

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №9»  
г.Вязники Владимирской области

«Согласовано»  
Зам.директора по УВР  
 Трыкина О.В.  
« 31 » 08, 2018 г.

«Утверждаю»  
Директор школы  
О.Н. Балюк  
Приказ № 011/от



**Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
на 2018-19 учебный год**

**Направление** Социальное  
**Наименование программы** «Развитие коммуникативных навыков»  
**Класс** 2 **Кол-во часов** 34ч.  
**Разработала:** Осипова Н.В.  
**Педагогический стаж** \_\_\_\_\_  
**Квалификация** первая квалификационная категория

Вязники 2018г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности для 2 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе (1-4). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2012г.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания начального общего образования.

Предлагаемая программа занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Курс занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- способность справляться со страхами, обидами, гневом;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение справляться с негативными эмоциями;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме.

Программа предназначена для обучающихся 2 класса.

Количество занятий в учебном году– 34, по 1 уроку (часу) в неделю.

**Цель:** 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.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.
2. Развёртывание темы.
3. Индивидуализация темы.
4. Завершение темы

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

*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.

Средства формирования УУД: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), *метод творческого самовыражения* (литературное, художественное и др. виды творчества), *методы психической саморегуляции и тренировки психических функций* (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

**Межпредметные связи:**

Курс эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

## Содержание.

### Второй класс

#### **Раздел 1. Я – фантазёр (10 часов)**

Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы? Школа моей мечты - какая она? Что такое фантазия и зачем она нужна человеку? Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром? Мои сны: что в них правда, а что – фантазии? Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии. Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

#### **Раздел 2. Я и моя школа (9 часов)**

Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя? Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе? Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив! Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками»? Справиться с ними помогает формула: «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».

#### **Раздел 3. Я и мои родители (6 часов)**

Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная. Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям? Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости». Почему родители наказывают детей? Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.

#### **Раздел 4. Я и мои друзья (8 часов)**

Каким должен быть настоящий друг. Умею ли я дружить и можно ли этому научиться? Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся? Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере? Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры? Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников?

**Методические пособия для учителя:**

1. Аудиозаписи, видеозаписи.
2. Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.
3. Набор открыток сюжетного содержания.
4. Набор таблиц для изучения видов и свойств внимания.
5. Набор тематических таблиц.
6. Набор фотографий видов природы, портретов людей.
7. Психологические тесты.
8. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.



**Календарно-тематическое планирование 2 класс**

№ урока	Модули, темы урока	Кол часов	Формы организации учебной деятельности	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)	Измерители	Дата
<b>Раздел 1. Вспомним чувства (5 часов)</b>							
1	Тема «Мы рады встрече»	1	Фронтальная работа Беседа	Разминка «Мячик», Упражнения «Вспомни чувства», «Чувства-воспоминания», «Рисунок радости».	<b>Р</b> Ориентируются на образец и правило выполнения действия <b>П</b> Учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения <b>К</b> Слушают и понимают речь других ребят <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Рисунок сценок из летней жизни	
2	Тема «Понимаем чувства другого»	1	Фронтальная, групповая работа	Разминка «Мячик», «Лишнее слово». Упражнения «Я тебя понимаю», «Сочини рассказ», «Общая радость».	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками <b>П</b> Умеют распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей, различать эмоции <b>К</b> Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах <b>Л</b> Формируют положительное отношение к школе	Общий рисунок на заданную тему «Радость»	
3-5	Тема «Мы испытываем разные чувства»	3	Фронтальная, групповая работа Социальные пробы	Разминка «Мячик», «Лишнее слово», «Реши пример», «Кто сегодня чувствовал». Упражнения «Сочини рассказ», «Режим	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Моделируют различные ситуации	Упражнения по инструкции, по образцу Рисунок по сказке	

				дня», «Рисуем режим», «Пластилиновое чувство», «Палитра чувств». Работа со сказкой «Сказка о мальчике, который боялся темноты»	<b>К</b> Учатся понимать эмоции и поступки других людей <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	
--	--	--	--	--	---	--

## Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (18часов)

6-7	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Лишнее слово», «Кто сегодня молодец». Упражнения «Качества», «В чем твоя сила», «Сердце класса», «Чьи качества». Работа со сказкой «Пятерка и доброе сердце»	<b>Р</b> Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге <b>Л</b> Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности	Метод самостоятельных наблюдений Рисунок по сказке
8-9	Тема «Хорошие качества людей»	2	Групповая и индивидуальная работа Практикум	Разминка «Какие качества задуманы». Упражнения «Отзывчивость», «Три качества», «Я знаю пять хороших качеств», «Качество в подарок». Работа со сказкой «Я не такой как все»	<b>Р</b> Оценивают степень достижения цели <b>П</b> Доказывают, делают выводы, определяют понятия <b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия <b>Л</b> Оценивают результаты	Диагностические процедуры Рисунок по сказке

					своей деятельности		
10-11	Тема «Самое важное хорошее качество»	2	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	Разминка «Найди лишнее слово», «Качества – шепотом». Упражнения «Сборы в дорогу», «Кто любит людей», «Поделится любовью». Работа со сказкой «Хвостатик»	<b>Р</b> Учатся прогнозировать последствия своих поступков <b>П</b> Устанавливают причинно-следственные связи <b>К</b> Учатся позитивно проявлять себя в общении <b>Л</b> Соблюдают правила игры и дисциплины	Слушание текста, ответы на вопросы Рисунок по сказке	
12	Тема «Кто такой сердечный человек»	1	Фронтальная работа Практикум	Разминка «Найди лишнее слово», «Отгадай качество». Упражнения «Догадайся, что задумано», «Пять моих хороших качеств», «Мягкое сердце»	<b>Р</b> Определяют и формулируют цель в совместной деятельности вместе с учителем <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Метод самостоятельных наблюдений	
13	Тема «Кто такой доброжелательный человек»	1	Групповая работа Развивающие упражнения	Разминка «Найди лишнее слово», «Какое слово не подходит». Упражнения «Поделится любовью», «Волшебные слова». Работа со сказкой «Маленький котенок»	<b>Р</b> Учатся контролировать свою речь и поступки <b>П</b> Умеют сопоставлять полученную информацию с имеющимся жизненным опытом <b>К</b> Формируют нравственные чувства и нравственное поведение	Обсуждение, рисунок по сказке	

					<b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств другого человека		
14	Тема «Трудно ли быть доброжелательным человеком»	1	Групповая работа Развивающие упражнения	Разминка «Какое слово не подходит», «Какое качество зашифровано». Упражнения «Я бы хотел стать более», «Золотой ключик». Работа со сказкой «Часы»	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Обсуждение, рисунок по сказке	
15-16	Тема «Я желаю добра ребятам в классе»	2	Групповая работа Развивающие упражнения Практикум	Разминка «Аналогии», «Шифровальщик». Упражнения «Как ведет себя человек», «Я желаю добра». Работа со сказкой «О подзорной трубе»	<b>Р</b> Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению <b>П</b> Включаются в творческую деятельность под руководством учителя <b>К</b> Учатся работать в группе <b>Л</b> Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Обсуждение, рисунок по сказке	
17	Тема «Очищаем свое сердце»	1	Групповая работа Развивающие упражнения Практикум	Разминка «Аналогии», «Шифровальщик и». Упражнения «Чистое сердце». Работа со сказкой «Сказка про гусеничку»	<b>Р</b> Извлекают с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста <b>П</b> Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя	Обсуждение, рисунок по сказке	

					<p><b>К</b> Понимают смысл простого текста</p> <p><b>Л</b> Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия</p>	
18-19	Тема «Какие качества нам нравятся друг в друге»	2	Групповая работа Развивающие упражнения Практикум	Разминка «Зеленый крокодил в синей шляпе», «Угадайка». Упражнения «Снежная королева». Работа со сказкой «Кузя»	<p><b>Р</b> Осваивают правила планирования, контроля способа действия</p> <p><b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе</p> <p><b>К</b> Учатся работать в паре и в группе</p> <p><b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям</p>	Обсуждение, рисунок по сказке
20-21	Тема «Какими качествами мы похожи и чем отличаемся»	2	Групповая работа Психогимнастические и ролевые игры.	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка». Упражнения «Ладощка», «Мы похожи – мы отличаемся». Работа со сказкой «Туча»	<p><b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации</p> <p><b>П</b> Моделируют ситуацию с помощью учителя</p> <p><b>К</b> Применяют первоначальные способы поиска информации</p> <p><b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии</p>	Обсуждение, рисунок по сказке
22	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»	1	Групповая работа Психогимнастические и ролевые игры.	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Джунгли», «Кто тебя позвал». Упражнения «Звездочка». Работа со сказкой «Цветок по имени незабудка»	<p><b>Р</b> Адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, одноклассников</p> <p><b>П</b> Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</p>	Обсуждение, рисунок по сказке

					<p><b>К</b> Договариваются и уважают разные мнения  <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими</p>		
23	Тема «В каждом человеке есть светлые и темные качества»	1	Групповая работа Развивающие упражнения	<p>Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Птичий двор», «Чьи ладошки». Упражнения «Темные и светлые мешочки», «Светофорики». Работа со сказкой «Перчатки»</p>	<p><b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации  <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе  <b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия  <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития</p>	Обсуждение, рисунок по сказке	
<b>Раздел 3. Какой Я – Какой Ты? (11 часов)</b>							
24-25	Тема «Какой Я?»	2	Фронтальная работа, индивидуальная работа	<p>Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Холодно-горячо». Упражнения «Цыганка». Работа со сказкой «Сказка про дружбу»</p>	<p><b>Р</b> Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения  <b>П</b> Усваивают разные способы запоминания информации  <b>К</b> Осознают необходимость признания и уважения особенностей других людей  <b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии</p>	Обсуждение, рисунок по сказке	
26-27	Тема «Какой ТЫ?»	2	Фронтальная работа, индивидуальная работа	<p>Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка»,</p>	<p><b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и</p>	Обсуждение, рисунок	

				<p>«Найди игрушку», «Топните те, кто», «Какого цвета твои глаза».</p> <p>Упражнения «Цыганка», «Заяц-Хваста», «Я задумал мальчика», «Интервью», «Прослушивание интервью».</p>	<p>взрослыми</p> <p><b>П</b> Оценивают правильность выполнения действий и корректируют при необходимости</p> <p><b>К</b> Умеют соотносить позиции партнеров и собственную</p> <p><b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими</p>		
28-29	Тема «Трудности второклассника в школе, дома, на улице»	2	Работа в группах по алгоритму	<p>Разминка «Загадай игрушку», «Хрюкните те, кто...», «Крылатые качели».</p> <p>Упражнения «Копилка трудностей», «Театр».</p> <p>Рисунок «Трудные ситуации второклассника».</p>	<p><b>Р</b> Выбирают, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проблемы) и отвечать за свой выбор</p> <p><b>П</b> Усваивают разные способы запоминания информации</p> <p><b>К</b> Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации</p> <p><b>Л</b> Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей</p>	Обсуждение, рисунок трудностей	
30-31	Тема «Школьные трудности»	2	Работа в группах по алгоритму	<p>Разминка «Изобрази предмет», «Бой быков», «Школа зверей», «Дважды два - четыре», «Взвигните те, кто...», «Изобрази ситуацию».</p> <p>Упражнения «Помоги Сереже».</p> <p>Работа со сказкой «В одном лесу жила-была...»,</p>	<p><b>Р</b> Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения</p> <p><b>П</b> Высказывают свое мнение</p> <p><b>К</b> Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации</p>	Обсуждение, рисунок сказки	

				«Про львенка и Пашу»	Л Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности		
32-33	Тема «Домашние трудности»	2	Работа в группах по алгоритму	Разминка «Изобрази предмет», «Разные ладошки», «Если я улитка...», «Изобрази ситуацию», «Если я отличник». Работа со сказкой «О муравьишке», «Верить и стараться».	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Выполняют различные роли Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Обсуждение, рисунок сказки	
34	Тема «Итоговое занятие»	1	Фронтальная работа	Фестиваль игр	Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Учатся работать по предложенному учителем плану К Строят понятные для партнера высказывания Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки		
<b>Итого</b>		<b>34 ч</b>					

## Список литературы

1. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
3. Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
4. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
5. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
6. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
7. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
8. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
9. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
10. Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области “Технология”. Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
11. Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
12. Пекелис В. Твои возможности, человек! М.: Знание, 1986.
13. Познавательные процессы и способности в обучении // под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
14. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
15. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.
16. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
17. Сафонова Л.В. Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 1999.
18. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.
19. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.
20. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
21. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.
22. Через самовыражение к самопознанию // составитель Сафонова Л.В. Первоуральск, 1997.
23. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.
24. Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.
25. Энциклопедия практического самопознания // составитель А.И. Красило. М., 1994.