

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
«ЛИВАДИЙСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»

Рассмотрено и принято  
На заседании МО  
Протокол № 1  
От «29» августа  
Руководитель МО Байназарова И.В.  
*Байназарова И.В.*

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
В.П. Цёма  
«30» августа 2016 г.



**Рабочая программа по внеурочной  
деятельности психологического кружка  
«Познай себя»**

2-4 КЛАСС (по 34 часа)

Педагог – психолог Байназарова И.В.

ЯЛТА, 2016

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
«ЛИВАДИЙСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»**

**Рассмотрено и принято**

На заседании МО

Протокол № \_\_\_\_\_

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

Руководитель МО \_\_\_\_\_

---

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_ В.П. Цёма

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

\_\_\_\_\_ М.И. Дорогина

Приказ № \_\_\_\_\_

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

**Рабочая программа по внеурочной  
деятельности психологического кружка  
«Познай себя»**

**2-4 КЛАСС (по 34 часа)**

Педагог – психолог Байназарова И.В.

**ЯЛТА, 2016**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе:

1. Конвенции о правах ребенка: Конвенция ООН. – РИОР, 2001.- 24 с.;
2. Конституции Российской Федерации. – М., «Издательство ЭЛИТ», 2007 г. – 40 с.;
3. Федерального закона об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012 – Ростов н/Д: Легион, 2013. – 208 с.;
4. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;
5. Положения о психологической службе в системе народного образования (приказ № 636 Министерства образования Российской Федерации от 22.10. 1999);
6. Должностной инструкции педагога-психолога ГБОУ РК «Ливадийская санаторная школа-интернат»;
7. Положения о рабочей программе ГБОУ РК «Ливадийская санаторная школа-интернат»;
8. Программы Хухлаева О. В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе», Москва, 2011г.

Рабочая программа внеурочной деятельности психологического кружка «Познай себя» разработана в 2016 году, срок реализации 5 лет.

### **Результаты освоения курса.**

#### **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.

Средствами формирования УУД служат психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы. Основной формой работы является психологический тренинг.

**Цель** курса психологических занятий: 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 обучающихся.

## Содержание программы:

### 2 класс

**Тема 1. Вспомним чувства. - 8ч.** Актуализация знаний об эмоциональной сфере человека. Помощь детям в исследовании своих качеств, изучении своих индивидуальных особенностей. Мы рады встрече. Мы понимаем чувства друг друга. Мы испытываем разные чувства.

**Тема 2. Чем люди отличаются друг от друга. - 14ч.** Ознакомить детей с понятием «качества людей», помочь исследовать свои качества, исследовать свои особенности. Люди отличаются друг от друга своими качествами. Хорошие качества людей. Самое важное хорошее качество. Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком. Я желаю добра всем ребятам в классе. Очищаем свое сердце. Какие качества нам нравятся друг в друге. Какими качествами мы похожи и

какими отличаемся. Люди отличаются друг от друга своими качествами. В каждом человеке есть светлые и тёмные качества.

**Тема 3. Какой Я – какой Ты. - 12 ч.** Помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств. Учить детей находить положительные качества во всех людях. Какой я. Какой ты. Трудности второклассника на улице, в школе, дома. Школьные трудности.

### 3 класс

**Тема 1. Я – фантазер. - 9ч.** Темы нацелены на помощь детям в осознании ценности умения фантазировать, развивать креативные способности. Я третьеклассник. Кого можно назвать фантазёром? Я умею фантазировать. Мои сны. Мои мечты. Я умею сочинять. Фантазии и ложь.

**Тема 2. Я и моя школа. - 7ч.** Работа над осознанием особенностей позиции ученика, предоставление учащимся возможности отразить свои чувства в отношении учителя. Я и моя школа. Что такое лень? Я и мой учитель. Как справляться с «Немогучками».

**Тема 3. Я и мои родители. - 5ч.** Помощь детям в осознании справедливости требований родителей, сопоставление их со своими возможностями и желаниями. Обучение способам разрешения конфликтов с родителями. Я умею просить прощения. Почему родители наказывают детей? Настоящий друг.

**Тема 4. Я и мои друзья. - 6ч.** Осознание качеств настоящего друга. Подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить. Трудности в отношениях с друзьями. Умею ли я дружить. Ссора и драка.

**Тема 5. Что такое сотрудничество. - 7ч.** Представление о сотрудничестве. Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого, договариваться с людьми, взаимодействовать? Что такое коллективная работа? Мы умеем действовать сообща.

### 4 класс

**Тема 1. Мои силы, мои возможности. - 9ч.** Помочь детям усвоить понятия способности, помочь исследовать свои способности, возможности. Помочь каждому ребёнку осознать свою уникальность и неповторимость. Моё лето. Кто я? Мои способности. Кто я, большой или маленький? Мой выбор, мой путь. Мой внутренний мир. Кого я могу впустить в свой внутренний мир. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира. Что значит верить.

**Тема 2. Я расту, я изменяюсь. - 5ч.** Помочь детям осознавать происходящие в них изменения. Помочь детям научиться планировать цели и пути самоизменения. Моё детство.

**Тема 3. Моё будущее. - 6ч.** Дать детям возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего. Помочь детям понять, что будущее начинается в настоящем. Ввести понятие жизненный выбор. Каким бы я хотел стать в будущем. Я изменяюсь. Моё будущее. Хочу вырасти здоровым человеком.

**Тема 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? - 4ч.** Помочь детям осознать понятие интеллигентный человек, обсудить проблему идеалов. Кто такой интеллигентный человек. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что такое идеальное Я.

**Тема 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? - 10ч.** Помочь детям осознать личную свободу и свободу другого, помочь им понять, что свобода часто связана с наличием обязанностей, необходимость осознавать, принимать и уважать права других людей. Кто такой свободный человек? Права и обязанности школьника. Что такое право на уважение. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Права и обязанности. Как разрешать конфликты мирным путём. Я свободный человек.

#### **Тематическое планирование**

##### **2 класс**

№п/п	Тема	Количество часов
1.	Вспомним чувства.	8
2.	Чем люди отличаются друг от друга.	14
3.	Какой Я – какой Ты.	12
	Итого:	34

##### **3 класс**

№п/п	Тема	Количество часов
1.	Я – фантазер	9
2.	Я и моя школа.	7
3.	Я и мои родители.	5
4.	Я и мои друзья	6
5.	Что такое сотрудничество.	7
	Итого:	34

##### **4 класс**

№п/п	Тема	Количество часов
1.	Мои силы, мои возможности.	9
2.	Я расту, я изменяюсь.	5
3.	Моё будущее.	6
4.	Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно?	4
5.	Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?	10
	Итого:	34