

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №1»

РАССМОТРЕНА
на заседании ШМО учителей
начальных классов
(протокол от 01.09.2020 г. №1)

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора МБОУ
«Средняя школа №1»
приказ № 153/1 от 31.08.2020

Рабочая программа внеурочной деятельности
по социальному направлению «Знакомство с самим собой»
для 3 класса

г. Дзержинск, 2020 г.

Раздел 1.

Пояснительная записка

Направленность дополнительной образовательной программы

Название – программа развивающих занятий социальной направленности «Знакомство с самим собой», вид – модифицированная, составлена на основе авторской программы социально-психологического развития личности учащихся в рамках введения федерального государственного стандарта начального общего образования «Знакомство с самим собой», разработанной Узяновой И.М. Первая ступень школьного обучения рассматривается как один из главных образовательных резервов, по своей потенциальной содержательной емкости не уступающая ни одной из последующих ступеней.

Цели и задачи программы

Программа социально-психологического развития личности обучающихся «Знакомство с самим собой» содержит курс психологических занятий с детьми начального школьного возраста, целью которой является создание условий для развития познавательной, эмоционально – волевой и личностно - мотивационной сфер младших школьников, достижение ими личностных и метапредметных результатов освоения основной образовательной программы при реализации федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения. Достижение цели реализуется через выполнение следующих задач:

- создание доброжелательной атмосферы в группе как необходимого условия для развития у детей уверенности в себе;
- создание условий для социально-психологической адаптации к обучению в школе, принятию и освоению социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- формирование метапредметных навыков, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе, воспитания умения учиться как способности самоорганизации с целью решения учебных задач;
- организация взаимодействия между детьми как предпосылок формирования навыков учебного и межличностного сотрудничества, развитие навыков сотрудничества и бесконфликтного взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- исследование личности ребенка, отслеживание результативности обучения детей по завершению каждого блока программы.

С сентября 2011 года введен в действие Федеральный государственный стандарт начального общего образования второго поколения, который определяет стратегию развития начального образования на ближайшие годы. В основу его положен системно-деятельностный подход. Наряду с освоением знаниевого компонента (умением читать, писать, считать), развитие личности ученика является целью и основным компонентом образования. Стандарт устанавливает и новые требования к результатам обучающихся, освоивших основную образовательную программу начального общего образования: личностным, метапредметным, предметным. Значительное место в создании условий для реализации требований стандартов и достижения результатов отводится внеурочной деятельности.

Внеучебная (внеурочная) деятельность школьников — понятие, объединяющее все виды деятельности школьников (кроме учебной), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации. В проекте государственного образовательного стандарта общего образования второго поколения, подготовленном Российской академией образования, отмечается, что организация занятий по направлениям внеучебной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Часы, отводимые на внеурочную деятельность, используются по желанию учащихся и направлены на реализацию различных форм ее организации, отличных от урочной системы обучения.

Ведущими методами на занятиях являются:

- игра;
- тренинговые упражнения;
- творческие задания;
- арт-терапия;
- сказкотерапия;
- музыкотерапия;
- диагностика.

В процессе организации занятий используются также следующие методы работы:

исследование - получение знаний на исследовательской основе.

наблюдение - непосредственное, целенаправленное восприятие предметов и явлений с помощью органов чувств с целью формирования правильных представлений и понятий, умений и навыков.

упражнение - планомерно организованное повторное выполнение какого-либо действия с целью его освоения или совершенствования.

словесные методы – беседа, рассказ, описание, объяснение.

На занятиях используются следующие приемы:

- творческие задания;
- реверсированная мозговая атака;
- ассоциации;
- коллективная запись;
- эвристические вопросы;
- приемы, способствующие удержанию внимания: динамичность (интенсивный темп изложения материала, его насыщенность мыслями и аргументами, подвижная мимика и жестикация, «живой» голос); наглядность; неофициальность; прямое обращение к аудитории, диалог; использование неожиданной информации; сопоставление всех «за» и «против»; юмор

Раздел 2.

Содержание учебного предмета.

Содержание деятельности в 3 классе.

1. Я – третьеклассник. Введение в технологию занятий с элементами тренинга. Принятие правил на занятиях. (1 ч.) Введение правил работы в группе во время занятий с элементами тренинговых технологий и арт-терапии. Выполнение устава школы и законов класса. Сплочение группы.
2. Мое второе школьное лето. Изменения, которые со мной произошли (1 ч.) Знакомство с портфолио. Заполнение страниц портфолио. Мотивационный настрой на обучение. Изменения личности. Все мы разные. Сплочение группы.

3. Моя семья: традиции, счастливые моменты, стремления, профессии родителей (3 ч.) Семья – это 7 Я и все мы. Чему я учусь у папы и мамы. Профессии моих родителей. Мои бабушки и дедушки, братья и сестры. О братьях наших меньших.
4. По лестнице знаний и интересов (6 ч.) Мое прилежание и поведение. Мои отношения с одноклассниками. Мир школьных предметов. Мои интересы и увлечения. Ярмарка профессий. Чему я могу научить одноклассников.
5. Мое дерево желаний (1ч). Мечты и желания. Мои стремления.
6. Мир вокруг меня (5 ч). Что я могу сделать, чтобы мир вокруг меня стал лучше. Как стать дружелюбным. В прекрасном мире искусства. Мастерская природы и человека.
7. Как я могу помочь себе и другим. Способы саморегуляции (4 ч). Чувства и эмоции. Волевая регуляция деятельности. Что я могу сделать, чтобы воспитать волю.
8. Чтобы хорошо учиться - развиваем познавательные процессы (восприятие, воображение, память, внимание, мышление, речь) (6 ч). Как мне помогают жить и учиться восприятие, воображение, память, внимание, мышление, речь. Тренировка - путь к успеху.
9. Создание и защита социального проекта «Семь чудес моей Родины». Мои достижения (6 ч.). Основы проектной деятельности. Подготовка проекта. Публичная защита проекта. Мои «шедевры». Я закончил третий класс.

Раздел 3.

Тематическое планирование.

п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Я – третьеклассник. Введение в технологию занятий с элементами тренинга. Принятие правил на занятиях.	1
2	Мое второе школьное лето. Изменения, которые со мной произошли	1
3	Моя семья: традиции, счастливые моменты, стремления, профессии родителей	3
4	По лестнице знаний и интересов	6

5	Мое дерево желаний	1
6	Мир вокруг меня	5
7	Как я могу помочь себе и другим. Способы саморегуляции.	5
8	Чтобы хорошо учиться - развиваем познавательные процессы (восприятие, воображение, память, внимание, мышление, речь)	6
9	Создание и защита социального проекта «Семь чудес моей Родины». Мои достижения.	6
Всего 34		

Календарно - тематическое планирование программы
с определением основных видов учебной деятельности обучающихся
социально-психологического развития личности учащихся
«Знакомство с самим собой»

№ п/п	Тема раздела	Тема занятия	Характеристика основных видов деятельности	Кол час.на тему зан.	Всего часов на раздел	Теор. часть зан.	Практ. часть зан.	Дата
1	Я – третьеклассник. Введение в технологию занятий с элементами тренинга. Принятие правил на занятиях.	1.Я – третьеклассник. Введение в технологию занятий с элементами тренинга. Принятие правил на занятиях.	Теория: понятие о правилах знакомства, правилах работы в группе во время занятий с элементами тренинговых технологий и арт-терапии. Практика: «Знакомство», «Соблюдай правила», «Разыскивается», «Эхо».	1	1	1	0	
2	Мое второе школьное лето. Изменения, которые со мной произошли.	1.Мое второе школьное лето. Изменения, которые со мной произошли.	Теория: знакомство с портфолио, правила заполнения титульной страницы портфолио, заполнение страницы «Моё второе школьное лето». Изменения, которые со мной произошли.	1	1	1	0	
3	Моя семья: традиции, счастливые моменты, стремления, профессии родителей.	1.Диагностика внутрисемейных отношений. Рисунок семьи.	Теория: понятие «семья», «внутрисемейные отношения». Я и мои родители. Практика: диагностика внутрисемейных отношений. Рисунок семьи. Психологические упражнения «я умею просить прощения». Заполнение портфолио.	1	3	2	1	
		2.Я и мои родители.		1				
		3.Я умею просить прощения.		1				
4	По лестнице знаний и интересов	1. Мое прилежание и поведение.	Теория: понятие «лень». Мои отношения с одноклассниками. Практика: диагностика	1	6	2	4	

			социально-психологического статуса в классе. Как справиться с «Немогучками»? Заполнение портфолио.					
		2. Мои отношения с одноклассниками.		1				
		3.Диагностика социально-психологического статуса в классе.		1				
		4. Мои интересы и увлечения.		1				
		5. Что такое лень?		1				
		6.Как справиться с «Немогучками»?		1				
5	Мое дерево желаний.	1.Мое дерево желаний.	Теория: понятие «желание». Какие желания мне помогают в жизни. Практика: Заполнение страницы портфолио «Дерево желаний».	1	1	0	1	
6	Мир вокруг меня	1. Что я могу сделать, чтобы мир вокруг меня стал лучше.	Теория: понятие «дружба». Почему возникают ссоры и драки. Практика: Заполнение портфолио. Как стать дружелюбным. Создание мастерской природы и человека.	1	5	2	3	
		2. Как стать дружелюбным.		1				
		3.Ссора и драка.		1				

		4. Настоящий друг.		1				
		5. Мастерская природы и человека.		1				
7	Как я могу помочь себе и другим. Способы саморегуляции.	1. Что такое сотрудничество?	Теория: понятие «чувства», «эмоции». Способы саморегуляции. Практика: Заполнение страницы портфолио «Моё настроение». Развитие самоконтроля и саморегуляции через психологические упражнения.	1	5	2	3	
		2. Я умею понимать другого.		1				
		3. Я умею договариваться с людьми.		1				
		4. Умею ли я дружить?		1				
		5. Трудности в отношениях с друзьями.		1				
8	Чтобы хорошо учиться - развиваем познавательные процессы (восприятие, воображение, память, внимание, мышление, речь).	1. Как мне помогают жить и учиться восприятие, воображение, память, внимание, мышление, речь.	Теория: понятие «мышление», «восприятие», «память», «воображение», «речь». Как мне помогают жить и учиться восприятие, воображение, память, внимание, мышление, речь. Практика: Заполнение портфолио. Тренировка - путь к успеху. Развиваем память, внимание, воображения, мышление и речь.	1	6	2	4	
		2. Тренировка - путь к успеху.		1				

		3.Развитие воображения и мышления.		1				
		4.Развитие памяти и внимания.		1				
		5.Развитие восприятия и речи.		1				
		6.Я умею сочинять!		1				
9	Создание и защита социального проекта «Семь чудес моей Родины». Мои достижения.	1.Как составить проект?	Теория: Как составить проект? Готовим социальный проект «Семь чудес моей Родины». Подведение итогов учащимися 3 –го класса. Практика: Заполнение страницы портфолио «Мои достижения». Защита социального проекта «Семь чудес моей Родины».	1	6	2	4	
		2.Готовим социальный проект «Семь чудес моей Родины».		1				
		3.Защита социального проекта «Семь чудес моей Родины»		1				
		4.Мои достижения.		1				
		5.Подведение итогов по портфолио учащимися.		1				
		6.Подведение итогов учащимися 3 –го класса.		1				
Всего		34						

Библиотека практического психолога

№ п/п	Автор	Название	Место и год издания
1	Абрамова Г.С.	Психологическое консультирование: теория и опыт.	2000 год
2	Автор-составитель Т.А. Шишковец	Осложнённое поведение подростков: Причины, психолого-педагогическое сопровождение, коррекция.	2006 год
3	Айзенк Ганс Юрген	Проверьте свои способности	1995 год
4	Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н.	Как преодолеть трудности в обучении детей. Психодиагностические таблицы. Психодиагностические методики. Коррекционные упражнения.	1998 год
5	Бодалев А.А., Столин В.В.	Общая психодиагностика.	2000 год
6	Волков Б.С., Волкова Н.В.	Психология общения в детском возрасте.	2003 год
7	Галина И.В.	Нервный ребёнок: каприз или болезнь?	1982 год
8	Годовникова Л.В.	Интегрированное обучение в массовой школе: психолого-педагогическое сопровождение учащихся с ограниченными возможностями здоровья: учеб.пособие.	2006 год
9	Демиденко М.В., Клюева А.И.	Педагогическая психология: Методики и тесты.	2004 год
10	Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А.	Психологический словарь-справочник.	2004 год

11	Зак А.З.	600 игровых задач для развития логического мышления детей.	1998 год
12	Зак А.З.	Развитие умственных способностей младших школьников.	1994 год
13	Захаров А.И.	Детские неврозы (психологическая помощь родителей детям).	1995 год
14	Зинченко В.П., Мещарилов В.Н.	Психологический словарь.	1999 год
15	Истратова О.Н., Эксакусто Т.В.	Справочник психолога средней школы.	2006 год
16	Калугин М.А., Новотворцева Н.В.	Развивающие игры для младших школьников. Кроссворды, викторины, головоломки.	1996 год
17	Кащенко В.П.	Педагогическая коррекция: Исправление недостатков характера у детей и подростков.	1994 год
18	Клейберг Ю.А.	Психология девиантного поведения.	2001 год
19	Клюева Н.В., Касаткина Ю.В.	Учим детей общению. Характер, коммуникабельность.	1996 год
20	Коломинский Я.Л., Панько Е.А.	Учителю о психологии детей шестилетнего возраста.	1988 год
21	Короткова Л.Д.	Сказкотерапия в школе. Методические рекомендации.	2006 год
22	Лэндрет Г.Л.	Игровая терапия: искусство отношений.	1994 год
23	Меновщиков В.Ю.	Психологическое консультирование	2001 год

24	Нагель О.П.	Технология развития коммуникативной компетентности педагога.	2008 год
25	Нагель О.П., Бочарова И.А.	Организация деятельности специалистов по комплексному сопровождению ребёнка в образовательном учреждении.	2007 год
26	Нечаев М.П.	Диагностика воспитанности школьников.	2006 год
27	Овчарова Р.В.	Справочная книга школьного психолога.	1996 год
28	Овчарова Р.В.	Практическая психология в начальной школе.	1996 год
29	Н. А. Волкова.	Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации.	1992 год
30	Петрусинский В.В.	Игры – обучение, тренинг, досуг...	1994 год
31	И.В. Дубровина	Рабочая книга школьного психолога.	1991 год
32	Дубровина И.В.	Руководство практического психолога: психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы.	1995 год
33	И.В. Возняк, И.М. Узянова, С.В. Леббедева, Н.И. Сафонова, Е.А. Симонова, Д.Н. Кудрикова, И.В.Адонина, О.Н. Богданова, О.А. Родченко	Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях введения федеральных государственных образовательных стандартов общего образования второго поколения.	Белгород 20011 год

34	Ольшевская Н.	Психологические тесты. На все случаи жизни.	Владимир: ВКТ, 2010 год
35	М. Шевченко	Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых.	Владимир: ВКТ, 2010 год
36	О. Сергеева	Как научиться разбираться в людях.	Москва 2010 год
37	Н.Е. Щуркова	Школа и семья.	Москва 2004
38	Эжсмо.	Графология.	Москва 2009
39	В.Н. Куликов	Тайна имени – ключ к судьбе человека (мужские имена).	Москва 2010
40	В.Н. Куликов	Тайна имени – ключ к судьбе человека (женские имена).	Москва 2010
41	С.А. Левашова	Психолог и подросток: коммуникативно-двигательный тренинг	Ярославль 2006
42	Мария Бриль	Читаем язык жестов	Санкт – Петербург 2010 год
43	В.П. Шейнов	Искусство убеждать	Минск «Харвест» 2010 год
44	Тагирова Г.С.	Психолого-педагогическая коррекционная работа с трудными подростками.	2005 год