**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.  « » 2014г. |
| Рыхлова В.В.  « » 2014 г. |
| Иванова Л.И.  « » 2014г. |

**Программы внеурочной деятельности**

**«Жизненные навыки»**

**для обучающихся 3 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 9-10 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** программы заключаются в следующем:

1. При столкновении со сложной задачей видеть её как

последовательность отдельных более мелких и посильных задач.

2. Видеть связь между усилиями и достигнутым результатом.

3. Дать детям возможность выразить своё видение тела.

4. Формирование здорового отношения оценивания себя.

5.Дать детям возможность почувствовать разные движения своего тела, получить удовольствие от движений.

6.Помочь детям более серьёзно и заинтересованно отнестись к поддержанию и развитию своей спортивной формы и хорошего самочувствия. 7.Помочь детям увидеть-то ощущение праздника, представления о празднике могут различаться у детей и взрослых, а также у разных детей между собой.

8.Показать детям, что праздник можно создавать самому, а делать подарки- искусство, требующее прежде всего фантазии, а не денег..

9.Обратить внимание на разнообразие ценностей, развивать в детях толерантность к ценностям других.

10.Показать детям, что ритуалы празднования - это уважение к ценностям других.

11.Дать возможность ребёнку почувствовать, что – он, как и каждый человек, включён в систему отношений, что он может активно действовать внутри неё и исследовать её.

12.Прояснить ценности отношения для каждого.

13.дать детям возможность встать на позицию другого человека, проявить эмпатию.

14.Отработать умение договариваться, учитывая интересы других людей.

15.Ввести понятие «достояние» , помочь детям осознать, что важно для каждого из них, чего они хотят.

16.Дать детям возможность посмотреть на себя глазами других.

17.Научить детей видеть и уважать чужое достояние.

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 третьего класса: «Праздники: ценности и радости», « «Отношение с другими» , «Отношение с собой. Моё достояние».

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, что 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*.

**Планируемые результаты освоения программы.**

**Личностные**

**Ученик научится:**

1.Иметь целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном

единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

2.Уважительно относиться к иному мнению, истории и культуре других народов.

**Ученик получит возможность научиться:**

1.Овладеть начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и

развивающемся мире;

2.Развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных

ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

3. Проявлять самостоятельность в разных видах детской деятельности;

4.Обсуждать возникающие проблемы, может поддержать разговор на интересную тему.

**Метапредметные**

**Ученик научится:**

1.Учащиеся вторых классов к концу учебного года должен, более серьёзно и заинтересованно отнестись к поддержанию и развитию своей спортивной формы и хорошего самочувствия.

2. Слушать собеседника и вести диалог; признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;

3. Видеть ощущение праздника; представления о празднике могут различаться у детей и взрослых, а также у разных детей между собой.

4.Узнает, что праздник можно создавать самому, а делать подарки- искусство, требующее прежде всего фантазии, а не денег.

5.Знать как самостоятельно, выполнять поручения (планирование деятельности, подготовка проектов, разбиение сложной задачи на более простые выполнимые шаги), правильно распределять своё время.

6. Прояснить ценности отношения для каждого.

7.Знать правила аккуратности, вежливости.

8. Уметь понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

**Ученик получит возможность научиться:**

1. К концу учебного года владеть правилами поведения в школе; чувствовать к каким, позитивным изменениям в жизни класса привили их усилия, что они сами это сделали благодаря своему ответственному поведению 2.Учащиеся должны уметь отличать добро и зло, доброе и вежливое отношение к окружающим людям.

3. Уметь самостоятельно правильно выполнять поручения (планирование деятельности, подготовка проектов, разбиение сложной задачи на более простые выполнимые шаги), правильно распределять своё время.

4.Уметь правильно вести себя в школе и дома, уметь преодолевать свой страх, отличать фантазии от реальности.

5. Уметь бережно относиться к своему здоровью и вести здоровый образ жизни.

6. Овладеть логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

7. Излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

**Результаты освоения курса «Жизненные навыки» на конец 3 класса.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Личностные результаты **освоения курса** | Метапредметные результаты **освоения курса** | **Понятия** |
| **Знать** | проявлять самостоятельность в разных видах детской деятельности;  обсуждать возникающие проблемы, может поддержать разговор на интересную тему. | Слушать собеседника и вести диалог; признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;  прояснить ценности отношения для каждого;  о добре и зле, о добром вежливом отношении к окружающим людям;  самостоятельно, выполнять поручения (планирование деятельности, подготовка проектов, разбиение сложной задачи на более простые выполнимые шаги), правильно распределять своё время;  Видеть ощущение праздника; представления о празднике могут различаться у детей и взрослых, а также у разных детей между собой.  Уметь понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха. | Освоить начальные формы познавательной и личностной рефлексии. |
| **Уметь** | Овладеть начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;  проявлять самостоятельность в разных видах детской деятельности;  обсуждать возникающие проблемы, может поддержать разговор на интересную тему.  Развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. | Овладеть логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;  владеть правилами поведения в школе. чувствовать к каким, позитивным изменениям в жизни класса привили их усилия, что они сами это сделали благодаря своему ответственному поведению ; праздник можно создавать самому, а делать подарки- искусство, требующее прежде всего фантазии, а не денег.  бережно относиться к своему здоровью и вести здоровый образ жизни;  излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. | Уметь планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. |
| **Применять** | Самостоятельно нести ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;  Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Определять общие цели и путей ее достижения;  Принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;  Освоить способы решения проблем творческого и поискового характера. |  |

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

**1 час в неделю, всего 34 часа.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название темы** | **Коли-чество**  **часов** | **Личностные** | **Метапредметные** |
| 1 | Вводное. Какой я? | 1ч. | Иметь: целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном  единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; | Уметь: соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. |
| 2 | Строим тело. | 1 ч. | Уметь: уважать своё тело, обсуждать свои недостатки связанные с телом спокойно. | Уметь: вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). |
| 3 | Как я воспринимаю мир.  Изучаем руки. | 1ч. | Уметь: уважительно относиться к иному мнению, истории и культуре других народов. | Уметь: сотрудничать с товарищами при выполнении заданий в паре: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, |
| 4 | Я умею двигаться. | 1 ч. | Уметь : получать удовольствие от движения. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. Иметь: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; |
| 5 | Забота о теле- это забота о себе. | 1ч | Иметь: представление о добре и зле, о добром вежливом отношении к окружающим людям.  Уметь поддерживать своё тело в спортивной форме. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. Иметь: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; |
| 6 | Портрет в полный рост. | 1ч | Уметь :уважительно относиться к иному мнению, | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 7 | Любимый праздник. | 1ч | Иметь: представление о добре и зле, о добром вежливом отношении к окружающим людям , Уметь: отличать праздничное настроение от любого другого настроения. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 8 | Как просто делать подарки! | 1ч. | Иметь: целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий Уметь: самому создавать себе праздник. | Уметь: сотрудничать с товарищами при выполнении заданий в паре: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, |
| 9 | Дорога к празднику. | 1 ч. | Иметь: понятие что праздничное настроение может возникнуть и при непраздничных обстоятельствах. Уметь: самому создавать себе праздник. | Знать: гнев -одно из чувств присущих человеку  Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 10 | Праздник ожидания праздника | 1ч. | Иметь: целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов. Иметь терпение в ожидании праздника и событий. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 11 | Бесконечный праздник | 1 ч. | Иметь: целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; | Уметь: оценивать силу гнева, искать выходы из ситуаций, вызывающих гнев. Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). |
| 12 | Радости и ценности. | 1ч. | Иметь: целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий.. | Уметь: вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). |
| 13 | Я готовлюсь к празднику. | 1 ч. | Уметь: оценивать себя и свои поступки; уважительно относиться к ценностям других.. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 14 | Карта отношений | 1ч. | Уметь: оценивать себя и свои поступки;  внимательно относиться к собственным переживаниям и переживаниям других людей; нравственному содержанию поступков. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 15 | Отношения которые мне нравятся. | 1 ч. | Иметь: целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
| 16 | Что я знаю о другом. | 1ч. | Уметь: развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. | Знать: страх-чувство которое испытывают все люди. Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 17 | Планеты и орбиты. | 1 ч. | Иметь: целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий . умение договариваться. | Уметь :участвовать в коллективном обсуждении проблем; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
| 18 | Планеты и орбиты. | 1ч. | Иметь: целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий . умение договариваться. | Уметь :участвовать в коллективном обсуждении проблем; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. |
| 19 | Взаимодействие. | 1 ч. | Уметь: развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. | Уметь: преодолевать свой страх, отличать фантазии от реальности; участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 20 | Путешествие на космическом корабле. | 1ч. | Уметь: развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем;  преодолевать страх; знать когда страх бывает полезен. |
| 21 | Путешествие на космическом корабле. | 1ч. | Уметь: развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем;  преодолевать страх; знать когда страх бывает полезен. |
| 22 | Такие разные отношения. | 1 ч. | Уметь: обсуждать возникающие проблемы, может поддержать разговор на интересную тему. | Уметь: преодолевать страх; вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное) |
| 23 | Моё достояние. | 1ч. | Уметь : обсуждать возникающие проблемы, может поддержать разговор на интересную тему.  Понять , что, для них важно и чего они хотят. | Уметь: различать фантазии от реальности. Уметь: вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное) |
| 24 | Кто я? | 1 ч. | Уметь: самостоятельно нести ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. | Уметь: говорить о своих страхах. Уметь: вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное) |
| 25 | Мой стиль. | 1ч. | Уметь :самостоятельно нести ответственность за свои поступки, Представить свой индивидуальный стиль. | Уметь: сотрудничать с товарищами при выполнении заданий в паре.  Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 26 | Мой стиль. | 1 ч. | Уметь: адаптироваться к сложным ситуациям.  Представить свой индивидуальный стиль. | Уметь: получить опыт совместного эмоционального переживания, научиться анализировать сложные эмоциональные переживания. Умеет участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 27 | Я в глазах других. | 1ч. | Уметь: адаптироваться к сложным ситуациям.  Взглянуть на себя глазами других. | Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 28 | Я в глазах других. | 1ч. | Уметь: самостоятельно нести ответственность за свои поступки,  Взглянуть на себя глазами других. | Уметь: самостоятельно правильно выполнять поручения правильно распределять своё время . Уметь: сотрудничать с товарищами при выполнении заданий в паре. |
| 29-  32 | Самое ценное. | 4 ч. | Уметь: видеть и уважать чужое достояние. | Знать : общие ценности, объединяющие всех людей. Уметь: участвовать в коллективном обсуждении проблем. |
| 33-34 | Обобщение. | 2ч | Уметь: развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях | Знать: традиции и жизнь людей определённой национальности . Уметь: обобщить полученный опыт .. |

**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 во 3 классе» Рабочая тетрадь. Издательство «Генезис» Москва 2011г. | К | комплект |  |
|  | Методические пособия и книги для учителя.  Кривцова С.В. «Жизненные навыки. Уроки психологии во 3 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 | 4 |  |
|  | Демонстрационного и раздаточного материала. | 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, карандаши. | К | комплект |  |
|  | Клей. | К | комплект |  |
|  | Ножницы. | К | комплект |  |
|  | Скотч. | К | комплект |  |
|  | Надувные шарики. | К | комплект |  |
|  | Пластилин. | К | комплект |  |
|  | Ручка. | К | комплект |  |
|  | Кусочки ткани , бусинки, мелкие игрушки и тд. | К | комплект |  |
| 5 | **Оборудование класса.** |  |  |  |
|  | Ученические столы одно -и двухместные с комплектом стульев. | К | 30\15 | 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 |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |