прав?
2. Почему?
3. Почему так сказала Наташа?
4. Катя?
5. Ира?
6. Как им лучше поступить?

Текст 3:

Две сестры пошли выбирать подарок своему маленькому братишке к первому его дню рождения.

- Давай купим ему это лото, - предложила Лена.
- Нет, лучше подарить самокат, - возразила Аня.

Вопросы:

1. Кто прав?
2. Почему?
3. Почему так сказала Лена?
4. Аня?
5. Что бы ты предложил подарить?
6. Почему?

Критерии оценивания:

- Преодоление эгоцентризма – понимание возможности различных позиций
- понимание относительности подходов для оценки предмета
- учет разных мнений
- Учет разных потребностей и интересов.

Уровни оценивания по возрасту:

1. Низкий уровень: исключает возможность разных точек зрения
2. Средний: допускает возможность разных точек зрения, но не может обосновать
3. Высокий: понимает возможность разных точек зрения и может обосновать

Задание «Рукавички»

Г.А.Цукерман

из книги «Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе» под редакцией А.Г. Асмолова, М., «Просвещение», 2008, с.132),

Цель:

Выявить уровень сформированности действий по согласованию усилий при сотрудничестве.

Возраст: 6,5 – 7 лет

Инструкция:

Украсьте одинаково пару рукавичек. (Задание паре)

Критерии оценивания:

- продуктивность (по сходству рисунков)
- умение договариваться
- взаимный контроль
- взаимопомощь

Отношение к совместной деятельности (позитивное, нейтральное, отрицательное)

Уровни оценивания по возрасту:

1. Низкий: нет сходства в узорах, дети не могут договориться.
2. Средний: частичное сходство.
3. Высокий: узор одинаковый, дети взаимодействуют.

Задание «Дорога к дому»
модифицированный вариант

из книги «Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе» под редакцией А.Г. Асмолова, М., «Просвещение», 2008, с.133),

Цель: выявить уровень сформированности действий по передаче информации

Возраст: 8-10 лет

Инструкция: Двух детей усаживают в пару напротив друг друга за стол. Перегороженный экраном. Одному дают карточку с линией, изображающей путь к дому, другому – карточку с ориентирами – точками

«Расскажи партнеру, как пройти к дому» (по его инструкции).

Можно задавать вопросы.

Затем меняются ролями.

Критерии оценивания:

-продуктивность по степени сходства дорожки с образцом,

-способность строить понятные высказывания

-умение задавать вопросы

--способы контроля и взаимопомощи

-отношение к совместному делу: позитивное, нейтральное, отрицательное

Уровни оценивания по возрастанию:

1. Низкий уровень: узоры не похожи на образцы, вопросы и инструкции непонятны

2. Средний: частичное сходство, вопросы и ответы расплывчаты.

3. Высокий: узоры соответствуют образцам, продуктивный диалог, взаимоподдержка и проверка.

Методика «Три желания»

(модификация методики «Цветик - семицветик» составителя Витковской И.М.)

из книги «Воспитательная практика: изучение эффективности» под редакцией Е.Н.Степанова, 2000 год)

Цель: выявить направленность интересов младших школьников.

Инструкция:

Загадайте 3 желания и напишите их.

Возраст: 7-10 лет

Критерии оценивания:

-широта интересов (- расширение сферы интересов от эготропных «для себя» к аллотропным («для всех»))

-направленность (духовные, материальные)

Оценивание:

-расширение направленности интересов (от эготропных «для себя» к аллотропным «для всех»)

-увеличение процента желаний, связанных с духовными ценностями, по сравнению с процентом желаний, связанных с материальными ценностями в начале и конце обучения.