**МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №6»**

**городского округа Троицк**

**в городе Москве**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  На заседании  ШМО начальных  Классов | СОГЛАСОВАНО  Зам.директора по УВР | УТВЕРЖДАЮ |
| Директор Веригина Н.А.  « » 201-г. |
| Рыхлова В.В.  « » 201- г. |
| Иванова Л.И.  « » 201-г. |

**Программы внеурочной деятельности**

**«Жизненные навыки»**

**для обучающихся 1 класса**

**Составила**

**Бардина И.Б.**

**Учитель нач.классов**

**Педагог-психолог**

**на 2014-2015 учебный год**

**Пояснительная записка.**

**Цель Программы** - развитие эмоционального интеллекта детей. Это означает, что под руководством ведущего-психолога дети 7-8 лет в течение всего года, опираясь на собственный опыт переживаний и размышлений, постигают логику человеческих чувств и учатся жизненным навыкам. Новизной данной работы является не только систематическое следование логике эмоций в содержании занятий, но также использование этой логики как основы для выбора тем и навыков.

**Задачи**:

1.Познакомить детей с опытом работы в группе.

2.Научить детей распознавать основные чувства, показать, что чувства – это особая

часть нас.

3.Помочь детям понять, что способность делиться своими чувствами - важная часть

человеческих отношений и самоуважения.

4.Научить детей осознавать и выражать свои чувства.

5.дать детям возможность вспомнить о своих ценностях и способностях, о своих мечтах и

особенностях, чтобы поделиться своими представлениями о себе с другими.

6.Обратить внимание детей на то, что им нравится делать в своей жизни; показать, как важно заботиться о том, что тебе нравится в твоей жизни; научить детей каждый день находить время на «нравится».

7.Приблизить шкалу времени ( циферблатные часы) к внутреннему миру ребёнка.

8.Познакомить детей с понятием «ценности»; показать связь между ценностями и временем, ценностями и тем фактом, что жизнь наполняется чувствами.

9.Дать ребёнку возможность выразить свой гнев; показать различие между чувством гнева и агрессивным поведением; научить детей распознавать возникновение чувства гнева по телесным признакам.

10.Начать прояснять и определять понятие дружба; отработать умение присоединяться к группе; обсудить с детьми разные способы знакомства.

11.Помочь детям понять какое поведение разрушает дружбу; помочь понять, как другие люди воспринимают их дружеское поведение.

12.Научить детей понимать, когда они своим поведением обижают, задевают кого-либо и надо просить прощения.

13.Помочь детям осознать, что каждый человек нуждается в том, чтобы помогать и принимать помощь; помочь детям научиться просить других о помощи и благодарить за помощь.

14.Помочь детям понять важность взаимодействия при выполнении различных задач; многие вещи лучше делать вместе и что каждый должен выполнять свою часть работы, что без совместных усилий некоторые вещи просто невозможно выполнить.

Программа «Жизненные навыки» создавалась на базе Психологического центра «Генезис» под редакцией С.В.Кривцовой, Д.В.Рязановой, В.Ю.Чал-Борю.

Она задумана как поддерживающая и обучающая Программа по психологии.

Проводится Программа в классе во внеурочное время (как дисциплина дополнительного образования) 1 час в неделю, 34 часа в год.

**Содержанием Программы** стали не высшие психические функции и не учебные умения, а чувства, потребности, переживания и пристрастия, - то есть субъективный мир человеческой души.

Программа рассчитана на весь учебный год и структурирована таким образом, что одна тема занимает время одной учебной четверти. Темы, предлагаемые для первого класса: «Я - особенный», « «Нравится - не нравится» каждый день», «Дружба», «Я и Другие. Мир начинается с меня».

В основе Программы лежит уважение к субъективному миру чувств и потребностей ребенка. Программа учит серьезно относиться к своим и чужим чувствам, понимать этот особый мир.

Метод, который применяется для получения знаний в этой области, - это самопознание, проживание изучаемых феноменов душевной жизни. Знакомство с их определениями и обучение тому, что делать со всем этим, происходит после. Так знания учитывают жизненный опыт ребенка.

**Общая характеристика программы**.

Уроки психологии в начальной школе» завоевали прочное признание несмотря на то, что программа слишком сложна и учителя начальной школы не смогут вести по ней занятия.

Программа «Жизненные навыки» принята в качестве основной программы по воспитанию в Московской области. Министерство образования считает ее лучшим средством профилактики подростковой преступности и наркомании. Правильно, ведь начинать надо не с подростков, а с младших школьников или еще раньше — с детского сада.

По своей сути она является профилактической, а не терапевтической. В ходе занятий становится ясно, где уроков недостаточно и нужна индивидуальная работа с ребенком или работа с семьей. Некоторые учебники содержат рекомендации по ведению родительского клуба — параллельно с занятиями с детьми.

Программа «Жизненные навыки» воспитывает, но не в лоб. В ней нет дидактичности, которая часто характерна для других учебников по данной теме: «Почему нужно быть честным?», «Почему ребята не любят лентяев?» и т.д. Важно не только содержание занятий, но и тот факт, что на уроке психологии каждый ребенок знает: его выслушают, поддержат, дадут ему время подумать, а все игры на уроках добрые, уважительные.

**Ценностные ориентиры содержания курса.**

Программа следует по трем воспитывающим принципам:

1) принцип *уважительного внимания* к чувствам, мыслям, достижениям, настроениям и ошибкам ребенка, к его собственным *темам* — они важнее запланированного на сегодняшний урок содержания;

2) принцип *справедливой, соразмерной оценки* того, что ребенок предъявляет: поведения, работы и т.д. Оценка должна быть не завышенной и не обесценивающей (по принципу «мог бы лучше»), а именно соразмерной, и санкции тоже должны быть соразмерными, а самое главное — они *должны быть*, чтобы ребенок действительно прожил последствия своих выборов, тех, которые мы квалифицируем как *плохое поведение*. Однако право судить и наказывать я получаю только в том случае, если во мне хорошо укоренен третий принцип;

3) принцип признания *безусловной ценности ребенка как личности*.

**Результаты освоения курса «Жизненные навыки» на конец 1 класса.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Личностные результатыосвоения курса | Метапредметные результатыосвоения курса | Понятия |
| Иметь: целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; | Знать: правила безопасной, комфортной работы принятые группой;  простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить;  чувства являются той особой частью нас, которая помогает понять самих себя и других людей;  Знать, что у каждого есть таланты и способности, которые делают их особенными;  ценность и неповторимость другого человека;  между ценностями (привязанностями, тем, что нравится) и временем существует связь;  признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;  иметь готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; | Знать:начальные формы познавательной и личностной рефлексии. |
| **Уметь:**  оценить себя и свои поступки;  уважительно относиться к иному мнению, истории и культуре других народов;  владеть начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;  развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. | Уметь: соблюдать правила безопасной, комфортной работы принятые группой;  познакомиться и подружиться со своими собственными чувствами.  поддерживать и принимать других - нормально;  уметь конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;  участвовать в коллективном обсуждении проблем;  излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. | Уметь: организовывать своё рабочее место;  определять наиболее эффективные способы достижения результата. |
| Применять/проявлять: Самостоятельно нести ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; | Владеть/применять: правила безопасной, комфортной работы принятые группой;  простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Владеть/применять:наиболее эффективные способы достижения результата. |

**Календарный план по программе «Жизненные навыки».**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **№** | **Название темы** | **Личностные** | **Метапредметные** |
| 1 |  | **Тема «Я — особенный»** |  |  |
|  | 1 | Знакомство | Уметь оценить себя и свои поступки;  Уметь проявлять самостоятельность в разных видах деятельности | Знать правила безопасной, комфортной работы принятой группы; |
|  | 2 | Что такое чувства? | Знать и осознавать собственные чувства. | Знать правила безопасной, комфортной работы принятой группы; |
|  | 3 | Делимся чувствами | Уметь проявлять самостоятельность в разных видах деятельности | Знать, что чувства являются той особой частью нас, которая помогает понять самих себя и других людей; |
|  | 4 | Делимся чувствами (продолжение) | Уметь оценить себя и свои поступки;  Проявлять самостоятельность в разных видах деятельности | Знать правила безопасной, комфортной работы принятой группы;  Знать, что чувства являются той особой частью нас, которая помогает понять самих себя и других людей; |
|  | 5 | Я такой разный. | Иметь целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; Оценить себя и свои поступки; | Знать , что у каждого есть таланты и способности, которые делают их особенными.  Уметь ориентироваться в нравственном содержании и смысле собственных поступков. |
|  | 6 | Я -особенный. | Иметь целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; уметь оценить себя и свои поступки; | Знать , что у каждого есть таланты и способности, которые делают их особенными.  Уметь ориентироваться в нравственном содержании и смысле собственных поступков. |
| 2 |  | **Тема «Нравится — не нравится каждый день»** |  |  |
|  | 1 | Что мне нравится. | Иметь целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;  Уметь  оценить себя и свои поступки; | Умеет обсуждать возникающие проблемы и правила. |
|  | 2 | Какое бывает время. | Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем; | Уметь ориентироваться в нравственном содержании и смысле собственных поступков. |
|  | 3 | Время — пространство для встреч. | Применять правила безопасной, комфортной работы принятые группой; | Уметь ориентироваться в нравственном содержании и смысле собственных поступков. |
|  | 4 | Ценности. | Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем; | Знать ценность и неповторимость другого человека; |
|  | 4 | Что мне не нравится. | Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем; | Знать между ценностями (привязанностями, тем, что нравится) и временем существует связь; |
|  | 6 | Нравится — не нравится | Уметь проявлять самостоятельность в разных видах деятельности;  Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем; | Знать между ценностями (привязанностями, тем, что нравится) и временем существует связь; |
| 3 |  | **Тема «Дружба»** |  |  |
|  | 1 | О дружбе и друзьях. | Уметь владеть начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире; | Знать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить;  Уметь поддерживать и принимать других — нормально;  Применять правила безопасной, комфортной работы принятые группой; |
|  | 2 | Такие разные друзья. | Уметь оценить себя и свои поступки;  Уметь развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. | Уметь поддерживать и принимать других — нормально;  Применять правила безопасной, комфортной работы принятые группой; |
|  | 3 | Знакомство. | Уметь владеть начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;  Применять простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Знать начальные формы познавательной и личностной рефлексии Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем; |
|  | 4 | Что мешает дружбе. | Уметь развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. | Уметь излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
|  | 5 | Что мешает дружбе (продолжение). | Уметь развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. | Знать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить;  Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем;  Уметь излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
|  | 6 | Просим прощения. | Уметь оценить себя и свои поступки; Применять простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Знать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить;  Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем; |
|  | 7 | Помогаем сами и принимаем помощь. | Уметь оценить себя и свои поступки; Применять простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем;  Уметь излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
|  | 8 | Я — член команды. | Иметь целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;  Уметь оценить себя и свои поступки; | Уметь организовывать своё рабочее место;  Уметь определять наиболее эффективные способы достижения результата. |
|  | 9 | Прощальное. | Самостоятельно нести ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; | Уметь определять наиболее эффективные способы достижения результата.  Уметь излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
| 4 |  | **Тема «Я и другой. Мир начинается с меня»** |  |  |
|  | 1 | Я и другой, не похожий на меня. | Иметь целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; | Признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;  иметь готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;  Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем;  излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
|  | 2 | Другой — не значит плохой. | Иметь целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; | Признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;  иметь готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;  Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем;  излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
|  | 3 | Мы похожи! | Иметь целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; | Признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;  иметь готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;  Уметь участвовать в коллективном обсуждении проблем;  излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
|  | 4 | Мы — миротворцы. | Самостоятельно нести ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; | Признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;  иметь готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; |

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование объектов**  **и средств материально-технического обеспечения** | **Количество** | | **Примечание** |
| 1 | **Библиотечный фонд(книгопечатная продукция)** |  |  |  |
|  | Примерная программа по «Жизненным навыкам» | Д | 1 |  |
|  | Учебно-методические комплекты (рабочие тетради дидактические материалы и пр.)  Кривцова С.В. «Жизненные навыки. Уроки психологии в1 классе» Рабочая тетрадь. Издательство «Генезис» Москва 2011г. | К | комплект |  |
|  | Методические пособия и книги для учителя.  Кривцова С.В. «Жизненные навыки. Уроки психологии в 1 классе» Методическое пособие. Издательство «Генезис» Москва 2011г. | Д | 1 |  |
|  | Предметный журнал. | Д | 1 |  |
| 2 | **Печатные пособия.** |  |  |  |
|  | Таблицы в соответствии с новыми разделами программы обучения. | Д |  |  |
|  | Демонстрационного и раздаточного материала. | Д /П | комплект |  |
|  | Кулинарная книга«Кухни разных народов». | Д /П | 1 |  |
| 3 | **Технические средства обучения** |  |  |  |
|  | Аудио/видеомагнитофон. | Д | 1 |  |
|  | CD\DVD – проигрыватели | Д | 1 |  |
|  | Компьютер с программным обеспечением. | П | 1 |  |
|  | Телевизор. | Д | 1 | С диагональю не менее 72 см. |
|  | Магнитная доска. | Д | 1 |  |
| 4 | **Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование.** |  |  |  |
|  | Набор цветных карандашей | К | комплект |  |
|  | Игрушки. | К | комплект |  |
|  | Пачка бумаги. | К | 500л |  |
|  | Ватман | К | 30 |  |
|  | Восковые мелки. | К | комплект |  |
|  | Клей. | К | комплект |  |
|  | Ножницы. | К | комплект |  |
|  | Скотч. | К | комплект |  |
|  | Надувные шарики. | К | комплект |  |
|  | Пластилин. | К | комплект |  |
|  | Ручка. | К | комплект |  |
|  | Кусочки ткани , бусинки, крупа ,мелкие игрушки и тд. | К | комплект |  |
|  | Картон | К | комплект |  |
|  | Фотографии, иллюстрации из журналов | К | комплект |  |
| 5 | **Оборудование класса.** |  |  |  |
|  | Ученические столы одно -и двухместные с комплектом стульев. | К | комплект | В соответствии с санитарно гигиеническими нормами. |
|  | Стол учительский с тумбой. | Д | 1 |  |
|  | Шкафы для хранения учебников, дидактического материала, пособий, учебного оборудования. | Д | 3 |  |
|  | Настенная доска для вывешивания иллюстрационного материала. | Д | 1 |  |