

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 104»

«Согласовано»

Заместитель директора по ВР
_____ Кулакова Г. В.

«__» _____ 20__ г

«Утверждаю»

Директор МБОУ Школа № 104
_____ Гришмановская А. Л

от «__» _____ 20__ г

Рабочая программа внеурочной деятельности
социального направления
«Как научить детей сотрудничать»
для учащихся 1-4 классов

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой, Москва.

Цель курса - формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.

2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.

3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.

4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.

5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.

6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.

7. Расширять пассивный и активный словарь учащихся.

Общая характеристика курса

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента:

- Аксиологический (связанный с сознанием) 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.

- Инструментально-технологический 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.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них..

Формы контроля: входная, промежуточная, итоговая диагностика.

Итогом работы по данной программе является приобретение ребёнком чувства уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое; приобретение навыков успешного взаимодействия с одноклассниками и учителями. В результате ребёнок будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный путь будет непременно успешным и радостным.

Описание места предмета в учебном плане

В соответствии с планом внеурочной деятельности начального общего образования курс «Как научить детей сотрудничать» изучается с 1 по 4 класс. Общий объем учебного времени составляет 135 часов (33 недели в 1 классе и 34 недели во 2-4 классах по 1 часу в неделю).

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

1 класс

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста;
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;
- строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- учиться исследовать свои качества и свои особенности;
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;
- учиться наблюдать;
- моделировать ситуацию с помощью учителя.

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;
- учиться работать в паре и в группе;
- выполнять различные роли;
- слушать и понимать речь других ребят;
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

2 класс

Регулятивные УУД:

- учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников;
- учиться прогнозировать последствия своих поступков;
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя;
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации»;
- строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото);
- делать выводы в результате совместной работы в группе;
- учиться графически оформлять изучаемый материал;
- моделировать различные ситуации;

- усваивать разные способы запоминания информации.

Коммуникативные УУД:

- учиться позитивно проявлять себя в общении;
- учиться договариваться и приходить к общему решению;
- учиться понимать эмоции и поступки других людей;
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов.

3 - 4 класс

Регулятивные УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением;
- извлекать необходимую информацию из текста;
- определять и формулировать цель в совместной работе;
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях;
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит;
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми;
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого;
- соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять;
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях;
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения;
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости;
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта;
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию;
- адекватно воспринимать оценку учителя.

Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учиться контролировать свою речь и поступки;
- учиться толерантному отношению к другому мнению;
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении;
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей;
- формулировать своё собственное мнение и позицию;
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Для оценки планируемых результатов освоения программы рекомендуются следующие формы контроля:

- педагогическое наблюдение,
- диагностика эмоционального состояния обучающихся рисуночные методики «Дом. Дерево. Человек», «Вымышленное животное и т.д.),
- диагностика межличностных взаимоотношений (методики «Социометрия»)
- диагностика изменений в личности обучающихся (методики «Домики»)

Содержание программы.

1 класс

Раздел 1. Я – школьник (12 часов)

Что такое психология и зачем она нужна человеку? Психология изучает чувства и мысли людей, чтобы научиться понимать себя и окружающих, уметь жить дружно, помогать друг другу.

Освоение школьного пространства: одноклассники, классный кабинет, размещение школьных помещений.

Я – школьник. Кто такие школьники? Чем занимаются школьники? Что интересно школьнику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы?

Мои школьные успехи. Что я могу делать «хорошо», чему я должен научиться. Что помогает мне учиться.

Раздел 2. Мои чувства (18 часов)

Радость. Радость можно выразить мимикой. Мимика выражает наши мысли и чувства. Мимика помогает лучше понять собеседника.

Жесты. Передать радость другому человеку можно с помощью жестов. Мимика и жесты – наши первые помощники в общении.

Грусть. Для чего она нужна? Как прекратить грустить?

Страх. Какие бывают страхи? Как справиться со страхом?

Гнев. Гнев как выражение чувств: страх и обида часто вызывают гнев. Как справиться с гневом? Может ли гнев принести пользу?

Обида.

Разные чувства. Как можно выразить свои чувства?

Подведение итогов (4 часа).

2 класс

Раздел 1. Вспомним чувства (5 часов).

Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы?

Актуализация знаний об эмоциональной сфере человека.

Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (15 часов).

Что такое качества людей и какие они бывают? Какие качества окружающим нравятся, а какие – нет? Способность поставить себя на место другого помогает лучше понять друг друга. В каждом человеке есть «тёмные» и «светлые» качества. Самое важное качество.

Кто такой сердечный человек. Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

Люди отличаются друг от друга своими качествами. У каждого человека есть много разных положительных качеств. Как научиться находить положительные качества у себя? Как правильно оценить себя? Как распознать положительные качества у других людей?

Когда стараешься лучше понять другого человека, возникает чувство симпатии, сопереживания. А это важно при общении с окружающими.

Какие качества нужны для дружбы?

Раздел 3. Какой Я – какой Ты (14 часов)

Мои качества. Как мы видим друг друга?

Школьные и домашние трудности. Как с ними справиться?

Какие я знаю способы борьбы с трудностями: обратиться за помощью, вспомнить свой прошлый опыт, договориться, изменить своё отношение к проблеме, понять, что трудности встречаются в жизни всех первоклассников. Главное - помнить, что я живу среди людей, и каждый мой поступок и желание отражается на людях, где бы я ни находился: в школе, дома, на улице.

Подведение итогов (4 часа).

3 класс

Раздел 1. Я – фантазёр (10 часов)

Я – третьеклассник. Что интересно третьекласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы? Школа моей мечты - какая она?

Что такое фантазия и зачем она нужна человеку? Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром?

Мои сны: что в них правда, а что – фантазии?

Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии.

Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

Раздел 2. Я и моя школа (7 часов)

Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя?

Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе?

Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив!

Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками»? Справиться с ними помогает формула: «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».

Раздел 3. Я и мои родители (5 часов)

Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная.

Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям?

Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости».

Почему родители наказывают детей? Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.

Раздел 4. Я и мои друзья (8 часов)

Каким должен быть настоящий друг. Умею ли я дружить и можно ли этому научиться?

Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся? Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере? Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры?

Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников?

Раздел 5. Что такое сотрудничество? (5 часов)

Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений:

-из умения понять другого;

- из умения договориться;
 - из умения уступить, если это нужно для дела;
 - из умения правильно распределить роли в ходе работы.
- Что значит понимать другого и как можно этому научиться?
Как научиться договариваться с людьми?
Что такое коллективная работа?

Подведение итогов (4 часа).

4 класс

Раздел 1. Кто я? Мои силы, мои возможности (10 часов)

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому – четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника?

Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленюшка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля!

Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?

Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие».

Мой выбор, мой путь.

Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь.

Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю.

Что значит верить? Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (4 часа).

Моё детство. Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю? Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть.

Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас. Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

Раздел 3. Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа).

Как заглянуть во взрослый мир? Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас.

Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (5 часов).

Поведение человека зависит от его качеств. Кто такой интеллигентный человек и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека.

Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем?

Что такое идеальное Я? У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.

Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (8 часов)

Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется?

Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице».

Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»?

В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе».

Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?

Подведение итогов (4 часа).

Календарно-тематическое планирование

1 класс

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	дата	
			По плану	По факту
1 раздел «Я – школьник». 12 ч				
1.	Знакомство. Введение в мир психологии.	1		
2.	Как зовут ребят моего класса.	1		
3.	Зачем мне нужно ходить в школу.	1		
4.	Мой класс.	1		
5.	Диагностическое занятие.	1		
6.	Какие ребята в моем классе.	1		
7-9.	Мои друзья в классе.	3		
10.	Диагностическое занятие.	1		
11.	Мои успехи в школе.	1		
12.	Моя учебная сила.	1		
2 раздел. «Мои чувства». 17 ч				
13.	Радость.	1		
14.	Радость. Как ее доставить другому человеку.	1		
15.	Что такое мимика.	1		
16.	Жесты.	1		
17.	Диагностическое занятие.	1		

18.	Радость можно передать прикосновением.	1		
19.	Радость можно подарить взглядом.	1		
20.	Грусть.	1		
21.	Страх.	1		
22.	Страх и его относительность.	1		
23-24.	Как справиться со страхом.	2		
25.	Гнев. С какими чувствами он дружит.	1		
26.	Может ли гнев принести пользу.	1		
27.	Обида.	1		
28-29.	Разные чувства.	2		
Подведение итогов. 4				
30.	Диагностическое занятие.	1		
31.	Диагностическое занятие.	1		
32.	Диагностическое занятие.	1		
33.	Итоговое занятие.	1		

Календарно-тематическое планирование

2 класс

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	дата	
			По плану	По факту
1 раздел «Вспомним чувства» 5 ч				
1.	Мы рады встрече. Я – второклассник.	1		
2.	Понимаем чувства другого.	1		
3-4.	Разные чувства.	2		
5.	Диагностическое занятие.	1		
2 раздел «Чем люди отличаются друг от друга» 15 ч				
6.	Люди отличаются друг от друга своими качествами.	1		
7.	Хорошие качества людей.	1		
8.	Самое важное хорошее качество.	1		
9.	Кто такой сердечный человек.	1		
10.	Кто такой доброжелательный	1		

	человек.			
11.	Трудно ли быть доброжелательным человеком.	1		
12.	Я желаю добра.	1		
13.	Очищаем свое сердце.	1		
14.	Какие качества нам нравятся друг в друге.	1		
15.	Диагностическое занятие.	1		
16-17.	Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.	2		
18-19.	В каждом человеке есть светлые и темные качества.	2		
20.	Диагностическое занятие.	1		
3 раздел. «Какой Я – какой Ты?» 10 ч				
21-22.	Какой я?	2		
23-24.	Какой ты?	2		
25-26.	Копилка трудностей.	1		
27-28.	Школьные трудности.	2		
29-30.	Домашние трудности.	2		
Подведение итогов. 4 ч				
31.	Диагностическое занятие.	1		
32.	Диагностическое занятие.	1		
33.	Диагностическое занятие.	1		
34.	Итоговое занятие.	1		

Календарно-тематическое планирование

3 класс

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	дата	
			По плану	По факту
1 раздел «Я - фантазер». 8 ч				
1.	Я - третьеклассник.	1		
2.	Диагностическое занятие.	1		
3.	Кто такие фантазеры.	1		
4.	Я умею фантазировать.	1		
5.	Мои сны.	1		
6.	Я умею сочинять.	1		
7.	Мои мечты.	1		
8.	Фантазии и ложь.	1		
2 раздел «Я и моя школа» 7ч				
9.	Я и моя школа.	1		
10.	Что такое лень?	1		

11-12.	Я и мой учитель.	2		
13-14.	Как справиться с «Немогучками».	2		
15.	Диагностическое занятие.	1		
3 раздел «Я и мои родители» 5 ч				
16.	Диагностическое занятие.	1		
17-18.	Мои родители.	2		
19.	Я умею просить прощения.	1		
20.	Почему родители наказывают детей?	1		
4 раздел «Я и мои друзья» 5 ч				
21.	Настоящий друг.	1		
22.	Умею ли я дружить?	1		
23.	Трудности в отношениях с друзьями.	1		
24.	Ссора и драка.	1		
25.	Диагностическое занятие.	1		
5 раздел «Что такое сотрудничество?» 5 ч				
26.	Что такое сотрудничество?	1		
27.	Я умею понимать другого.	1		
28.	Я умею договариваться с людьми.	1		
29.	Мы умеем действовать сообща.	1		
30.	Что такое коллективная работа?	1		
Подведение итогов. 4ч				
31.	Диагностическое занятие.	1		
32.	Диагностическое занятие.	1		
33.	Диагностическое занятие.	1		
34.	Итоговое занятие.	1		

Календарно-тематическое планирование

4 класс

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	дата	
			По плану	По факту
1 раздел «Кто я? Мои силы, мои возможности» 10 ч				
1.	Мое лето.	1		
2.	Диагностическое занятие.	1		

3.	Кто я?	1		
4.	Какой я – большой или маленький?	1		
5.	Мои способности.	1		
6.	Мой выбор, мой путь.	1		
7.	Мой внутренний мир.	1		
8.	Уникальность внутреннего мира.	1		
9.	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1		
10.	Что значит верить?	1		
2 раздел «Я расту, я изменяюсь» 4 ч				
11-12.	Мое детство.	2		
13.	Я изменяюсь.	1		
14.	Диагностическое занятие.	1		
3 раздел «Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?» 4				
15-16.	Мое будущее.	2		
17-18.	Хочу вырасти здоровым человеком.	2		
4 раздел «Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?» 5 ч				
19.	Кто такой интеллигентный человек?	1		
20-21.	Хочу вырасти интеллигентным человеком.	2		
22.	Что такое идеальное Я?	1		
23.	Диагностическое занятие.	1		
5 раздел «Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?» 7ч				
24	Кто такой свободный человек?	1		
25.	Права и обязанности школьника.	1		
26.	Что такое «право на уважение»?	1		
27.	Права и обязанности.	1		
28.	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.	1		
29-30.	Как разрешать конфликты мирным путем?	2		
Подведение итогов. 4ч				
31.	Диагностическое занятие.	1		
32.	Диагностическое занятие.	1		
33.	Диагностическое	1		

	занятие.			
34.	Итоговое занятие.	1		

Учебно - методическое обеспечение программы

Ведение курса психологических занятий обеспечивается следующими пособиями:

1. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я»: Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. – М: Генезис, 2011.
2. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4)». 4-е изд. – М.: Генезис, 2011.

Список дополнительной литературы:

1. Арцишевская И.Л. Психологический тренинг для будущих первоклассников: Конспекты занятий. – М.: ООО «Национальный книжный центр», 2013.
2. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. – М.: «Ось-89», 2002.
3. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. – М.: Ось-89, 2005.
- Захарова Г.И. теория и методика психологического тренинга: Учебное пособие. / Челябинск: ЮУрГУ, 2008.
4. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1996.
5. Овчарова Р.В. «Практическая психология в начальной школе» - М.: «Сфера», 2001.
6. Панфилова М.А. Игротерапия общения. Тесты и коррекционные игры: практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. – М.: Издательство ГНОМ, 2012.
7. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками /под общей ред. Битяновой М.Р. – СПб.: Питер, 2006.
8. Практикум по возрастной психологии: Учебное пособие / Рыбалко Е.Ф., Голвей Л.А. – М.: Феникс, 1990.
9. Психогимнастические упражнения для школьников: разминки, энергизаторы, активаторы. / автор-составитель М.А.Павлова. – Волгоград: Учитель, 2013.
10. Светланова И.А. Психологические игры для детей. – Ростов н/Д: Феникс, 2014.
11. Шапарь В.Б., Шапарь О.В. Практическая психология. Проективные методики. – Ростов н/Д: Феникс, 2006.

Отчет о выполнении реализуемой учебной программы по внеурочной
деятельности

Часов по рабочей программе	С учетом корректи- ровки	Проведено часов по факту				
		1	2	3	4	Год
Итого 34						