

Рассмотрено на заседании
методического совета

Председатель

Л.В. Лозина Л.В.

Протокол № 4 от

«17» августа 2016г.

Согласовано

Заместитель директора по ВР

Венчурикова А.А.

«17» августа 2016г.

Утверждено

Директор

Мещеряков С.М.

«17» августа 2016г.

Протокол № 4 от

«17» августа 2016г.



Рабочая программа внеурочной деятельности

«Школа самовыражения»

Программа разработана в соответствии с требованиями
Федерального Государственного образовательного стандарта
начального общего образования на основе программы
психологического сопровождения «Мне учиться интересно»
Е.Н.Тимошиной

Программа рассчитана для учащихся 1-4 классов

Срок реализации программы – 4 года

Автор программы: Овечкина Татьяна Викторовна

СОДЕРЖАНИЕ

I. Введение.

II. Пояснительная записка.

III. Учебно-тематический план.

IV. Основное содержание программы.

V. Перечень учебно-методического обеспечения.

VI. Прогнозируемые результаты.

VII. Литература.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Данный курс обеспечивает достижение выпускниками начальной школы следующих предметных, метапредметных и личностных результатов.

1 класс

Личностные результаты:

- *Выбор индивидуального образовательного пути* школьника.
- *Равные стартовые возможности* для развития личности ребенка
- *Применение этических норм* в поведении детей.
- Обеспечение каждому ученику "*ситуации успеха*".
- Содействие *самореализации личности* ребенка.
- *Формирование* у детей практических навыков здорового образа жизни.

Метапредметные результаты :

Регулятивные УУД:

- *Развитие созидательной активности* детей
- *Интеграция детей*, оказавшихся в *трудной жизненной ситуации*, в жизнь общества.
- Содействие *укреплению самодисциплины*, развитию *самоорганизованности и самоконтроля* школьников.
- *Закрепление навыков* содержательного проведения досуга.
- Определение и *формулирование цели* деятельности с помощью учителя.
- Адекватное *восприятие оценки* учителя, исправление в своей работе.
- *Постановка* в сотрудничестве с учителем *конкретной учебной задачи* на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено, и того, что еще неизвестно.

Познавательные УУД:

- Использование логических приемов мышления (анализ, сравнение, классификацию, обобщение).
- Развитие разных видов *одаренности* в детях.
- Мотивация детей к познанию и творчеству на основе их представления о возможности приобретения знаний оптимальным для них способом;
- Совершенствование информационной компетентности учащихся.
- Поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий.

Коммуникативные УУД:

- Выполнение различных ролей в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Совершенствование навыков общения, адаптации и социализации детей в обществе.
- Сплочение школьного коллектива, укрепление традиций школы, создание благоприятного социально-психологического климата в ней.

- Развитие коммуникативных умений и навыков, обеспечивающих совместную деятельность в группе, сотрудничество, общение (адекватно оценивать свои достижения и достижения других, оказывать помощь другим, разрешать конфликтные ситуации).
- Осознание роли речи в общении людей, понимание богатства и разнообразия языковых средств для выражения мыслей и чувств.
- Продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми

Предметные результаты:

- Обобщать, делать несложные выводы.
- Определять последовательность событий.
- Определять отношения между понятиями «причина»-«следствие».
- Выявлять функциональные отношения между понятиями.
- Выявлять закономерности и проводить аналогии.

1.Введение

С первых дней обучения ребенку предъявляются требования, касающиеся произвольности познавательных процессов, учебной мотивации, навыков, позволяющих успешно осваивать программу. Даже хорошо подготовленные дети в период адаптации испытывают стресс, показывают нестабильные результаты. Дети с низким уровнем готовности способны потеряться, разочароваться в школе, в той школе, которую он так живо и красочно себе представлял.

В настоящее время в школьной практике нет одинакового взгляда на то, что входит в понятие «готовность к обучению в школе». Как правило, особое внимание уделяется интеллектуальной готовности к школе, тогда как на личностную и социально-психологическую готовность не обращается должного внимание. Это всё вносит дополнительные трудности в работу учителя, поскольку ему на уроках необходимо решать проблемы, связанные с отсутствием мотивов учения, с недостаточным развитием познавательных процессов, произвольности, т.е. не осваивать содержание, а в первую очередь стараться восполнять пробелы развития компонентов школьной готовности.

Современные позиции политики образования в России при определении приоритетов начального общего образования, выводят на первый план развитие и формирование позитивного отношения учащегося к самому себе, к учебной деятельности и окружающему миру. Особое значение при этом имеет освоение социального опыта, в результате чего формируется субъектный опыт школьника.

Возникает необходимость в проведении развивающих занятий, помогающих младшему школьнику не только приобрести навыки работы в классе, принятия учебной задачи, самостоятельной деятельности, но и актуализировать познавательные процессы, расширить кругозор, получить новый деятельный опыт, воспитания навыков саморегулирования эмоций.

2.Пояснительная записка.

Одной из острых проблем обучения в начальной школе является проблема сдерживания активности спонтанного, подвижного, эмоционального ребенка и, наоборот, активизация инертных, пассивных и малоподвижных детей. В результате, учитель стремится сформировать некий оптимальный для

учебной деятельности уровень активности ребенка. Основная педагогическая задача определяется необходимостью введения ребенка в новый для него мир отношений, в мир школы. Ребенок переходит от свободного проявления своих потребностей, к обязательной, общественно значимой деятельности. У него появляются новые возможности для саморазвития при ведущей роли учебного труда.

С поступлением в школу внутренний мир ребенка меняется. Ведущим становится мотив долженствования, хотя мотив желание еще очень сильны у многих. Конфликт мотивов «Хочу - Надо» может вызвать у ребенка как проявление негативизма и агрессии («Я больше не пойду в школу, мне там не нравится!»), так и тяжелые внутриличностные конфликты, болезненные эмоции, страхи («У меня ничего в школе не получится, я не справлюсь, я боюсь...»). Этот конфликт может изменить личность ребенка.

Эмоциональное состояние и самочувствие ребенка зависит от системы традиционных школьных отметок, смысла которых ребенок часто еще не понимает. Предвосхищать или игнорировать свои отметки он не умеет. А поэтому недоумевает или, напротив, радуется, когда оказывается, что отметка не соответствует затраченным усилиям. Расстраивается, если чувствует в отметке несправедливость («Наташе все время ставят пятерки, ее любят»).

Отношение младшего школьника к себе и окружающему миру нестабильно, оно зависит от множества непрогнозируемых им факторов: слов учителя и детей, советов родителей, школьных норм, личных успехов и неудач.

Эти особенности психологической атмосферы пребывания ребенка в школе и сформировали подходы к взаимодействию и взаимоотношениям с учащимися.

Обучение школьников способам осознания своего внутреннего мира, убедит их в том, что они способны сами строить свое будущее, и, со временем не будут нуждаться в помощи взрослых. Необходимо помочь ребенку найти источник эмоциональной боли и затем, используя определенные методы, удалить эти блоки, стоящие между ним и его самосознанием.

Главная функция «Школы самовыражения» - обеспечение условий для познания и усвоения ребенком способов выражения своих мыслей, чувств и переживаний, создание условий для продуктивной адаптации ребенка в микросреде школьного социума, что создает благоприятные условия для формирования общих учебных навыков.

Следует отметить, что знания о человеке, как объекте самопознания, рассредоточены в школьной программе по разным предметам, в рамках которых, ребенок не может получить тех знаний, которые бы помогли ему составить психологический портрет самого себя: каков он, каковы его возможности, каков творческий потенциал, по каким психологическим законам он развивается. Младших школьников интересуют вопросы построения взаимоотношений между людьми: как познать окружающих людей и своё отношение к ним, как понять и разобраться в своих чувствах, как реагировать в трудных ситуациях.

В программе «Школа самовыражения» выделены **два этапа обучения**, подобная градация обусловлена возрастными особенностями физического, психического и социального развития младших школьников:

1. **1 этап** обусловлен необходимостью адаптации ребенка к школьному обучению. Поскольку оно насыщено напряженными, постоянно меняющимися и необычными условиями жизнедеятельности ребенка, создавая тем самым стрессогенность, как в ситуациях школьного, так и внешкольного взаимодействия. Ситуативный стресс порождает рост напряжения в самочувствии младших школьников. Поэтому для учащихся 1-2х классов разработана программа развивающих занятий «Учись управлять собой»;

2. **2 этап** обусловлен завершением периода адаптации ребенка к школе. Для детей 9-10 лет характерно относительно спокойное и равномерное физическое развитие. Учащиеся 3-4-х классов достаточно жизнерадостны, уравновешены, эмоциональны, активны в общении, любознательны, живо интересуются всем, что их окружает. Поэтому для учащихся 3-4х классов разработана программа развивающих занятий «Через самовыражение к самопознанию».

На 1 этапе развивающих занятий школьник учится распознавать мысли, ведущие к эмоциональной боли и убеждения вызывающие проблему, а затем, распознавать продуктивные способы мышления. Изменение отношения к неприятному событию или явлению, воздействует на изменение восприятия и формирует образ свободный от этой боли. Необходимо учить школьников воспринимать *конкретные* события, поскольку именно они

оказывают наибольшее влияние на наше самочувствие, поскольку результатом взаимодействий в конкретной ситуации могут быть как радость и удовлетворение, так и разочарование, и эмоциональный срыв.

Второй этап «Школы самовыражения» для учащихся 3-4 классов представлен программой развивающих занятий «Через самовыражение к самопознанию» и является попыткой восполнить отсутствие необходимых знаний у ребенка о себе и своих взаимоотношениях с окружающим миром.

Концепция программы базируется на взглядах, имеющих принципиальное значение:

- знания, усваиваемые ребенком, должны иметь личностный смысл, который связан с переживанием знаний;
- «переживание» является основным дидактическим принципом преподавания;
- учет индивидуальных особенностей каждого ребенка должен охватывать «зоны актуального и ближайшего развития» (Л.С. Выготский).

Зона ближайшего развития ребенка интенсивно заполняется:

1. *контекстуальным характером* обучения, предполагающим наличие внутренних связей между темами (периодическая повторяемость тем обусловлена потребностью углубить и закрепить имеющиеся знания, по-новому прочувствовать и осознать их с позиций более старшего возраста, поскольку сегодня я воспринимаю себя так, завтра иначе, не говоря уже о том, каковы мои взгляды будут через год-два), а также в совместной деятельности с педагогом;

2. *образным характером* преподавания. Образ обладает целостностью и одновременно многозначностью. То, что ребенок в данный момент не может воспринять с ясной осознанностью, не является для него непонятным, незаметным. Что позволяет обращаться к образу вновь и вновь, обнаруживая новые детали и подробности, способные вызвать у человека реальные ощущения, включает произвольные механизмы психофизической регуляции;

3. *принципом персонализации и диалогизации* в ситуациях учебного взаимодействия и общения, что помогает выстроить взаимодействие, основанное на сотрудничестве и партнерских отношениях на всех уровнях (ученика и учеников, ученика и учителя, учителя и учеников) процесса обучения;

4. *принципом игрового моделирования*, несмотря на то, что ведущей деятельностью младшего школьника является учение, поскольку игра занимает большое место в жизни ребенка 9-10 лет. Игровые ситуации позволяют моделировать особого рода практику поведения ребенка и создают специфические условия для тренировки и становления личностных качеств.

Следует отметить, что к 9-10 годам дети очень любят действовать сами. Они с удовольствием играют в подвижные, ролевые и дидактические игры; участвуют в играх-драматизациях; поют и танцуют; мастерят различные поделки, с особым удовольствием рисуют, поэтому в занятиях со школьниками 3-4х классов так много игр, упражнений, этюдов, элементов тренинга и сочетающих различные виды деятельности: познавательную, изобразительную, исполнительскую, коммуникативную.

Цель данного курса - создать условия, способствующие самораскрытию и самовыражению, и, как следствие, самопринятию младшего школьника.

Задачи курса:

1. Формировать систему знаний школьника о самом себе и побуждать его к самопознанию.
2. Способствовать развитию умения адекватно воспринимать окружающий мир, людей, себя, разумно реагировать и управлять собой в процессе социального взаимодействия.
3. Создать условия для развития грамотной речи, расширения словарного запаса, учить пользоваться своим голосовым аппаратом.
4. Создать условия для воспитания социально адаптированной личности в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта начального общего образования.
5. Научить детей осознанно действовать в ситуации выбора, быть уверенным в себе, ощущать свою «самость» и значимость.
6. Способствовать совершенствованию коммуникативных навыков в деловом и личном общении со сверстниками и взрослыми.

Содержание уроков включает небольшой по объему, но занимательный теоретический материал: психотехнические игры, упражнения, элементы тренинга, диагностические, интеллектуальные и оздоровительные игры, различные виды деятельности: познавательную, коммуникативную, исполнительскую, игровую и изобразительную.

Занятия проводятся еженедельно по подгруппам (численностью не более 15 человек), общий объем учебного времени - 32 часа в учебном году (1-2класс), по 32 часа для каждой подгруппы (3-4 класс).

3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3.1. Учебно-тематический план программы «Учись управлять собой» для 1-2х классов

№ п/п	Наименование темы	Всего аудиторных часов	В том числе,	
			теоретические	практические
1 КЛАСС				
1	2	3	4	5
1.	«Путешествие в психологию»	2	-	2
2.	«Сказка про меня самого»	5	-	5
3.	Я хочу здоровым быть:	2	-	2
	1.Зачем человеку отдых?	1	-	1
	2.«Сон приходит на порог...»	1	-	1
4.	«Путешествие в страну Сообразилию»:	10	2,5	7,5
	1. Путешествие на остров Внимания	4	0,5	3,5
	3. Путешествие на остров Мышления	4	0,5	3,5
	4. Путешествие на остров Фантазий	2	0,5	1,5
5.	«Путешествие в страну Чувствилю»	4	1	3
	1. Путешествие на остров эмоций	1	0,5	0,5
	2. Путешествие на остров чувств	1	0,5	0,5
	3. Путешествие в долину Настроение	1	-	1
	4. «Волшебные секреты»	1	-	1
6.	Как я выражаю свои мысли и чувства	3	-	3
	1. «Ты мне слов не говори, ты мне слово покажи»	1	-	1
	2. «Про улыбку и многое другое»	1	-	1

	3. Три подружки	1	-	1
7.	<i>Мир, в котором я живу:</i>	4	1	3
	1. «Семь «Я» - моя семья»	1	0,5	0,5
	2. «Я» и мои друзья	1	0,5	0,5
	3. «Я» в школе	1	1	
	4. «Я» и другие	1	1	
8.	<i>«Сочиняем сказку...»</i>	2	0,5	1,5
	1. Про себя и многое другое...	1	0,5	0,5
	2. «Жили-были первоклашки...»	1	-	1
<i>Итого за год:</i>		32	5	27
2 КЛАСС				
1	2	3	4	5
9.	<i>1. Самосознание и образ «Я»</i>	4	1	3
	1. О букве «Я»	1	0,5	0,5
	2. Кто «Я»? , какой «Я»? , зачем «Я»?	1	0,5	0,5
	3. Я думаю, чувствую, действую	1	-	1
	4. Мое тело, душа, дух	1	0,5	0,5
	5. Я - человек, личность, единственный, неповторимый и уникальный	1	-	1
10.	<i>2. Самооценка</i>	3	1	2
11.	<i>3. Мир моих чувств</i>	6	1,5	4,5
	1. Как появляются чувства?	2	0,5	1
	2. Как меняются чувства?	2	-	1
	3. Мы можем научиться понимать наши чувства	2	0,5	1
	4. Мы можем научиться управлять своими чувствами	2	0,5	1,5
12.	<i>4. Как я воспринимаю других людей?</i>	7	2,5	4,5
	1. Что нужно, чтобы люди понимали друг друга?	2	0,5	1,5
	2. Можем ли мы научиться понимать чувства других людей?	2	1	1
	3. Как выбирать себе друзей?	1	0,5	0,5
	4. Зачем уметь сдерживать себя?	2	0,5	1,5
13.	<i>5. Что такое саморегуляция?</i>	6	2	4
	1. О вреде и пользе чувств	1	0,5	0,5
	2. Как помочь себе, если испортилось настроение?	1	0,5	0,5

	3. Как вести себя, если что-то болит?	2	1	1
	4. Что делать, если не хочется идти в школу?	1	-	1
	5. Как научиться отдыхать полезно?	2	-	1
14.	6. <i>Мир моих мыслей</i>	5	0	5
	1. Я знаю	1	-	1
	2. «Чего на свете не бывает?..»	1	-	1
	3. Путешествие в «Цветной город»	1	-	1
	4. «Лабиринты»	1	-	1
	5. «Волшебные секреты»	1	1	
15.	7. <i>«Жили-были второклашки...»</i>	-	1	-
<i>Итого за год:</i>		32	10	22
ВСЕГО ЧАСОВ		64	15	49

3.2. Учебно-тематический план программы «Через самовыражение к самопознанию»

для 3 - 4х классов

№ п/п	Наименование темы	Всего аудиторных часов	В том числе,	
			теорети-ческие	практи-ческие
3 КЛАСС				
1	2	3	4	5
16.	1. Знаешь ли ты себя?	3	1	2
17.	2. Темперамент. Что это такое?	3	1	2
18.	3. Что такое память?	4	1	2
19.	4. Мозг - главный командный пункт организма	6	2	3
20.	5. Внимание	3	1	2
21.	6. Мозг и органы чувств	3	1	2
22.	7. Зачем человеку сон?	3	1	2
23.	8. Эмпатия	4	1	3
24.	9. Общение	2	1	2
25.	10. Как могу я выразить себя?	1	-	2

<i>Итого за год:</i>		32	10	22
4 КЛАСС				
1	2	3	4	5
26.	1. Что мы знаем о себе? (Повторение)	3	1	2
27.	2. Фантазия	3	1	2
28.	3. Мир знаков и образов	4	2	2
29.	4. Выразительность	4	1	3
30.	5. Средства выразительности	3	1	2
31.	6. Психическая энергия и биополе	3	1	2
32.	7. Что такое способности?	3	1	2
33.	8. Уникальность и неповторимость каждого человека	3	1	2
34.	9. «Путешествие в Сообразилию»	3	1	2
35.	10. Твои возможности, человек	3	1	2
<i>Итого за год:</i>		32	11	21
Всего часов		64	21	43
«Через самовыражение к самопознанию»				
Всего часов по программе		128	36	92
«Школа самовыражения»				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Содержание дисциплины «Учись управлять собой» для 1 класса

Тема 1. «Путешествие в Психологию».

Занятие 1. «Познакомимся друг с другом».

Установление контакта. Как меня зовут? Как бы я хотел, чтобы меня называли? Что я люблю? - беседа по кругу.

Разминка:

1. Упражнение «Если весело живется, делай так!» (см. мет. пособия: 3.9).

2. Игра «Ну-ка угадай!»

Психогимнастика:

1. «Мы такие разные, разные, разные ...»

2. Этюд «Цветочек».

Эмоции: «Передай улыбку по кругу».

Цель: освоение коммуникативных умений.

Общение: игра «Комплименты» - Цель: овладение вербальными и невербальными средствами общения.

Поведение: Что делать, если я заблудился в школе? - моделирование ситуации.

Цель: Овладение навыками самостоятельного вхождения в контакт с незнакомыми людьми в школе, умением регулировать свои поведенческие реакции.

Заключение: введение группового правила: «Встречаемся и прощаемся с улыбкой». Песня Шаинского «Улыбка».

Цель: закрепление положительного эмоционального настроя.

Занятие 2. «Веселое путешествие ...»

Занятие проходит в форме сюжетно-ролевой игры, в ходе которой педагог ведет свой рассказ-легенду и постепенно вводит понятия: наука, Психология, миф о Психее, душа, внутренний мир человека, мысли, чувства, действия. На "веселых остановках" проводятся игры, упражнения.

Тема 2. «Сказка про меня самого».

Занятия 1-5. Я сам; Кто Я?; Какой Я?; Я знаю ...; Я умею ...; Я хочу ...; Я могу ...; Я - человек.

Постепенно, в игровой форме, дети усваивают и осознают основные понятия, что у каждого человека есть:

- *«внутренний мир»* - это мои мысли, чувства, желания;
- *«внешний мир»* - это мое поведение, действия, общение с другими людьми; к внешнему миру также относится - *«мир вокруг меня»* - это то, что меня окружает - природа, вещи, люди.
- *особенности человека:* речь, мышление, смех, плач, доброта, работа, семья и др. Дети постепенно осознают свою половую принадлежность и соответствующие ей социальные роли.

Тема 3. Я хочу здоровым быть!

Занятие 1. Зачем человеку отдых?

Какой бывает отдых, как восполнить силы? Биологические ритмы в природе.

Занятие 2. «Сон приходит на порог ...» Сколько времени нужно спать? Как засыпать и просыпаться? Что такое «Заячий синдром» и почему он вреден?

Тема 4. «Путешествие в страну Сообразилию».

Занятия 1 - 4. «Путешествие на остров Внимание».

Учимся сосредотачивать и направлять свое внимание. Постепенно дети знакомятся с тем, как улучшить свое внимание. Все игры и упражнения носят развивающий и диагностический характер.

Занятия 4 - 6. «Путешествие на остров Фантазия».

Сочиняем сказку «Чего на свете не бывает?» Детям предлагается тема для рисования: «Волшебный лес» и «Несуществующие животные». В этюдах на психогимнастике они изображают фантастических персонажей и т.д.

Занятия 7 - 10. «Путешествие на остров Мышление».

Детям дается понятие мышления и представление о том, как оно функционирует: мышление - это умственные способности человека, которые у всех людей имеют свои особенности. Детям предлагается ряд игр, упражнений и испытаний на развитие логического мышления и познавательных способностей. Используются игры настольные и подвижные, соревнования в командах, с мячом и т.д.

Тема 5. «Путешествие в Чувствилю».

Занятие 1. «Путешествие на остров чувств». Мир мы познаем благодаря органам чувств: зрению, слуху, обонянию, осязанию, вкусу. Все занятие построено на поочередном акцентировании каждого чувства в играх, упражнениях, этюдах.

Занятие 2. «Путешествие на остров эмоций». Какие бывают эмоции? Как их различать? Почему мы обижаемся? Вредные и полезные эмоции.

Занятие 3. «Путешествие в долину Настроения». Что такое настроение? У кого оно бывает? Какое бывает настроение? Могут ли предметы, которые меня окружают, изменить мое настроение?

Занятие 4. Волшебные секреты. Что делать, когда мне тревожно, страшно или боязно? Как изменить плохое настроение? Как овладеть элементами аутотренинга.

Тема 6. Как я выражаю свои мысли и чувства?

Занятие 1. "Ты мне слов не говори, ты мне слово покажи".

Овладение навыками невербального общения, языком тела и жестов. В занятия включаются этюды, игры, упражнения, основанные на пантомиме. Рассказываются стихи руками.

Занятие 2. «Про улыбку и многое другое».

Незаконченная история «Про улыбку» Г. Абрамовой. Игры, песни, рисование. Данное занятие должно помочь детям осознать важность положительного настроения для того, чтобы быть успешным.

Занятие 3. Три подружки.

«Злюка», «Плакса», «Резвушка». Как музыканты и художники передают характер, настроение в своих произведениях, какие средства выразительности для этого используют?

Тема 7. Мир, в котором я живу.

Занятие 1. "Я" и моя семья. Зачем человеку семья? Кто "Я" в семье? Как сблизить семью? Культура чувств. Рисуем: «Моя семья».

Занятие 2. Я и мои друзья. Что такое дружба? Какие чувства испытываем мы по отношению к друзьям? Кого можно назвать настоящим другом?

Диагностическая игра «Секрет».

Занятие 3. Я в школе. Мои проблемы в школе: с учителями, одноклассниками, уроками. Мое настроение в школе и после нее. Что делать, если не хочется идти в школу?

Занятие 4. Я и другие. Люди, которые окружают меня. Правила поведения в общественных местах, проблемные ситуации социального взаимодействия. Чужие секреты. Как вести себя с незнакомыми людьми? Как появляются друзья и знакомые?

Тема 8. «Сочиняем сказку...». Про себя и многое другое...

Обобщение того, что дети узнали о себе, об особенностях человека, его чувствах, мыслях, поведении и общении, о том, как можно управлять своими мыслями, чувствами и действиями.

«Жили-были первоклашки...» - это диагностический обобщающий урок, где при помощи игр, рисунков, методики «незаконченных предложений», упражнений («Эмоциональный термометр») и т.п. педагог получает информацию о том, каково эмоциональное самочувствие ребенка, находится он в состоянии эмоционального комфорта или дискомфорта.

4.2. Содержание дисциплины «Учись управлять собой» для 2 класса

Тема 1. Самосознание и образ "Я".

Занятие 1. О букве «Я». Кто Я? Какой Я? Зачем Я? - внутренний мир человека. Чем отличается человек от животных, а мальчик от девочки? Почему у каждого есть свои неповторимые особенности?

Занятие 2. Я думаю, чувствую, действую. Моя душа - разнообразный мир чувств, эмоций, грез, фантазий. Чувствами можно управлять. Что бывает, когда чувства управляют людьми? Как можно выразить свои чувства, мысли? (словом, жестом, мимикой, в танце, в мелодии, в живописи и т.д.)

Занятие 3. Мое тело, душа, дух. Тело - физическое состояние, его можно увидеть, потрогать, ощутить - это наш «биоскафандр». Душа - это то, что мы чувствуем, понимаем, осмысливаем... А дух - это наши взгляды, убеждения и сила воли.

Занятие 4. Я - человек, личность - единственный, неповторимый и уникальный.

Обобщающий урок. В групповой дискуссии ребята размышляют о том, что они знают о себе, чем они отличаются от своих одноклассников, сверстников, взрослых людей. Вводится понятие «опыт», «жизненный опыт», «личный опыт». Рисуем «Автопортрет».

Тема 2. Самооценка. Что такое самооценка? Где начинается самооценка? Кто оказывает влияние на нашу самооценку? Как стать человеком, который может оценить себя сам?

Тема 3. Мир наших чувств.

Занятие 1. Как появляются чувства? Причины появления чувств. Как научиться понимать наши чувства?

Занятие 2. Как меняются чувства? Почему? Как научиться управлять нашими чувствами?

Занятие 3 - 4. Мы можем научиться понимать наши чувства.

Если будем различать два вида боли: физическую и эмоциональную. Причины их возникновения. (Решение простейших логических ситуаций, см.

Джилл Андерсон «Думай, пытайся, развивайся».) Язык - ключ к нашим чувствам.

Занятие 5 - 6. Мы можем научиться управлять нашими чувствами. Если научимся осознавать причину возникновения отрицательных эмоций. Что такое «умственный мусор» и как от него избавиться?

Тема 4. Как я воспринимаю других людей?

Занятие 1. Что нужно, чтобы люди понимали друг друга? Овладение вербальными и невербальными средствами. Доверительность, открытость, внимание и любовь людей друг к другу. Овладение приемами активного слушания. Игры, драматизации, ситуации.

Занятие 2. Можем ли мы понимать чувства других людей?

Способы выражения чувств: агрессивный, сдержанный, миролюбивый. Овладение конструктивными приемами общения. Какие чувства испытывает добрый человек? Зло и Добро.

Занятие 3. Как выбирать друзей? Что такое настоящая дружба? Какие отношения должны быть между друзьями? Всякий ли человек может быть другом? Друзей выбирают или ими становятся? Важные качества настоящего друга: верность, внимание, требовательность, бескорыстие.

Занятие 4. Надо уметь сдерживать себя. Что является причиной невыдержанности? Капризные дети. Как к ним относятся взрослые и другие дети? Как воспитывать в себе сдержанность? Что бывает, когда чувства руководят нашими мыслями и действиями?

Тема 5. Что такое Саморегуляция?

Занятие 1. О вреде и пользе чувств. Положительные и негативные эмоции. Стресс. Эмоциональное поле человека, как оно влияет на людей, которые нас окружают. Значимость положительных эмоций на работоспособность и успешность в деятельности.

Занятие 2. Как помочь себе, если испортилось настроение?

Овладение элементами аутотренинга. Переключение на приятное дело. Анализ причины «боли», устранение «умственного мусора».

Занятие 3. Как вести себя, если что-то болит? Как ведут себя дети, когда у них что-то болит? Всегда ли дети чувствуют боль от полученной травмы, когда заняты игрой? Внутренняя боль и ее опасность. Что помогает превозмочь боль? К кому обратиться за помощью?

Занятие 4. Что делать, если не хочется в школу? Почему детям иногда не хочется идти в школу? Что они в этом случае придумывают? Что надо делать, чтобы дети охотно ходили в школу? С кем можно посоветоваться?

Занятие 5. Наука отдыхать. Надо ли планировать свой отдых? Как быстро и хорошо выполнять домашние задания? Как проводить время после школы, в выходной, на каникулах?

Тема 6. Мир моих мыслей.

Занятие 1. Я знаю ... Игры на развитие логического мышления, развитие познавательных способностей.

Занятие 2. «Чего на свете не бывает?» Фантазия - что это такое? Развитие у детей в играх и упражнениях творческого воображения. Рисование сказки ...

Занятие 3. Путешествие в «Цветной город». Развитие пространственных отношений, владение соответствующей лексикой, приобретение детьми опыта свободной пространственной ориентировки в умственном плане.

Занятие 4. «Лабиринты». Игры на развитие логического мышления, пространственного воображения, ориентации в пространстве. Использование настольного и напольного лабиринтов.

Занятие 5. «Волшебные секреты». Дети рассказывают о том, какие способы снятия умственного напряжения они знают, как можно развивать свои познавательные процессы.

Обобщающий урок «Жили-были второклашки» - диагностический. Сценарий урока включает игры, изобразительную деятельность, методику «незаконченные предложения», упражнение («Эмоциональный термометр»), игровое моделирование с элементами драматизации: «Сочиняем сказку про нас, про второклашек».

Педагогическая цель - получение информации об эмоциональном самочувствии второклассников, степени их адаптированности к школьному обучению, определение степени социальной адаптированности в социуме.

4.3.Содержание дисциплины «Через самовыражение к самопознанию», 3 класс

Тема 1. Знаешь ли ты себя?

Занятие 1. Что мы знаем о себе? Беседа о единстве тела, души и духа, краткий рассказ педагога, самодиагностика, игры

Занятие 2-3. Где живет душа моя? - дискуссия. Упражнения на осознание единства мыслей, чувств и действий. Игровое моделирование ситуаций на темы «Я в школе», «На улицах города», «Иногда мне бывает грустно...», «Если радость вдруг пришла».

Тема 2. Темперамент. Что это такое?

Занятие 1. Учение Гиппократов о темпераменте. Теория великого Павлова о темпераменте - рассказ учителя, беседа, игровое моделирование, игры, упражнения на определение темперамента (по рисунку, описанию, музыке).

Занятие 2-3. Способы проявления темперамента в речи, движениях, чувствах. Игровое моделирование: «В гости к нам пришел флегматик...», «В гости к нам пришел сангвиник...», «В гости к нам пришел холерик», «В гости к нам пришел меланхолик...»

Тема 3. Что такое память?

Занятие 1. **«Воспоминания о путешествии в царство Мнемозины»** Миф о Мнемозине. Тренинг мнемических способностей. Воспоминания школьников о путешествии в 1 классе, беседа, психологические опыты, самодиагностика, советы психолога.

Занятие 2. Какая бывает память? Рассказ по Н. Коростелеву, психологические игры, опыты, элементы самодиагностики.

Занятие 3. Тайны хорошей памяти - беседа. Способы развития памяти. Тренинг мнемических способностей.

Тема 4. Мозг - главный командный пункт организма.

Занятия 1 - 2. «Мозг - главный командный пункт организма» - беседа, чтение и обсуждение рассказов А. Дорохова: «Мозг», «Нервы».

Дискуссия: «Что я узнал о себе». «Что есть познание?»

Д/З: попытаться найти новую информацию о мозге в Детской энциклопедии

Занятие 3. Все ли умеют думать? Что значит разумно мыслить? Беседа, практические советы психолога, игры, упражнения

Занятие 4. Как я осознаю самого себя? Игры, упражнения по Дж. Скотт «Техника силы ума».

Занятие 5. Учусь управлять своими мыслями. Тренинг, психологический опыт «Маятник».

Тема 5. Зачем нужно внимание?

Занятие 1. Слушать и слышать. Внимание - это направленность и сосредоточенность на объекте. Как можно овладеть способами развития сосредоточенности и направленности внимания?

Занятие 2. Что может улучшить внимание? Беседа, психотехнические игры на овладение способами развития сосредоточенности и направленности внимания.

Занятие 3. Развиваю внимание: упражнения, тренинг рефлексивного и нерефлексивного слушания

Тема 6. Мозг и органы чувств: Как мы воспринимаем мир?

Занятие 1. «Мир звуков» - аудиальное восприятие мира. Развиваю аудиальное восприятие и слуховые ощущения.

Занятие 2. «Мир красок и форм» - визуальное восприятие мира. Развиваю свои ощущения. Иллюзии визуального восприятия.

Занятие 3. Можно ли увидеть звуки и услышать предметы?" - синестезия. Краткий рассказ педагога, беседа (наглядный материал), самодиагностика, музыкотерапия, эстетотерапия, выставка детских рисунков «Я вижу музыку», игры, упражнения, тренинг сенсорной сферы.

Тема 7. «Зачем человеку сон?»

Занятие 1. Умеешь ли ты отдыхать? Дискуссия, игры, рисование своих снов, психологический опыт, советы психолога.

Занятие 2. Какие сны ты видишь? О чем говорят сны... Игра «Если бы это был мой сон, то я бы подумал..., почувствовал..., решил... »

Занятие 3. Влияет ли настроение на наши сны? Можно ли управлять настроением во сне. Сон - это информация о чем?

Тема 8. Эмпатия.

Занятие 1. Можно ли чувствовать дерево? - дискуссия. Упражнения - эмоциональные этюды с последующей рефлексией чувственного опыта.

Занятие 2. Может ли другой человек чувствовать мое настроение? Как я чувствую настроение другого человека? Рисование, игровое моделирование, упражнение «Скульптура» с последующей обратной связью участников.

Занятие 3. Эмпатия - сопереживание Другому, беседа, чтение художественной литературы, этюды, тренинг на развитие эмпатических чувств, сопереживания.

Занятие 4. «Чем я могу помочь другу, если у него случилась беда». Трудная жизненная ситуация - что это такое. Как правильно помочь пережить трудную ситуацию. Трудные чувства бывают? Что делать если очень тяжело, как пережить боль? Сопереживание - это понимание чувств другого, сочувствие ему и способность помочь.

Тема 9. Общение.

Занятие 1. Общение - это когда я передаю и получаю информацию, воспринимаю другого человека и пытаюсь его принять, взаимодействую с ним. Коммуникативные игры: на установление, поддержание и завершение контакта.

Занятие 2. Роли, которые мы играем в жизни. Может ли ребенок быть в роли взрослого..., а родителя..? - дискуссия, психотехнические игры. Моделирование ситуаций общения с позиций состояний «Я» - взрослый, родитель (критичный, кормящее-заботливый), ребенок - естественный, «бунтарь», «послушный».

Занятия 3 - 4. Каким я бываю? Игры, психотехнические игры, игровое моделирование: ситуации типа "В магазине", "В библиотеке", "В театре", "Ссора во дворе", "Беда в дороге"; тренинг коммуникативных умений, а также действий в экстремальной ситуации

10. Обобщающий урок «Как могу я выразить себя?» - дискуссия, игры, тренинг «Ступени моего роста».

4.4. Содержание дисциплины «Через самовыражение к самопознанию», 4 класс

Тема 1. Что мы знаем о себе? (Повторение).

Занятие 1. Как я познаю мир? Как я чувствую мир? Зачем нужен мозг и что такое нервы? - Беседа, диагностика, психотехнические и развивающие игры по Никитиным.

Занятие 2. Как темперамент влияет на мое поведение? - викторина, психологические опыты. Тренинг позитивного самовнушения в напряженной ситуации.

Занятие 3. Можно ли управлять своими мыслями, чувствами и действиями? - психологические опыты. Кинестетические упражнения на выражение мыслей и чувств. Метод аутотренинга - «Я вырастаю здоровым, крепким и уверенным».

Тема 2. Фантазия.

Занятие 1. Мои фантазии - рассказ педагога, придумывание сказок и историй. Рисование на тему: «Мои фантазии». Может ли фантазия превратиться в реальность? - беседа. Может ли фантазия быть полезной? - дискуссия.

Занятие 2. Мир реальный и выдуманный, «Моя сказка», «Чего на свете не бывает?», тренинг воображения.

Занятие 3. Путешествие в пространстве и времени. «Машина времени» - прошлое, настоящее, будущее, где полезнее находится?

Тренинг навыков пространственного воображения и ориентирования в пространстве. Техника направленной визуализации К. Фопеля «Радуга».

Тема 3. Мир знаков и образов

Занятие 1. Мир знаков и образов. Рассказ педагога об ассиметрии мозга - правом и левом полушарии. Как выглядят знаки и чем они отличаются от образов? - беседа, игры.

Занятие 2. Иероглиф - это знак или образ? - беседа, рисование красками. Игра «Ты мне слов не говори, ты мне «знаком» подскажи».

Занятие 3. Синестезия. Можно ли пить руками и говорить взглядом? «Расскажи мне музыка сказку» - кинестетические этюды, импровизации на музыку Э.Грига «В пещере горного короля».

Тема 4. Выразительность

Занятие 1. Выразительность в позах, жестах, мимике, речи. Рассказ педагога, игры, упражнения, игры-загадки, шарады, тренинг

Занятие 2. «О чем говорит тело» - язык тела, открытые и закрытые жесты. Жести принятия и жесты угрозы. Как «говорит» тело. Упражнения по А. Пизу.

Занятие 3. Жесты народов мира. Кинестетические упражнения на распознавание языка жестов. Жесты народов мира в живописи. Язык жестов в танцевальном искусстве Индии. Язык жестов и взглядов в Японии. Зачем народы придумывали язык жестов? - дискуссия.

Тема 5. Средства выразительности

Занятие 1. Интонация и тембр - беседа, чтение фрагментов художественных произведений, слушание музыкальных произведений, элементы музыкотерапии и терапии искусством. Выставка работ детей.

Занятие 2. Ритмы нашей жизни. Биологические ритмы жизни. Психологические ритмы души. Ритмы слова, ритмы стиха, ритмы музыки, ритмы действий. Метод эйвритмии - развитие чувства ритма в движении.

Занятие 3. Выразительные и изобразительные средства музыки, живописи, литературы. Тренинг «Образы моего Я» - с использованием элементов музыкотерапии и искусствотерапии.

Тема 6. Психическая энергия и биополе.

Занятие 1. Психическая энергия и биополе. Рассказ педагога, психологические опыты; психотехники: «волевое тепло», самовнушение.

Занятие 2. Можно ли передать мысли без слов? Что такое телепатия. Игра «Послание другу» - передача мыслей и чувств через прикосновение.

Занятие 3. Воздействие предметов на человека беседа «Как на нас влияет цвет?», психофизические свойства цвета - психологические опыты, тренинг цветовосприятия.

Тема 7. Что такое способности?

Занятие 1. Какие бывают способности? - общие и специальные. Способный человек может быть «мастером», «талантом» или «гением» - рассказ, чтение отрывков литературных произведений о жизни знаменитых людей - «маленький гений». Игра - «Обнаружь способности у одноклассника».

Занятие 2. «Чудо-чадо» - как распознать свои способности? Каждый человек уникален и имеет индивидуальные способности - дискуссия, игры, упражнения, тренинг способностей: коммуникативных, когнитивных, мнемических, деловых и т. д.

Занятие 3. Я развиваю свои способности самодиагностика. Тренинг навыков восприятия информации органами чувств и передачи их в мимике, жестах, действиях. «Как навыки вырастают в способности» - игра.

Тема 8. Уникальность и неповторимость каждого человека - обобщающий урок. Почему мы такие разные? - это хорошо или плохо? -дискуссия. Коллаж «Образы моего «Я». Скульптура моего «Я».

Тема 9. «Путешествие в Сообразилю»

Занятие 1. Развиваю внимание - игры, психотехнические упражнения, тренинги, советы психолога (как учить уроки; как составить план ответа и т. д.). Самодиагностика «Правильно ли я учу уроки?»- тест.

Занятие 2. Развиваю память и воображение. Тренинг мнемических способностей. Воспоминания школьников о путешествии в «Царство Мнемзины в первом, во втором и в третьем классах» - беседа, психологические опыты, упражнения, самодиагностика, советы психолога.

Занятие 3. Учусь разумно мыслить. Развиваю мышление (приемы логического мышления: анализ, синтез, сравнение, обобщение и др., а также гибкость, пластичность)

Тема 10. «Как могу я выразить себя?» - твои возможности, человек.

Занятие 1. Способы самовыражения мыслей - обобщающий урок. Повторение способов самовыражения в письменной и устной речи: в стихах, в прозе, в эссе, в сочинении, в письме, в монологе, диалоге, полилоге. Викторина. Способы самовыражения мыслей в общении. Правила хорошего тона.

Занятие 2. Способы самовыражения чувств - обобщающий урок. Повторение способов самовыражения чувств - в речи, в жестах, в движениях, в рисунке, в музыке и т.п. Викторина. Способы самовыражения чувств в общении и поведении. Как можно улучшить настроение?

Занятие 3. «Школа самовыражения - до свиданья!» - праздник перехода на следующую ступень Человекознания - в «Школу самопознания». Чему я научился в «Школе самовыражения», что полезного я узнал.

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

5.1. Дидактические пособия, развивающие игры

№ 1	Наименование 2	Игры, упражнения. Литература. 3
1.	Игры на развитие внимания	«Что слышно?», «Слушай звуки», «Будь внимателен!», «Канон», «Зеваки», «Четыре стихии» (№ 22 стр. 52-54, № 11 стр. 92-95)
2.	Игры на развитие памяти.	«Повтори за мной», «Запомни движения», «Слушай и исполняй», «Вот так позы», «Запомни порядок», «Волшебный мешочек», «Испорченный телефон», «Художник», «В магазине зеркал» (№22 стр. 55, №8 стр. 20-25, №18 стр. 98-100)
3.	Развитие произвольных движений и самоконтроля.	«Запретный номер», «Стой, кто идет», «Стоп», «Замри», «Волшебное слово», «Запрещенное движение» (6 стр. 11-18, 12 стр. 56-57, №18 стр. 101-102)
4.	Развитие произвольной активности детей. Игры на развитие сообразительности самодисциплины и самоорганизации. Подвижные игры (эмоциональная и волевая сфера).	«Поссорились два петушка», «Дракон кусает свой хвост», «Иголлка и нитка», «Лисонька, где ты?», «Сова», «Белые медведи», «Смелый наездник», «Тропинка», «Реченька», «Кружевница», «Веретено» (16, 18, 22)
5.	Игры, способствующие успокоению, уменьшению возбуждения и развитию самоконтроля.	«Кто за кем?», «Слушай команду», «Делай как я!» (22)
6.	Этюды на развитие эмоциональной сферы.	«Я знаю», «Возьми и передай», «Заколдованный ребенок», «Сколько звуков?», «Не покажу!», «Игра в снежки», «Дружная семья» (№№ 6, 16, 15, 7)
7.	Этюды на тренировку отдельных групп мышц.	«Каждый спит», «Цветочек», «Деревце», «Сосулька», «Тихо, тихо снег идет», «Насос и мяч», «Качели», «Петрушка прыгает» (№№ 6, 16, 15, 22)
8.	Игры, этюды на развитие коммуникативных умений (выражение основных	«Собака принимает», «На лесной полянке», «Лисичка подслушивает», «Любопытный», «Мне весело!», «Грустно - весело», «Раздумье» (№№ 6, 15, 16, 18, 22)

9.	эмоций)	
	Снятие страхов	«Клякса», «Нарисуй свой страх» (22)
10	Этюды на выражение удивления, удовольствия, радости	«Удивление», «Круглые глаза», «Медвежата выздоровели», «Новая кукла», «Жар птица», «Карлсон», «Битва», «Два клоуна», «Ключ нашелся» и др. (№№ 6, 15, 16, 18, 22)
11	Этюды на выражение страдания и печали	«Болезнь куклы», «Стрекоза замерзла», «Северный полюс», «Ой, ой, живот болит», «Золушка», «Остров плакс» (№№ 6,15,16, 17,22)
12	Игры на выражение различных эмоций	«Таня - плакса», «Разные настроения», «Поссорились - помирились», «Прогулка», «Три подружки», «Пожар», «Змей Горыныч», «Два сеньора», «Сочувствие», «Два маленьких котенка» (№22)
13	Игры на отображение и различение отдельных черт характера	«Добрый мальчик», «Честный шофер», «Так будет справедливо», «Вежливый ребенок», «Застенчивый мальчик», «Хочу и все!», «Ябеда», «Притвора» и др.
14	Развитие мышления и речи	«Где мы побывали, что мы повидали?», «Ну-ка отгадай», «Картинки-загадки», «Парные картинки», «Определи игрушку», «Лишняя игрушка», «Перечисли предметы», «Определения», «Придумай загадку», «Пословицы» (15 стр. 110-115), «Сложи квадрат», «Сложи фигуру», «Сложи картинку»(18).
15	Развитие воображения, фантазии	«Фигура, замри», «Магазин ковров», «Чего на свете не бывает», «Придумай сказку» и др. (Никитин, Макшанцева «Детские забавы» сб. дидактических игр и упражнений.), «Кляксы», «Волшебный лес», «Дорисуй» (18,22)
16	Игры - драматизации	«Колобок», «Репка», «Кто сказал мяу? », «Красная шапочка», «Светик - семицветик», «Муха - цокотуха» и др. (№7 стр. 125-176)
17	Песенный репертуар	«Кудряшки», «Ежик», «Манный медвежонок» (по материалам Триза), «Кашалотик» муз. Р.Паулса, песни Шаинского из любимых мультфильмов.
18	Рассказ по кругу	«Маленькие рассказы» Толстого, русские народные сказки, сказки народов мира по желанию детей.
19	Речевое общение	«На почте», «В библиотеке», «В магазине» и др. (ДЖ.Чейпи «Готовимся к школе»)
20	Настольно-печатные игры	«Сложи картинку», «Занимательное лото», «Необычные цветы» и др.

5. 2. Оборудование

2.1. Учебно-наглядный материал:

- репродукции картин известных художников;
- демонстрационные картины (жизненные ситуации, в транспорте, игры детей и т.п.)
- сюжетные, парные и серии из 4х-5 картинок (по сказкам, бытовым ситуациям, сюжеты из жизни животных, людей, праздники и т.п.)

2.2. Театры:

- настольный плоскостной ;
- театр картинок .

2.3. Аудиоаппаратура:

- диски с детскими песенками, фрагменты музыкальных произведений к этюдам и упражнениям;
- диски с записями психотерапевтического характера (релаксация, активизация)

2.4. Мячи резиновые:

2.5. Специально оборудованный кабинет с мягким половым покрытием:

2.6. Конструкторы, мозаика:

- геометрические объемные;
- плоскостные.

6. Прогнозируемые результаты

Уровень образованности выпускника «Школы самовыражения» представлен тремя составляющими.

1. Предметно-информационная составляющая образованности:

- иметь соответствующие возрасту основные представления о культуре эмоций и психосоциальном развитии личности, путях его сохранения и саморазвития;
- знать простейшие способы определения своего эмоционального и психосоциального состояния;
- иметь основные представления о способах совладания с напряжением;
- знать основные санитарно-гигиенические нормы и правила, позволяющие сохранить и укрепить психосоциальное здоровье в обыденных и необычных жизненных ситуациях;
- иметь представления о возможных угрозах психосоциальному благополучию личности и адекватном поведении в опасных для жизни ситуациях;
- иметь представление о методах установления комфортных отношений с окружающими людьми: педагогом, родителями и друзьями, способствующих психосоциальному развитию школьника;
- иметь представление об основных способах саморегулирования своего эмоционального состояния;
- иметь представление о внешних и внутренних характеристиках ситуации выбора необходимой для решения конкретных проблем жизнедеятельности;
- знать основные способы планирования, выдвижения цели, постановки задач на развитие и саморазвитие в ближайшей перспективе.

2. Деятельностно-коммуникативная составляющая психосоциальной образованности:

- - уметь выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с разными людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности;
- - уметь соблюдать нормы, обеспечивающие безопасную жизнедеятельность;

- - уметь выражать эмоции адекватно ситуации социального взаимодействия;
- - уметь признавать недостаточность своих знаний для решения отдельных проблемных ситуаций и искать необходимую и достоверную информацию;
- - уметь выдвигать и проверять предположения о возможном результате осуществляемых действий с учетом регулирующих норм и правил;
- - уметь критично воспринимать мнения и действия других людей;
- - иметь представления о способах планирования собственных действий на ближайшее будущее;
- - уметь контролировать исполнение собственного плана и регулировать деятельность в соответствии с изменяющимися условиям.

3. Ценностно-ориентационная составляющая образованности на ступени начального образования характеризуется по трем параметрам - отношением к себе, отношением к другим людям (взрослым и сверстникам), отношением к учебной деятельности.

Отношение к себе:

- чувство гордости за свои достижения и огорчение от неудач;
- способность к оценке собственных изменений на основе развития сопереживания, ответственности и самостоятельности, навыков самовыражения и самопознания;
- интерес к познанию своих природных и приобретенных склонностей к успешному освоению требований учебного труда;
- уверенность в способности освоения необходимых для самовыражения навыков в ситуациях сотрудничества и социального взаимодействия;
- ценность основных навыков безопасного поведения в повседневной жизни.

Отношение к другим:

- открытие чувства «Мы», проявление коллективизма, умения согласовывать при необходимости свои потребности с интересами окружающих;
- оценочное отношение к другим в контексте соблюдения утверждаемых ближайшем окружением нравственных, эстетических, трудовых норм и правил;
- умение оценить свое положение в системе социальных отношений «взрослый - сверстник - я»;
- умение дать оценку соответствия своего поведения нормам и правилам взаимодействия с членами семьи, педагогами, учащимися школы и другими людьми;
- интерес к познанию других людей, стремление учитывать их особенности при совместной деятельности.

Отношение к учебной деятельности:

- радость освоения новых способов самовыражения в деятельности и в общении; удовольствие от учебы; чувство ответственности за результаты учебной деятельности;
- оценка результативности развития учебных навыков в соответствии с поставленной целью;
- интерес к рациональному познанию себя и окружающих как основе последующего психосоциального развития;
- потребность в постоянном расширении информации о себе, об окружающих людях, месте жительства, регионе;
- понимание важности соединения учебы в школе с постоянным самостоятельным расширением знаний о различных процессах, происходящих в природе и человеческом сообществе

Отношение к миру (ближайшее социокультурное и территориальное окружение):

- сохранение и развитие способности удивляться многогранности мира на основе постоянного расширяющегося его познания;
- оценка отношений двух реальностей: предметного мира и языка самовыражения (в речи, в движении, в чувствах), отражающего этот мир во всем многообразии;
- интерес к познанию законов, определяющих процессы, происходящие в обществе;
- уверенность в познаваемости мира отношений к себе, другим людям, окружающему предметному миру, миру природы;

- начальные представления о ценности знания взаимосвязи процессов, происходящих в регионе, стране, мире.

7. ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова, Г.С. Об улыбке, букве "Я", словах "надо" и "нельзя": материалы для психокоррекционных и развивающих занятий с младшими школьниками. - Волгоград, 2014.
2. Абрамян, Л.А. Преодоление негативных социальных эмоций у детей дошкольного возраста // под ред. А.В. Запорожца, Я.З. Неварович, М., 1986.
3. Агеева, С.И. Обучение с увлечением. - М.: Совэкспорткнига, 1991.
4. Аникеева, Н.П. Воспитание игрой. - М.: Просвещение, 2010.
5. Ш.А. Амонашвили «Школа Жизни», -М.: Просвещение, 2009
6. Бабаева, Т.И. У школьного порога. - М.: ,Просвещение, 1993.
7. Бардиер, Г., Ромазан, И., Чередникова, Т. Я хочу! : из серии «Практическая психология детям». - С.-ПБ. : Дорваль, 1993.
8. Бекина, С.И., Ломова, Т.Б. Музыка и движение. - М., Просвещение, 2009.
9. Белкин, А.С. Основы возрастной педагогики, 1 часть. Екатеринбург : Уральск. гос. пед. ун-т, 1991.
10. Божович, Л.Н. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М., 2013.
11. Брэй, Р. Как жить в ладу с самим собой и миром? - М.: Школа-Пресс, 2010
12. Выготский, Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка //Вопросы психологии, 1996 №6.
13. Захаров, А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. М.: Просвещение, 2009.
14. Джил, Андерсон. Думай, пытайся, развивайся.- перевод с англ. /под общ. ред. и перевод А.Л. Шлионский, Л.М. Шлионский, Н.В. Никифорова, С-Пб.: Азбука, 2014.
15. Изард, К. Эмоции. М., 2009.
16. Катаева, А., Стреблева, Е. Дидактические игры и упражнения : на коррекцию психических свойств и процессов. - М.: 1993.
17. Кащенко, В.П. Педагогическая коррекция. - М.: Просвещение, 2012.
18. Макшанцева, Е.Д. Детские забавы. - М.: Просвещение, 2011
19. Никитин, Б.М. Развивающие игры. М. 2012.
20. Осницкий, А.К. Психология самостоятельности. Методы исследования и диагностики. - М.-Нальчик, Изд. центр «Эль-Фа», 2010.
21. Психология воспитания: Пособие для методистов дошкольного и начального школьного образования, преподавателей, психологов. /А.Д. Грибанова, В. Калинин, Л.М. Кларина и др. // под ред. В.А.Петровского, 2 изд., М.: Аспект Пресс, 2009.
22. Руководство практического психолога: психологическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы /Под ред. И.В.Дубровиной, М.: Изд. центр «Академия», 2007.
23. Сафонова Л.В. Содержание и методика психосоциальной работы : учебное пособие для вузов. М.: Изд. центр «Академия», 2006, 259с.
24. Соколова Т. Н. «Школа развития речи» Методическое пособие для 1 класса; М: Издательство РОСТ , 2011
25. Соколова Т. Н. «Школа развития речи» Рабочие тетради в двух частях; 1 класс; М: Издательство РОСТ, 2013
26. Чистякова, М.И. Психогимнастика. М.: Просвещение, 2013.
27. Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе. М.: Сентябрь, 2015.