

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия»

Рассмотрена
Методическим объединением
учителей начальных классов
Протокол № 1
от «30» августа 2016 г.

Утверждена
приказом директора МБОУ «Гимназия»

от «01» сентября 2016 г. № 276

**Рабочая программа по внеурочной деятельности
курса «Учусь понимать мир»**

Направление: социальное
на уровень начального общего образования

Составитель рабочей программы
Кравчук Н.В., педагог-психолог
первой квалификационной категории

г. Черногорск, 2016 г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности курса «Учусь понимать мир» является частью Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Гимназия» и состоит из следующих разделов:

- 1) результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- 2) содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
- 3) тематическое планирование.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Учусь понимать мир»

1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
<p>Личностные универсальные учебные действия У учащегося будут сформированы:</p>			
<p>Умение определять и высказывать под руководством взрослого самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы); В предложенных психологом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и психолога, как поступить.</p>		<p>Умение определять и высказывать общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы); В предложенных психологом, участниками группы ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех правила поведения, уметь делать выбор как поступить.</p>	
<p>Метапредметные результаты У учащегося будут сформированы:</p>			
<p>1. Регулятивные УУД</p>			
<p>Умение определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью психолога. Проговаривать последовательность действий на занятии. Учиться совместно с психологом и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии.</p>	<p>Умение определять и формулировать цель деятельности на занятии с участников группы. Проговаривать последовательность действий на занятии. Учиться совместно с психологом и другими учениками давать эмоциональную оценку личной деятельности на занятии.</p>	<p>Умение определять и формулировать цель деятельности на занятии самостоятельно. Проговаривать последовательность действий на занятии. Учиться совместно с другими учениками давать эмоциональную оценку личной деятельности на занятии.</p>	<p>Умение определять и формулировать цель деятельности на занятии самостоятельно. Проговаривать последовательность действий на занятии. Совместно с другими учениками давать эмоциональную оценку личной деятельности на занятии.</p>
<p>2. Познавательные УУД</p>			

<p>Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии от психолога.</p> <p>Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы.</p>	<p>Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии от психолога и участников группы.</p> <p>Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы.</p>	<p>Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии от участников группы.</p> <p>Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы и самостоятельно.</p>	<p>Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.</p> <p>Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы и самостоятельно.</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3. Коммуникативные УУД

<p>Слушать и понимать высказывания других.</p> <p>Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.</p> <p>Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>	<p>Учиться доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне небольшого текста).</p> <p>Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.</p> <p>Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>	<p>Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.</p> <p>Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.</p> <p>Уметь выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>	<p>Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.</p> <p>Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и за её пределами, следовать им.</p> <p>Уметь выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№ п/п	Содержание	Теоритически х занятий/ Практических занятий	Основные виды деятельности учащихся
1класс			
I. Знакомство с группой - 2 часа			
1-2	Знакомство. Правила работы группы. Школа: разнообразие целей. Проблемная ситуация «Зачем учиться в школе?» Целесообразность школьных правил.	1теор. /1практ.	Игры; Проблемные ситуации; Беседы-обсуждения.
II. Учусь понимать себя - 14 часов			
3-16	Что такое Я? Зачем нужно «знать» самого себя? Анкетирование «Какой я?»; Игра «Путешествие в прошлое». Мальчики и девочки: сходство и отличие. Правила поведения по отношению к девочкам; Просмотр мультфильма о толерантности, игра «Чем мы похожи?»; Что такое настроение, причины смены настроения человека, разбор настроения по схеме «Мозг», Просмотр мультфильма «День рождение Иа Иа»; игра «Угадай настроение»; знакомство ребят с происхождением русских имен и их значением; Работа по группам” Как получается сказка?”; Практическая работа: ”Виды воображения»; Инсценировка сказки В.Берестова «Аист и соловей»; закрепление полученных знаний и навыков по теме и представление результатов своих достижений через постановку сказки «Заюшкина избушка»; Что значить «быть внимательным»? Игра на внимание «Запрещенное движение». Невнимательность: смешная и опасная; Что такое «хорошая память»? Упражнение «Проверка памяти». Как тренировать память? Игра «Что изменилось?» Что значит «быть умным»? Описание объекта при помощи системного оператора. Упражнение «Назови одним словом». Знакомство учащихся с понятием «эмоциональная саморегуляция», различными методами саморегуляции; развитие навыков преодоления негативных эмоциональных состояний; Сказка о гневе; Упражнение «Горная вершина», Упражнение «Вверх по радуге»; Снятие эмоционального напряжения - упражнение «Пружина». Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека	7теор. /7практ.	Психологические упражнения; Беседы; Дискуссия; .развивающие игры-драматизации; сюжетно-ролевые; игры на развитие навыков общения; упражнения подражательно-исполнительского и творческого характера; этюды; сочинение историй; беседы и рассказы; мини-конкурсы.
III. Учусь понимать других - 8 часов			

17-24	<p>Я и другие. Зачем люди общаются? Анкетирование «Общительны ли вы?». Как нужно разговаривать по телефону? Упражнение «Жесты». Игра «Пойми меня». Слова и интонация. Обсуждение пословиц: «Как аукнется, так и откликнется». Упражнение «Комплименты». Почему возникают ссоры? Беседа «Конфликты ли вы?» Способы, как можно помириться. Упражнение «Мы похожи друг на друга». Кто такие «посредники»? Игра «Хорошо-плохо» (на примере явлений природы). Беседа «Какой? Для кого?» Каким быть? Дискуссия: «аккуратный и «чистюля», «общительный и болтун», «верный и прилипчивый», «врать и фантазировать» - одно и то же? Что такое «честное слово»? Всегда ли нужно делиться? Кто такие «жадины»? Сказка Т. Александровой «Светофорчик». Другая точка зрения. Обсуждение «День рождения: что хорошего и что плохого?» Игра «Сказочный герой». Сказка О. Пройслера «Маленькая Баба-Яга». Сказка про Красную Шапку в «пересказе» волка. Кто такой преступник? Зачем в обществе нужны законы? Законы нашего класса. «Запутанные» ситуации: «соврать, чтобы выручить»; «украсть, чтобы подарить» и т.п. Почему не надо торопиться с выводами? Экскурсия «Все имеет след». » Кто такой «хороший» и кто такой «плохой»? Как стать «хорошим»? Какие секреты не надо хранить? Как себя вести с незнакомыми? Упражнение «Сказочные злодеи». Обсуждение «Маскировка». Кого мы любим? Что значит «любить себя»?</p>	4 теор. /4 практ.	Беседа; Дискуссия; Игры; Психологические упражнения; Экскурсия.
VI. Психология и мы - 9 часов			
25-33	<p>Прошлое: развитие ребенка до школы. Будущее: «Линия жизни». Мои способности. Кто самый внимательный. Какой бывает память. Как развивать свой ум. Речь и воображение. Вот и стали мы на год взрослей</p>	4 теор. /5 практ.	Беседа; Дискуссия; Анкетирование; Игры; Упражнения.
2 класс			
I. Знакомство с группой - 1 час			
1	<p>Знакомство. Правила работы группы. Школа: разнообразие целей. Проблемная ситуация «Зачем учиться в школе?» Целесообразность школьных правил.</p>	1 теор.	Игры; Проблемные ситуации; Беседы-обсуждения.
II. Учусь понимать себя – 7 часов			
2-8	<p>Знакомство со своим именем, полным, разными его формами, историей своего имени и схожими именами известных людей. Знакомство с интересами, любимыми занятиями друг друга, характерами, способностями, структурой и составом семей, поиск общего и различного. Обсуждение принадлежности к полу, особой роли в обществе по задачам развития личности. Упражнения на развитие «Я – Концепции». Организация совместной деятельности в группах: написание письма</p>	3 теор. /4 практ.	Беседы; Дискуссия; Анкетирование; Игры; Упражнения;

	заболевшему другу, поздравление товарища, совместная поделка, обучение новой игре, совместное выполнение творческой работы – коллажа. Знакомство с понятием «органы чувств», показать роль и специфику разных органов чувств; Знакомство учащихся с эмоциями; научить определять эмоциональное состояние других людей; тренировать умение владеть своими эмоциями.		
Учусь понимать других – 17 часов			
9-25	Понятия «мимика», «жесты», их роль в общении. Отражение в мимике, жестах человека его характера и отношения к людям. Ролевая игра «Угадай по мимике мое настроение». Необходимость человека в общении. Речь – важнейшее средство общения. Понятия «товарищ», «друг». Товарищество и дружба в традициях русского народа. Правила общения с товарищами и друзьями. Необходимость человека в общении. Речь – важнейшее средство общения. Понятие «настоящий друг». Верность и бескорыстие в дружбе взаимовыручка и взаимопомощь. Понятия «верность слову», «честь». Проблемная ситуация: можно ли всегда быть верным данному тобой слову. Поведение в коллективе, в семье, в кругу друзей. Умение встать на место другого человека. Речевые формулы, помогающие избежать конфликтов между друзьями. Контактные этикетные формулы: совет, извинение, согласие, одобрение. Этикет школьной жизни. Правила этикетного поведения на уроке. Вежливый диалог учителя и ученика. Драматизация «Сценки из школьной жизни». Взаимодействие школьников в ситуации урока. Вежливое и доброжелательное отношение к сверстникам. Типичные этикетные ошибки (грубость, ябедничество и др.). Вежливость. Чудесные превращения слов. Слова приветствия. Слова прощания. Слова выражения просьбы, благодарности. Практикум по телефонному этикету. Речевое поведение: беседа по телефону, реплики начала разговора. Жанр телефонных разговоров. Официальный разговор. Номера телефонов экстренной помощи: ситуации обращения; данные, которые необходимо сообщить. Проект «Записная книжка». Поздравительные письма. Традиционные формы построения письма, аккуратность и разборчивость написания. Этикетные формулы обращения в письменной речи. Правила и вежливые формы переписки. Значение переписки в жизни людей. Занятие - практикум «Я вам пишу...»	8 теор. /9 практ.	Психологические упражнения; Беседы; Дискуссия; .развивающие игры-драматизации; сюжетно-ролевые; игры на развитие навыков общения; упражнения подражательно-исполнительского и творческого характера; этюды; сочинение историй; беседы и рассказы; мини-конкурсы.
Психология и мы – 9 часов			
26-34	Упражнения на развитие восприятия мышления, внимания, воображения. Мои способности: итоговое занятие	4 теор. /5 практ.	Игры; Упражнения; Анкетирование.
3 класс			
Знакомство с группой – 1 час			
1.	Знакомство. Правила работы группы. Школа: разнообразие целей. Проблемная ситуация «Зачем учиться в школе?» Целесообразность школьных правил.	1 теор..	Игры; Проблемные ситуации; Беседы-обсуждения.
Учусь понимать себя – 6 часов			

2-7	<p>Знакомство со своим именем, полным, разными его формами, историей своего имени и схожими именами известных людей. Знакомство с интересами, любимыми занятиями друг друга, характерами, способностями, структурой и составом семей, поиск общего и различного. Обсуждение принадлежности к полу, особой роли в обществе по задачам развития личности. Раскрытие понятия тревожность и стресс, «здоровые» способы преодоления тревожности. Упражнения на расслабление, саморегуляцию.</p> <p>Познакомить учащихся с упражнениями на расслабление.</p>	3 теор. /3 практ.	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга.
Учусь понимать других – 18 часов			
8-25	<p>Знакомство учащихся с понятием «Общение», с его ролью в жизни человека, знакомство с законами бесконфликтного общения, стратегиями решения конфликтных ситуаций на примере разбора ситуаций в школе, дома, во дворе. Роль эмоций в общении и способы их выражения. Мимика, взгляд, жесты, поза как дополнительные средства выразительности устной речи, роль мимики и жестов в общении. Проблемные задания и игры, обучающие детей равноправному общению и взаимоотношениям, когда человек, считаясь с интересами других, умеет отстаивать свои собственные в различных жизненных ситуациях.</p>	5теор. /13 практ.	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга.
Психология и мы – 9 часов			
26-34	<p>Знакомство учащихся с понятиями «характер», «черты характера», представление о характере, многообразии его черт. Выявление учащимися видимых черт характера у себя через игры и упражнения. Знакомство с правилами и приемами отказа в ситуациях несогласия, умения отстаивать свою точку зрения. Важность собственного мнения для сохранения жизни и здоровья человека. Упражнения на развитие мышления, памяти, внимания, воображения. Упражнения и игры на развитие логического мышления.</p>	5теор. /4 практ.	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга, ролевые проигрывания ситуаций.
4 класс			
Знакомство с группой – 1 час			
1	<p>Знакомство. Правила работы группы.</p> <p>Школа: разнообразие целей. Проблемная ситуация «Зачем учиться в школе?» Целесообразность школьных правил.</p>	1теор.	Игры; Проблемные ситуации; Беседы-обсуждения.
Учусь понимать себя – 7 часов			
2-8	<p>Твои новые друзья. Как ты растешь. Что ты знаешь о себе. Мечта как способ достижения успеха. Чем отличается мечта от фантазии. Твое настроение. Как ты познаешь мир. Твои чувства и эмоции. Как исправить настроение. Формирование представлений о совести, формирование мотивации к</p>	2теор.	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения,

	осознанному нравственному поведению детей через знакомство с понятиями «совесть», «раскаяние». Твои поступки. Твои привычки. Обучение навыкам снятия негативного эмоционального состояния и плохого настроения через игры и упражнения.	/5практ.	упражнения с элементами тренинга.
Учусь понимать других – 18 часов			
9-26	Знакомство учащихся с органами чувств и разнообразием восприятия окружающего мира каждым индивидуально. Знакомство с понятием «противоречия» и причиной их возникновения, а также способами решения возникающих противоречий; Знакомство учащихся с понятием «Общение», с его ролью в жизни человека, знакомство с законами бесконфликтного общения, стратегиями решения конфликтных ситуаций на примере разбора ситуаций в школе, дома, во дворе. Роль эмоций в общении и способы их выражения. Расширение представлений учащихся об изменении человека в течение жизни, формирование представлений о ходе времени (прошлое, настоящее и будущее).	9 теор. /9 практ.	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга, приемы арт-терапии.
Психология и мы – 8 часов			
27-34	Знакомство учащихся с понятием “успех”, диагностика потребности в достижении успеха, формирование навыка построения позитивных жизненных целей. Знакомство учащихся с понятием "мечта", рассмотрение фотографий мечтательных людей, рисование своей мечты учащимися и рассказ (по желанию) о ней участникам группы курса; Упражнения, игры, направленные на развитие памяти, мышления, речи, воображения; осознание важности развития данных психических процессов через проигрывание ситуаций, сценок. Повышение самооценки, уверенности в себе, преодоление застенчивости, тревожности, агрессивности через рисование и ролевое проигрывание с опорой на внутренние ресурсы учащихся. Тестирование «Я умею понимать мир».	4теор. /4 практ.	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга, приемы арт-терапии; ролевые проигрывания ситуаций.

3. Тематическое планирование

1 класс «Мой мир» (33 часа)

Знакомство с группой		
1	Знакомство. Правила работы в группе.	1
2	Школа: разнообразие целей.	1
Учусь понимать себя		
3	Мы такие разные.	1
4-6	Мое самочувствие и настроение.	3
7	Настроение друга	1
8	Мы – вместе.	1
9	Тайна моего Я	1
10	Кто такой Я	1
11	Я – волшебник	1
12	Мир моих фантазий	1
13	Умей расслабляться	1
14	Будь внимателен (развитие внимания)	1
15	Хозяин своего Я	1
16	Хозяин своего Я (умение управлять и контролировать свое поведение и поступки)	1
Учусь понимать других		
17	Общение. Зачем нам общение	1
18	Несловесное общение	1
19	Проблемы общения	1
20	Понимать и договариваться	1
21-22	Не хочу быть плохим (преодоление дурных привычек и поступков)	2
23	Как жить в мире людей?	1
24	Права и обязанности человека в обществе	1
Психология и мы		
25	Прошлое: развитие ребенка до школы	1
26	Будущее	1
27	«Линия жизни»	1
28	Мои способности	1
29	Кто самый внимательный	1
30	Какой бывает память	1
31	Как развивать свой ум	1
32	Речь и воображение	1
33	Вот и стали мы на год взрослей	1

2 класс «Учусь понимать мир» (34 часа)

Знакомство с группой		
1	Знакомство. Правила работы в группе.	1
Учусь понимать себя		
2	Тайна моего Я	1
3	Как мы видим друг друга	3
4	Умей владеть собой	1
5	Восприятие мира (наши органы чувств)	1
6	Восприятие мира (наши органы чувств)	1
7	Наши внутренние друзья и враги (об эмоциях)	1

8	Наши внутренние друзья и враги (об эмоциях)	1
Учусь понимать других		
9	Разговор взглядов	1
10	Язык жестов и движений	1
11	Знакомство (умение начать и поддержать знакомство)	1
12	Дружба (мой лучший друг)	1
13	Волшебные слова (приветствие, благодарность)	1
14	Учимся вежливо говорить	1
15	Телефон	1
16	Я вам пишу...	1
17	Я и другие	1
18	Я и другие	1
19	В чем я похож на других	1
20	Внимание к партнеру	1
21	Волшебные средства понимания: интонация	1
22	Волшебные средства понимания: мимика	1
23	Волшебные средства понимания: пантомимика	1
24	Я в гриме	1
25	Я в гриме	1
Психология и мы		
26	Вот я такой!	1
27	Уроки психического развития: восприятие (пространство и время)	1
28	Уроки психического развития: мышление	1
29	Уроки психического развития: мышление	1
30	Уроки психического развития: внимание (произвольное внимание и устойчивость)	1
31	Уроки психического развития: внимание (произвольное внимание и устойчивость)	1
32	Уроки психического развития: воображение как основа творчества	1
33	Уроки психического развития: воображение как основа творчества	1
34	Мои способности: итоговое занятие	1

3 класс «Учусь понимать мир» (34 часа)

Знакомство с группой		
1	Знакомство. Правила работы в группе.	1
Учусь понимать себя		
2	Тайна моего Я	1
3-4	Как мы видим друг друга	2
5-6	Умей владеть собой	2
7	Что такое характер	1
Учусь понимать других		
8	Азбука общения: умеем улыбаться	1
9	Разговор взглядов	1
10	Язык жестов и движений	1
11	Проблемы общения	1
12	Конфликты: «Дразнилки» и «Мирилки»	1
13	Конфликты: мое поведение в трудных ситуациях	1
14	Урегулирование конфликтов	1
15	Волшебные слова (о вежливости)	1
16-17	Что вы знаете друг о друге?	1

18-19	Твой класс	2
20-21	Твой друг	2
22-23	Ребята, давайте научимся жить дружно	2
24-25	Как помириться после ссоры	2
Психология и мы		
26-27	Какой у тебя характер	2
28-29	Как воспитать характер	2
30-31	Как сказать «нет» и отстоять свое мнение	2
32-33	Учимся думать: умозаключения	2
34	Что нового я узнал	1

4 класс «Учусь понимать мир» (34 часа)

Знакомство с группой		
1	Знакомство. Правила работы в группе	1
Учусь понимать себя		
2	Чтобы душа была здорова	1
3	Мечта и фантазия	1
4	Зачем человеку воля?	1
5	Я и мои Эмоции	1
6-7	Хозяин своего Я	2
8	Умеем расслабляться	1
Учусь понимать других		
9	Умеем расслабляться	1
10	Восприятие мира: органы чувств	1
11	Восприятие мира: картина мира у каждого своя	1
12	Понятие о противоречии	1
13-14	Противоречия в свойствах характера	2
15-16	Противоречия в ситуациях	2
17	Доброе слово: позитивное общение	1
18	Доброе слово: в царстве доброты	1
19-20	Основные законы бесконфликтного существования	2
21	Ищем выход из конфликта: основные стратегии	1
22	Ищем выход из конфликта: основные методы	1
23	Не будем ссориться: развитие навыков бесконфликтного общения	1
24	Девочки и мальчики: секреты общения	1
25	Дружба девочек и мальчиков	1
26	Мое прошлое-настоящее-будущее	1
Психология и мы		
27	Большое путешествие: мои цели – «маяки»	1
28	Будущее: мои мечты и планы	1
29	Будущее: мои способности и возможности	1
30	Память и внимание: зачем они?	1
31	Мышление и речь: зачем они?	1
32	Воображение и внутренний план действий: зачем они?	1
33	Мои внутренние помощники	1
34	Я умею понимать мир	1

**6. Тематическое планирование курса «Мой мир» - 1 класс
с указанием основных видов учебной деятельности учащихся**

№ п/п	Содержание	Основные виды деятельности учащихся	Планируемые результаты
1	2	3	4
<i>Знакомство с группой - 2 часа</i>			
1-2	Знакомство. Правила работы группы. Школа: разнообразие целей. Проблемная ситуация «Зачем учиться в школе?» Целесообразность школьных правил.	Игры; Проблемные ситуации; Беседы-обсуждения.	«Знакомство с группой»: введение в школьную жизнь, обсуждение правил работы в группе.
<i>Учусь понимать себя - 14 часов</i>			
3-16	Что такое Я? Зачем нужно «знать» самого себя? Анкетирование «Какой я?»;Игра «Путешествие в прошлое». Мальчики и девочки: сходство и отличие. Правила поведения по отношению к девочкам; Просмотр мультфильма о толерантности, игра «Чем мы похожи?»; Что такое настроение, причины смены настроения человека, разбор настроения по схеме «Мозг», Просмотр мультфильма «День рождения Иа Иа»; игра «Угадай настроение»; Познакомство ребят с происхождением русских имен и их значением; Работа по группам” Как получается сказка?”; Практическая работа: ”Виды воображения»; Инсценировка сказки В.Берестова «Аист и соловей»; закрепление полученных знаний и навыков по теме и представление результатов своих достижений через постановку сказки «Заюшкина избушка»; Что значит «быть внимательным»? Игра на внимание «Запрещенное движение». Невнимательность: смешная и опасная; Что такое «хорошая память»? Упражнение «Проверка памяти». Как тренировать память? Игра «Что изменилось?» Что значит «быть умным»? Описание объекта при помощи системного оператора. Упражнение «Назови одним словом». Знакомство учащихся с понятием «эмоциональная саморегуляция», различными методами саморегуляции; развитие навыков преодоления негативных эмоциональных состояний; Сказка о гневе; Упражнение «Горная вершина», Упражнение «Вверх по радуге»; Снятие эмоционального напряжения - упражнение «Пружина». Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека	Психологические упражнения; Беседы; Дискуссия; развивающие игры-драматизации; сюжетно-ролевые; игры на развитие навыков общения; упражнения подражательно-исполнительского и творческого характера; этюды; сочинение историй; беседы и рассказы; мини-конкурсы.	понимание детьми в доступной форме, что такое психика, привлечение внимания к своему внутреннему миру, настроению в школе и дома.
<i>Учусь понимать других - 8 часов</i>			

17-24	<p>Я и другие. Зачем люди общаются? Анкетирование «Общительны ли вы?». Как нужно разговаривать по телефону? Упражнение «Жесты». Игра «Пойми меня». Слова и интонация. Обсуждение пословиц: «Как аукнется, так и откликнется». Упражнение «Комплименты». Почему возникают ссоры? Беседа «Конфликты ли вы?» Способы, как можно помириться. Упражнение «Мы похожи друг на друга». Кто такие «посредники»? Игра «Хорошо-плохо» (на примере явлений природы). Беседа «Какой? Для кого?» Каким быть? Дискуссия: «аккуратный и «чистюля», «общительный и болтун», «верный и прилипчивый», «врать и фантазировать» - одно и то же? Что такое «честное слово»? Всегда ли нужно делиться? Кто такие «жадины»? Сказка Т. Александровой «Светофорчик». Другая точка зрения. Обсуждение «День рождения: что хорошего и что плохого?» Игра «Сказочный герой». Сказка О. Пройслера «Маленькая Баба-Яга». Сказка про Красную Шапку в «пересказе» волка. Кто такой преступник? Зачем в обществе нужны законы? Законы нашего класса. «Запутанные» ситуации: «соврать, чтобы выручить»; «украсть, чтобы подарить» и т.п. Почему не надо торопиться с выводами? Экскурсия «Все имеет след». » Кто такой «хороший» и кто такой «плохой»? Как стать «хорошим»? Какие секреты не надо хранить? Как себя вести с незнакомыми? Упражнение «Сказочные злодеи». Обсуждение «Маскировка». Кого мы любим? Что значит «любить себя»?</p>	<p>Беседа; Дискуссия; Игры; Психологические упражнения; Экскурсия.</p>	<p>Формирование коммуникативных навыков (умения слушать и слышать), навыков конструктивного взаимодействия, умения решать конфликтные ситуации.</p>
-------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Психология и мы - 9 часов

25- 33	<p>Прошлое: развитие ребенка до школы. Будущее: «Линия жизни». Мои способности. Кто самый внимательный. Какой бывает память. Как развивать свой ум. Речь и воображение. Вот и стали мы на год взрослей</p>	<p>Беседа; Дискуссия; Анкетирование; Игры; Упражнения.</p>	<p>Развитие познавательных процессов, преодоление некоторых негативных состояний.</p>
--------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------

**Тематическое планирование курса «Учусь понимать мир» - 2 класс
с указанием основных видов учебной деятельности учащихся**

№ п/п	Содержание	Основные виды деятельности	Планируемые результаты
1	2	3	4
Знакомство с группой - 1 час			

1	Знакомство. Правила работы группы. Школа: разнообразие целей. Проблемная ситуация «Зачем учиться в школе?» Целесообразность школьных правил.	Игры; Проблемные ситуации; Беседы-обсуждения.	«Знакомство с группой»: введение в школьную жизнь, обсуждение правил работы в группе.
II. Учусь понимать себя – 7 часов			
2-8	Знакомство со своим именем, полным, разными его формами, историей своего имени и схожими именами известных людей. Знакомство с интересами, любимыми занятиями друг друга, характерами, способностями, структурой и составом семей, поиск общего и различного. Обсуждение принадлежности к полу, особой роли в обществе по задачам развития личности. Упражнения на развитие «Я – Концепции». Организация совместной деятельности в группах: написание письма заболевшему другу, поздравление товарища, совместная поделка, обучение новой игре, совместное выполнение творческой работы – коллажа. Знакомство с понятием «органы чувств», показать роль и специфику разных органов чувств; Знакомство учащихся с эмоциями; научить определять эмоциональное состояние других людей; тренировать умение владеть своими эмоциями.	Беседы; Дискуссия; Анкетирование; Игры; Упражнения;	Дать детям в доступной форме понять, что такое психика, привлечь внимание к своему внутреннему миру, настроению в школе и дома; .
Учусь понимать других – 17 часов			
9-25	Понятия «мимика», «жесты», их роль в общении. Отражение в мимике, жестах человека его характера и отношения к людям. Ролевая игра «Угадай по мимике мое настроение». Необходимость человека в общении. Речь – важнейшее средство общения. Понятия «товарищ», «друг». Товарищество и дружба в традициях русского народа. Правила общения с товарищами и друзьями. Необходимость человека в общении. Речь – важнейшее средство общения. Понятие «настоящий друг». Верность и бескорыстие в дружбе взаимовыручка и взаимопомощь. Понятия «верность слову», «честь». Проблемная ситуация: можно ли всегда быть верным данному тобой слову. Поведение в коллективе, в семье, в кругу друзей. Умение встать на место другого человека. Речевые формулы, помогающие избежать конфликтов между друзьями. Контактные этикетные формулы: совет, извинение, согласие, одобрение. Этикет школьной жизни. Правила этикетного поведения на уроке. Вежливый диалог учителя и ученика. Драматизация «Сценки из школьной жизни». Взаимодействие школьников в ситуации урока. Вежливое и доброжелательное отношение к сверстникам. Типичные этикетные ошибки (грубость, ябедничество и др.).	Беседы; Дискуссия; Анкетирование; Игры; Упражнения;	Формирование коммуникативных навыков (умения слушать и слышать), навыков конструктивного взаимодействия

	Вежливость. Чудесные превращения слов. Слова приветствия. Слова прощания. Слова выражения просьбы, благодарности. Практикум по телефонному этикету. Речевое поведение: беседа по телефону, реплики начала разговора. Жанр телефонных разговоров. Официальный разговор. Номера телефонов экстренной помощи: ситуации обращения; данные, которые необходимо сообщить. Проект «Записная книжка». Поздравительные письма. Традиционные формы построения письма, аккуратность и разборчивость написания. Этикетные формулы обращения в письменной речи. Правила и вежливые формы переписки. Значение переписки в жизни людей. Занятие - практикум «Я вам пишу...»		
Психология и мы – 9 часов			
26-34	Упражнения на развитие восприятия мышления, внимания, воображения. Мои способности: итоговое занятие	Игры; Упражнения; Анкетирование.	Развитие познавательных процессов, преодоление некоторых негативных состояний.

**Тематическое планирование курса «Учусь понимать мир» - 3 класс
с указанием основных видов учебной деятельности учащихся**

№ п/п	Содержание	Основные виды деятельности	Планируемые результаты
1	2	3	4
Знакомство с группой - 1 час			
1	Знакомство. Правила работы группы. Школа: разнообразие целей. Проблемная ситуация «Зачем учиться в школе?» Целесообразность школьных правил.	Игры; Проблемные ситуации; Беседы-обсуждения.	«Знакомство с группой»: введение в школьную жизнь, обсуждение правил работы в группе.
Учусь понимать себя – 6 часов			
2.	Знакомство со своим именем, полным, разными его формами, историей своего имени и схожими именами известных людей. Знакомство с интересами, любимыми занятиями друг друга, характерами, способностями, структурой и составом семей, поиск общего и различного. Обсуждение принадлежности к	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с	Учащиеся должны знать особенности своего характера, уметь управлять своим

	<p>полу, особой роли в обществе по задачам развития личности. Раскрытие понятия тревожность и стресс, «здоровые» способы преодоления тревожности. Упражнения на расслабление, саморегуляцию.</p> <p>Познакомить учащихся с упражнениями на расслабление.</p>	<p>элементами тренинга.</p>	<p>поведением, научиться способам саморегуляции, умению конструктивно выражать свои эмоции и чувства.</p>
<i>Учусь понимать других – 18 часов</i>			
3	<p>Знакомство учащихся с понятием «Общение», с его ролью в жизни человека, знакомство с законами бесконфликтного общения, стратегиями решения конфликтных ситуаций на примере разбора ситуаций в школе, дома, во дворе. Роль эмоций в общении и способы их выражения. Мимика, взгляд, жесты, поза как дополнительные средства выразительности устной речи, роль мимики и жестов в общении. Проблемные задания и игры, обучающие детей равноправному общению и взаимоотношениям, когда человек, считаясь с интересами других, умеет отстаивать свои собственные в различных жизненных ситуациях.</p>	<p>Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга.</p>	<p>Учащиеся должны уметь оценивать себя и других людей, черты своего характера и своих товарищей; стараться видеть и подчеркивать лучшие черты характера в людях; использовать приобретённые знания в практической деятельности., анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.</p>
<i>Психология и мы – 9 часов</i>			
4	<p>Знакомство учащихся с понятиями «характер», «черты характера», представление о характере, многообразии его черт. Выявление учащимися видимых черт характера у себя через игры и упражнения. Знакомство с правилами и приемами отказа в ситуациях несогласия, умения отстаивать свою точку зрения. Важность собственного мнения для сохранения жизни и</p>	<p>Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга,</p>	<p>Учащиеся должны уметь оценивать себя и других людей, черты своего характера и черты характера своих</p>

	здоровья человека. Упражнения на развитие мышления, памяти, внимания, воображения. Упражнения и игры на развитие логического мышления.	ролевые проигрывания ситуаций.	товарищей; стараться видеть и подчеркивать лучшие черты характера в людях; использовать приобретенные знания в практической деятельности. Развитие коммуникативных навыков взаимодействия с окружающими. Учащиеся должны научиться отстаивать свою точку зрения, уметь сказать «нет» в жизненных ситуациях принуждения со стороны. Развитие познавательных процессов, преодоление некоторых негативных состояний.
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Тематическое планирование курса «Учусь понимать мир» - 4 класс
с указанием основных видов учебной деятельности учащихся**

№ п/п	Содержание	Основные виды деятельности	Планируемые результаты
1	2	3	4
<i>Знакомство с группой – 1 час</i>			
1.	Знакомство. Правила работы группы. Школа: разнообразие целей. Проблемная ситуация «Зачем учиться в школе?» Целесообразность школьных правил.	Игры; Проблемные ситуации; Беседы-обсуждения.	«Знакомство с группой»: введение в школьную жизнь, обсуждение

			правил работы в группе.
<i>Учусь понимать себя – 7 часов</i>			
2.	Твои новые друзья. Как ты растешь. Что ты знаешь о себе. Мечта как способ достижения успеха. Чем отличается мечта от фантазии. Твое настроение. Как ты познаешь мир. Твои чувства и эмоции. Как исправить настроение. Формирование представлений о совести, формирование мотивации к осознанному нравственному поведению детей через знакомство с понятиями «совесть», «раскаяние». Твои поступки. Твои привычки. Обучение навыкам снятия негативного эмоционального состояния и плохого настроения через игры и упражнения.	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга.	Учащиеся должны знать особенности своего характера, уметь управлять своим поведением.
<i>Учусь понимать других – 18 часов</i>			
3.	Знакомство учащихся с органами чувств и разнообразием восприятия окружающего мира каждым индивидуально. Знакомство с понятием «противоречия» и причиной их возникновения, а также способами решения возникающих противоречий; Знакомство учащихся с понятием «Общение», с его ролью в жизни человека, знакомство с законами бесконфликтного общения, стратегиями решения конфликтных ситуаций на примере разбора ситуаций в школе, дома, во дворе. Роль эмоций в общении и способы их выражения. Расширение представлений учащихся об изменении человека в течение жизни, формирование представлений о ходе времени (прошлое, настоящее и будущее).	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга, приемы арт-терапии.	Учащиеся должны уметь оценивать себя и других людей, доброжелательно относиться друг к другу, уметь сопереживать окружающим людям, лучше понимать их чувства, мотивы их поведения.
<i>Психология и мы – 8 часов</i>			
4.	Знакомство учащихся с понятием “успех”, диагностика потребности в достижении успеха, формирование навыка построения позитивных жизненных целей. Знакомство учащихся с понятием "мечта", рассматривание фотографий мечтательных людей, рисование своей мечты учащимися и рассказ (по желанию) о ней участникам группы курса; Упражнения, игры, направленные на развитие памяти, мышления, речи, воображения; осознание важности развития данных психических процессов через проигрывание ситуаций, сценок. Повышение самооценки, уверенности в себе, преодоление	Игры; проблемные ситуации; беседы-обсуждения, упражнения с элементами тренинга, приемы арт-терапии; ролевые проигрывания ситуаций.	Учащиеся должны научиться формулировать собственные цели и планы, знать на какие внутренние ресурсы они могут опираться при построении целей, уметь

	<p>застенчивости, тревожности, агрессивности через рисование и ролевое проигрывание с опорой на внутренние ресурсы учащихся. Тестирование «Я умею понимать мир».</p>		<p>противостоять негативному давлению со стороны окружающих; Развитие познавательных процессов, преодоление некоторых негативных состояний.</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------