

ГБОУ средняя общеобразовательная школа № 51
Петроградского района
Санкт-Петербурга

Подписано электронной подписью
31.08.2024 12:54
средняя общеобразовательная школа № 51
директор

Березяк Элина Арвовна

7813124534-5-1733139038-20241202-336-1-1430-38

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 51 Петроградского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА
УТВЕРЖДАЮ**

На заседании Педагогического совета
Протокол от « 30 » августа 2024 г. №1

Директор ГБОУ СОШ № 51
Петроградского района Санкт-Петербурга
Приказ от « 31 » августа 2024 г. № 201

_____ Э. А. Березяк

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности

«СамоЯ»

17 часов

1 класс

Козюлина Мария Андреевна
педагог-психолог

2024 - 2025 учебный год

Пояснительная записка

Переход общества к новому социально – экономическому и политическому укладу вызывает острую необходимость в людях высокообразованных, инициативных и предприимчивых, обладающих чувством социальной ответственности, способных приумножить духовные и материальные богатства общества. Это предъявляет повышенные требования к выпускникам школы, которые должны быть подготовлены к новым общественным отношениям; социально защищены, вооружены средствами к непрерывному саморазвитию: развитыми потребностями на основе нравственной ориентации.

Саморазвитие начинается с формирования самооценки, интенсивное развитие которой приходится на период начальной школы. Происхождение самооценки связано с общением и деятельностью ребенка. Поэтому велика необходимость в установлении контактов с окружающими, вплоть до сложных видов кооперации, то есть развития коммуникации во всех направлениях. Как невозможно развитие нравственных компетентностей без развития общения, так и развитие коммуникации необходимо сочетать с развитием нравственных компетенций.

Необходимость нравственно – этической ориентации учащихся и развития коммуникации разработчики нового проекта государственных образовательных стандартов считают одними из приоритетных задач школьного образования.

Миссия школы – «обеспечить каждому выпускнику его личностное саморазвитие», а цель начальной ступени образования – «способствовать становлению свободной, здоровой личности, обладающей сформированной системой гуманистических ценностей, способной к саморазвитию и самосовершенствованию».

Встречающиеся случаи конфликтов, нетерпимости учащихся друг к другу, оскорблений, насилия в среде сверстников подтверждают факт, что процессы социального становления личности отстают от требований современного образования и возможностей учащихся, в том числе в гимназии. Особенно это актуально в начальных классах в связи с переходом учеников в среднее звено школы и повышением значимости общения в жизни будущего подростка.

Младшему школьнику характерны произвольность поведения и появление рефлексии, которые создают возможность анализа и управления собственным поведением. Но процессы становления коммуникации и нравственно – этической ориентации учащихся требуют глубокой целенаправленной работы.

В основе данной разработки лежит концепция курса «Самосовершенствование личности» Г.К.Селевко и Программа формирования у детей эмоционально – волевой регуляции «Шаг навстречу» Слободяник Н.П..

Главная задача периода начальной школы – преодолеть эгоистическую позицию ребенка и формирование способности к децентрации, то есть способности ребенка встать на позицию другого человека и увидеть ситуацию с его точки зрения, установить контакт на основе моральных норм. Эта задача является главной при освоении содержания данной разработки.

Структура и содержание развивающих занятий проходят в форме тренинга общения и направлены на достижение результатов: децентрации личности учащихся, умения согласовать усилия при сотрудничестве на основе моральных норм, что непременно будет востребовано при переходе учащихся в среднее звено школы.

В данную программу внесены следующие изменения.

К содержанию программы «Шаг навстречу» добавлен материал в раздел «Умение понимать себя», значительно расширен раздел «умение выражать свое эмоциональное состояние», добавлены новые разделы «*Правила нашей жизни*», «Подведение итогов» с диагностикой результатов, раздел «Умение общаться» заменен разделом по развитию практики сотрудничества «*Учимся дружить!*».

Цель курса: Создать условия для развития у детей навыков эффективного общения для обеспечения полноценного взаимодействия, сотрудничества и возможности саморазвития.

Задачи курса:

- ❖ -пробуждать интерес ребенка к самому себе, своему внутреннему духовному миру,
- ❖ -способствовать развитию «Я- концепции»,
- ❖ -способствовать пониманию внутреннего мира других людей на основе децентрации личности,
- ❖ -знакомить учащихся с социальными нормами, общечеловеческими ценностями,
- ❖ -способствовать развитию гражданской идентичности,
- ❖ -познакомить с возможностью управлять своим поведением,

- ❖ -учить согласовывать усилия при сотрудничестве по достижению общей цели,
- ❖ -развивать умения по передаче и получению информации,
- ❖ -способствовать появлению опыта первого самоанализа, саморегуляции поведения,
- ❖ -способствовать возникновению рефлексии.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- расширение сферы потребностей личности учащихся,
- децентрация личности учащихся,
- наличие адекватной дифференцированной самооценки,
- умение согласовать усилия по достижению цели с партнерами.

Место в учебном плане

Занятия проводятся с учащимися 1 раз в неделю, 17 часов в год.

Формы, методы и приемы организации занятий

Форма - развивающие занятия с элементами тренинга

Используемые методы и приемы:

- ◆ Дискуссия
- ◆ Психологические упражнения
- ◆ Психотехнические игры
- ◆ Ролевые игры
- ◆ Информирование
- ◆ Тестирование
- ◆ Моделирование жизненных ситуаций

Особенности проведения занятия:

Традиционная структура: приветствие, разминка на сплочение группы, доверие; постановка проблемы, изучение уровня знаний учащихся при постановке проблемного вопроса, уточнение и обогащение их в ходе дискуссии; тренировка навыков поведения в ходе разрешения моделированной ситуации; рефлексия занятия, ритуал прощания.

Критерии и механизмы оценки достижения планируемых результатов

-ориентация учащихся на моральное содержание в ситуации, требующей морального выбора

(Методика на выявление уровня моральной децентрации, Ж. Пиаже, по рассказу «Булочка» из книги «Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе» под редакцией А.Г. Асмолова, М., «Просвещение», 2008, с.69),

-развитие адекватной дифференцированной самооценки

(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),

-учет позиции партнера по общению

(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),

-согласование усилий по достижению цели с партнерами

(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),

-способность передавать и получать информацию

(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),

- расширение направленности интересов от эгоцентричных «для себя» к аллотропным («для всех») и увеличение процента желаний, связанных с духовными ценностями, по сравнению с процентом желаний, связанных с материальными ценностями,

(методика «Три желания» - модификация методики «Цветик - семицветик» из книги «Воспитательная практика: изучение эффективности» под редакцией Е.Н.Степанова, 2000 год),

-наблюдение.

Методическая оснащенность:

-перечень психотехнических игр специальной направленности: на сплочение группы, на доверие, на отработку навыков общения; произведения литературы нравственного содержания, содержащие требование морального выбора.

Материально-техническая оснащенность

- необходимо просторное помещение, для возможности свободного перемещения и объединения в группах, рабочие тетради, цветные карандаши, материалы для коллажей и музыка, игровая атрибутика

для игр и упражнений.

Тематическое планирование

«Кто я? Какой я?» Самопознание	5 ч.
«Живем без ссор» Основы общения	4 ч.
«Правила нашей жизни». Знакомство с социальными нормами	5 ч.
«Учимся дружить!». Сотрудничество	2 ч.
Подведение итогов	1 ч.

Содержание программы

Учебный материал структурирован в 5 разделах.

Раздел 1. «Кто я? Какой я?» Самопознание

Цель: Развитие умения понимать себя и других.

Содержание раздела: Знакомство со своим именем, полным, разными его формами, историей своего имени и схожими именами известных людей. Знакомство с интересами, любимыми занятиями друг друга, характерами, способностями, структурой и составом семей, поиск общего и различного. Обсуждение принадлежности к полу, особую роль в обществе по задачам развития личности. Упражнения на развитие «Я – Концепции».

К концу обучения учащиеся должны знать некоторые особенности (имя, интересы, черты характера) свои и детей группы.

Раздел 2. «Живем без ссор» Основы общения

Цель: Развивать умение строить общение.

Содержание раздела: Знакомство с основами общения: понятие, средства общения, роль эмоций в общении, обучение способам понимания и разрешения споров, не доводя их до ссоры и способам их разрешения без ущерба для личности.

К концу обучения: иметь представление об основных эмоциях и способах их выражения. Уметь общаться: называть человека по имени, попросить, извиниться, простить, понять эмоциональное состояние собеседника, найти способы соучастия, уметь выражать свои эмоции безопасно для окружающих, владеть некоторыми способами выхода из ссоры.

Раздел 3. «Правила нашей жизни». Знакомство с социальными нормами.

Цель: Учить строить общение в соответствии с социальными нормами.

Содержание раздела: Знакомство с *конвенциональными* правилами жизни:

- ритуально – этикетными: культура внешнего вида, правила и форма обращения к людям, организационно - административными: - правила поведения в школе, на улице, в общественных местах;
- моральными: физическая неприкосновенность личности, сохранение спокойствия и благополучия (запрет на оскорбления, нанесение обид другим людям), законность слов и поступков и ответственность за них, альтруистическое поведение (помощь, щедрость).

Освоение материала идет от конвенциональных к моральным нормам.

К концу обучения: учащиеся должны иметь знания о конвенциональных и моральных нормах, понимать их приоритеты. Уметь контролировать свое поведение в пределах знакомых правил.

Раздел 4. «Учимся дружить!». Сотрудничество

Цель: Формировать навыки эффективного сотрудничества.

Содержание раздела: Организация совместной деятельности в группах: написание письма заболевшему другу, поздравление товарища, совместная поделка, обучение новой игре, совместное выполнение творческой работы – коллажа.

К концу обучения: учащиеся должны иметь положительный опыт сотрудничества в совместной деятельности.

Раздел 5. Подведение итогов

Цель: Оценить результаты работы и создать настрой на дальнейшее взаимодействие.

Содержание раздела: Итоговая диагностика, рефлексия, совместное радостное событие (чаепитие, творческая работа).

К концу обучения: иметь адекватную дифференцированную самооценку, умение понимать позицию партнеров и согласовывать усилия по достижению цели с ними, проявлять духовные потребности и желание заботиться о других.

Календарно - тематическое планирование

№	тема	Кол-во ч.	Дата по плану	Дата по факту
1	Мое имя.	1		
2	Какой я? Автопортрет	1		
3	Мои интересы.	1		
4	Моя семья.	1		
5	Что такое общение	1		
6	Языки общения: Мимика	1		
7	Язык движений	1		
8	Общение жестами	1		
9	Общение через прикосновение	1		
10	Учимся слушать.	1		
11	Правила этикета. Правила и форма обращения к людям	1		
12	Слова вежливости.	1		
13	Административные правила: школьное поведение	1		
14	Права человека: физическая неприкосновенность личности.	1		
15	Моральные нормы: сохранение спокойствия и благополучия (запрет на оскорбления).	1		
16	Диагностика	1		
17	Итоговое занятие	1		
ИТОГО 17 часов				

Список литературы

- 1.«Азбука мудрости» под редакцией
- 2.Белопольская И.Л. «Азбука настроений», М., Когито-центр, 1994
- 3.Вачков И.В. «Психологическая азбука для первоклассников», «Школьный психолог», № 14,2000
- 4.«Воспитательная практика: изучение эффективности» под редакцией Е.Н.Степанова, М., Творческий центр, 2000
- 5.Дубровина И.В. «Психология для 3-11 классов», М.,2007
- 6.Захаров А.И. «Как преодолеть отклонения в поведении ребенка», М., 1989
- 7.Захаров А.И. «Как преодолеть страх у детей», М., 1989
- 8.Защиринская О.В., Воронова А.П., Нилов Т.А. «Азбука общения», С.- П., 1998,
- 9.Казанский О.А. «Игры в самих себя», М., 1994
- 10.«Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе» под редакцией А.Г. Асмолова, М., «Просвещение», 2008.Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. «Учим детей общению», Ярославль, Академия развития, 1996
- 11.Козлова С.Я. «Я - Человек» (программе социального развития ребенка), М., 1999
- 12.Кривцова С. «Жизненные навыки», г.»Школьный психолог», 314, 2000
- 13.Лаврентьев Л.И., Куликов Н.И, Ерина И.Э. «Школа и нравственное воспитание личности», М.,1998
- 14.Ладыженская Т.А. «Детская риторика», М. «Просвещение», 1999
15. Лопатина А., Скребцова М. «Книга для занятий по духовному воспитанию. Книга 5. Азбука мудрости», М., Сфера, 1999
16. Овчарова Р.В. «Практическая психология в начальной школе», М., Сфера, 1996
- 17.Пахомова О. и др. «Психология 2 класс. Драка с разных точек зрения», 1995
- 18.Ожегов С.И. и Шведова Н.Ю.. «Толковый словарь русского языка», М.,2000
- 19.Селевко Г.К. «Самосовершенствование личности: Методическое пособие по преподаванию курса», М., «Народное образование», 2000,
- 20.Семенака С.И. «Учимся сочувствовать, сопереживать», М., 2003,
- 21.Слободяник Н.П. «Шаг навстречу», М., Айрис-пресс,2004.
- 22.Слободяник Н.П. «Я учусь владеть собой», М.,2003,

23. «Хрестоматия для маленьких», составитель Богомолова А.А., М., «Просвещение», 1976
24. Хухлаева О.В. «Лесенка радости», М., Совершенство, 1998
25. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему я», М.,»Генезис», 2006
26. Чистякова Г.И. «Психогимнастика», М., Просвещение, Владос, 1990
27. Шитякова Н. , Феоктистова Т.. «Программа духовно- нравственного воспитания дошкольников», ж. «Д. воспитание» № 6 1999г.
28. Щуркова Н.Е. «Программа воспитания школьника», М.,2001