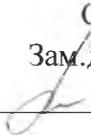


Муниципальное образовательное учреждение  
Гумбейская средняя общеобразовательная школа  
Нагайбакского муниципального района Челябинской области

Согласовано:

Зам. директора по ВР

 /Игошева М.Е.

" 27 " августа 2015 г.

Утверждаю:

Директор школы

 /Третьяков А.А.

Приказ № 18 от

" 28 " августа 2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по курсу внеурочной деятельности**  
**«Познаю себя, познаю мир»**  
**(1-4 классы)**

Муниципальное образовательное учреждение  
Гумбейская средняя общеобразовательная школа  
Нагайбакского муниципального района Челябинской области

Согласовано:  
Зам.директора по ВР  
\_\_\_\_\_ /Игошева М.Е.

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2015 г.

Утверждаю:  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ /Третьяков А.А.

Приказ № \_\_\_\_\_ от  
" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по курсу внеурочной деятельности**  
**«Познаю себя, познаю мир»**  
**(1-4 классы)**

## Пояснительная записка

Программа составлена на основе программы психологического развития младших школьников «Уроки психологического развития» автор Н.П. Локалова. Данная программа входит в число рекомендуемых, в рамках введения новых Федеральных Государственных Образовательных Стандартов.

Гуманизация школьного образования предполагает в первую очередь обращенность к личности ребенка, ее всестороннее развитие, создание благоприятных условий для раскрытия способностей учащихся.

В связи с этим комплексная психолого-педагогическая задача школьного обучения состоит в том, чтобы не только обеспечить усвоение совокупности конкретных знаний по школьным дисциплинам, но и сформировать у учащихся представления об обобщенных приемах и способах выполнения различных умственных действий, что, в свою очередь, обеспечит лучшее усвоение конкретного предметно-учебного содержания. Это и есть, с одной стороны, механизм умственного развития, а с другой стороны это путь формирования психологической основы обучения, обладающей внутренним потенциалом развития, который позволит в будущем осуществляться не только саморазвитию и саморегуляции личности, но и эффективному самостоятельному приобретению знаний.

В последнее время, среди учеников младших классов, возрастает число детей с трудностями в обучении, обусловленными в первую очередь недостаточным уровнем их когнитивно - личностного развития. Поэтому оказание действенной психологической помощи учащимся на начальном этапе обучения в настоящее время становится особенно актуальной задачей.

Особенностью данной программы является направленность не только на формирование когнитивных знаний, но и на анализ и синтез полученного учебного материала. Другой важной стороной психологического развития учащихся является закладывание эмоционально-личностного отношения к получаемым метазнаниям: стремление доказывать свою точку зрения, критически осмысливать свой ответ и мнения своих одноклассников, положительно-эмоционально относиться к изучаемому материалу и к учению в целом, формирование адекватной самооценки, что является необходимым для становления мировоззрения условием формирования направленности личности учащихся.

Многолетние исследования эффективности обучения младших школьников, по развивающим дидактическим системам выявили важный, в плане формирования основ мировоззрения, у младших школьников результат. Он состоит в том, что осуществление общего психологического развития учащихся, и мыслительной деятельности в частности, закономерно приводит к личностному становлению школьников, формированию у них критического отношения к явлениям окружающей действительности, умению выбирать адекватные формы своего поведения в конкретной ситуации.

Данная программа психологического развития приводит к улучшению познавательной (степень расчлененности восприятия, сформированность мыслительных операций сранения, содержательного анализа, установления закономерностей, внутреннего плана действия, вербально-смыслового анализа, рассуждающего мышления) и когнитивно-личностной сферы учащихся (формирование положительного отношения к школе и учению, нарастание уверенности в себе, повышение уровня развития эмоционально-волевой сферы, стремление отстаивать свое мнение, формирование адекватной самооценки, повышение интереса ко всем школьным урокам, исчезновение боязни отвечать на уроках, рост школьной успеваемости).

## Ожидаемые результаты

### Личностный результат:

- каждый ребёнок должен осознать, в чем заключается ценность здоровья – состояние полного физического и психического и социального благополучия;

### Метапредметный результат:

- научиться наблюдать за развитием своего организма, за состоянием здоровья;

### Предметные результаты:

1 уровень: -система знаний о гигиене, профилактике болезней , о мире, о жизни, о правах и обязанностях человека, реализации здорового образа жизни в семье;

-знание особенностей кухни, праздников .

2 уровень: - уметь составлять индивидуальную программу оздоровления на летний и зимний сезоны года, выполнять творческие работы здоровьесберегающей направленности .

3 уровень: - уметь представлять собственные разработки в форме: газет, устных журналов, памяток;

- принимать активное участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях.

Учебно-тематический план программы  
1 класс

№ п/п	Тема	Всего	Часы		
			Теория	Практика	Зачетное занятие
1.	<b>Блок этики</b>	7	3	3	1
1.1	Все мы разные!		1		
1.2	Я и мои поступки.		1		
1.3	Тест: « Воспитание себя».			1	
1.4	<u>Правила этикета</u> Как вести себя в театре, кинотеатре?		1		
1.5	Как беседовать по телефону?			1	
1.6	Правила поведения в классе ,школе(занятие – тренинг).			1	
1.7	Инсценировка « Хочу быть добрым».				1
2.	<b>Блок психологии</b>	6		4	1
2.1	Игры на развитие внимания			1	
2.2	Игры на развитие внимания			1	
2.3	Игры для развития памяти			1	
2.4	Игры для развития внимания			1	
2.5	Игра для развития воображения и мышления			1	
2.6	Скажи «нет» вредным привычкам (ролевая игра).				1
3.	<b>Блок моих прав</b>	6	3	2	1
3.1	Что такое «насилие в семье».		1		
3.2	Насильственное и ненасильственное решение проблем.			1	
3.3	Анализ опасных ситуаций.		1		
3.4	Опасные ситуации взаимоотношений с незнакомыми людьми (тренинг).			1	
3.5	Мое поведение в общественных местах.		1		
3.6	Поведение в школе ( Игра – путешествие).				1
4.	<b>Блок семьи</b>	4	1	2	1
4.1	Дружная семья.		1		
4.2	Как быть папой? Как быть мамой? (Особенности ролевых взаимоотношений в семье).			1	

4.3	Мои дедушки, Мои бабушки. (Беседа).			1	
4.4	Уважение старших. (Спектакль).				1
5.	<b>Блок гигиены</b>	7	2	4	1
5.1	Кожа человека		1		
5.2	Сражения (игра)			1	
5.3	Что мы знаем о глазах?		1		
5.4	Викторина «Что? Где? Когда?»			1	
5.5	«Как Медведь трубку нашел» (инсценировка)			1	
5.6	Внутренняя кухня человека (Пищеварительная и выделительная системы)			1	
5.7	Мойдодыр (Праздник)				1
6.	<b>Блок воспитания</b>	3	1	2	1
6.1	Воспитание в моей семье.		1		
6.2	Наши семейные праздники.			1	
6.3	Праздник « Семейные посиделки».				1
7.	<b>Блок спорта</b>	2	1	1	
7.1	Знакомство с правилами проведения подвижных и настольных игр.			1	
7.2	Подвижные игры			1	

2 класс

№ п/п	Тема	Всего часов	Часы		
			Теория	Практика	Зачет
1.	<b>Блок этики</b>	4	1	2	1
1.1	Красота окружающего мира.		1		
1.2	Мир вокруг нас. Тесты.			1	
1.3	Как? Что? Почему?			1	
1.4	Итоговое занятие. Праздник « Мы вместе».				1
2.	<b>Блок психологии</b>	5	1	3	1
2.1	Развитие познавательной деятельности		1		
2.2	Развитие эмоциональной деятельности.			1	
2.3	Развитие навыков общения			1	
2.4	Полезные привычки. Как их создать?			1	

2.5	Что такое «хорошо» и что такое «плохо». Составляем свой журнал.				1
3.	<b>Блок моих прав</b>	4	1	2	1
3.1	Правила поведения в обществе.		1		
3.2	Правила поведения и здоровья.			1	
3.3	Опасные ситуации. Ситуативные задачи.			1	
3.4	Итоговое занятие. « Я среди людей».				1
4.	<b>Блок семьи</b>	5	2	2	1
4.1	Чистота в доме и в школе		1		
4.2	Как я делаю уборку в доме и в школе		1		
4.3	«Мужские» и «женские» обязанности			1	
4.4	Школа вежливости. Беседа – игра.			1	
4.5	Итоговое занятие КВН «Все работы хороши ».				1
5.	<b>Блок гигиены</b>	9	3	5	1
5.1	Мой организм – большая планета		1		
5.2	Дыхание. Осанка и движение – ритмы жизни		1		
5.3	Основные правила правильного питания			1	
5.5	Самые полезные продукты		1		
5.6	Составляю паспорт своего здоровья			1	
5.7	Тренажер зрительно-координационных движений			1	
5.8	Хотим расти здоровыми. Игровой практикум.			1	
5.9	Итоговое занятие. Праздник «В здоровом теле - здоровый дух».				1
6.	<b>Блок моей Родины</b>	4	2	2	1
6.1	Народные методы лечения.		1		
6.2	В гости по деревням и селам. Экскурсия в музей быта.			1	
6.3	Мои предки – кто они?			1	
6.4	Праздник, итоговое занятие. «В моей семье».				1
7.	<b>Блок спорта</b>	3	1	1	1
7.1	ТБ в спорте.		1		
7.2	Веселые старты.			1	
7.3	Итоговое занятие «В гостях у олимпийских чемпионов».				1

№	Тема	Всего часов	Часы		
			Теория	Практика	Зачет
<b>1.</b>	<b>Блок этики</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
1.1	Что такое забота, ответственность?		1		
1.2	Проявление заботы в окружающем мире			1	
1.3	Равнодушие и добро			1	
1.4	Призываем к добру			1	
1.5	Жить с достоинством – что это значит ?				1
<b>2.</b>	<b>Блок психологии</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
2.1	Развитие познавательной деятельности		1		
2.2	Развитие эмоциональной деятельности		1		
2.3	Что такое красивое начало в человеке?			1	
2.4	О наблюдательности и внимательности ученика			1	
2.5	Каждый видит мир по-своему			1	
2.6	Любознательность-путь к знаниям. (Занятие – игра)				1
<b>3.</b>	<b>Блок моих прав</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
3.1	Правила безопасного поведения в природе		1		
3.2	Ответственность за безопасное поведение			1	
3.3	Правила поведения на улице			1	
3.4	Права ребёнка в новом веке.		1		
3.5	Я-гражданин своей страны			1	
3.6	Что значит быть дисциплинированным? (тренинг)				1
<b>4.</b>	<b>Блок семьи</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
4.1	Труд членов моей семьи		1		
4.2	Мои поручения по дому			1	
4.3	Мой труд каждый день дома.			1	
4.4	Терпение и труд всё перетрут. (беседа)			1	
4.5	Хвала рукам, что пахнут хлебом! (занятие – праздник)				1
<b>5.</b>	<b>Блок гигиены</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
5.1	Вредные привычки		1		
5.2	Вред применения токсических веществ			1	
5.3	Как можно создать здоровую среду вокруг себя?			1	
5.4	Полезные привычки, как их создать ?			1	
5.5	Конкурс рисунков «Я хочу быть здоровым».				1
<b>6.</b>	<b>Блок моей Родины</b>	<b>3</b>		<b>2</b>	
6.1	Спортивные состязания .			2	
6.2	Наша столица . (беседа)			1	

7.	<b>Блок спорта</b>	4	1	2	1
7.1	спортивные игры.		1	1	
7.2	Детские забавы старины.			1	
7.3	Растем здоровыми. Идем на свежий воздух.				1
7.4	Спортивные соревнования				

4 класс

№ п/п	Тема.	Всего	Часы		
			Теория	Практика	Зачет
1.	<b>Блок этики</b>	4	1	2	1
1.1	Смысл жизни.		1		
1.2	Уникальность и неповторимость жизни.			1	
1.3	Самоценность меня.			1	
1.4	Раскрутим Колесо жизни (круглый стол).				1
2.	<b>Блок психологии</b>	6	2	3	1
2.1	Развитие эмоциональной сферы и навыков общения.		1		
2.2	Посещение мастерской общения.			1	
2.3	Типы характеров людей.		1		
2.4	Формирование коммуникативных умений и навыков. Тренинг.			1	
2.5	Психологические упражнения по развитию внимания, памяти, мышления.			1	
2.6	Что такое счастье.?Игровое занятие.				1
3.	<b>Блок моих прав</b>	6	2	3	1
3.1	Я – гражданин.		1		
3.2	Манипуляции в общении.			1	
3.3	Агрессия, формы проявления.		1		
3.4	Что значит победить другого человека.			1	
3.5	Как не потерять друга?			1	
3.6	Основные права и свободы человека (деловая игра).				1
4.	<b>Блок семьи</b>	5	2	2	2
4.1	Семейные традиции разных народностей.		1		
4.2	Истории создания некоторых праздников.			1	
4.3	Составляем календарь праздников.			1	

4.4	Семья и праздники в традициях народов.		1		
4.5	Итоговое занятие: «Время на раздумье не теряй. С нами вместе трудись и играй.( игровое занятие)				1
5.	<b>Блок гигиены</b>	6	1	4	1
5.1	Оцениваю количество и качество своего здоровья. (мониторинг физического здоровья)			1	
5.2	Счастлив по собственному желанию.			1	
5.3	Здоровое питание.		1		
5.4	Закаливание организма.			1	
5.5	«Азбука здоровья».			1	
5.6	Праздник «Чистота и здоровье».				1
6.	<b>Блок моей Родины</b>	4			
6.1	Родной край – часть страны.		1		
6.2	достопримечательности моего города			1	
6.3	Традиции здорового питания .			1	
6.4	Рецепты кухни разных народов.			1	
7.	<b>Блок спорта</b>	3	1	1	1
7.1	История развития спортивных игр.		1		
7.2	Олимпийские игры.			1	
7.3	«Веселые старты». Итоговое мероприятие.				1

Класс	№	Тема	Требования к уровню подготовки обучающихся
1 класс	1.	<p>Все мы разные! Я и мои поступки. Тест: « Воспитание себя». <u>Правила этикета</u> Как вести себя в театре, кинотеатре? Как беседовать по телефону? Правила поведения в классе ,школе(занятие – тренинг). Инсценировка « Хочу быть добрым».</p>	<p>Знать: правила этикета, положительные качества характера; Уметь: применять навыки культурного поведения в общественных местах, при общении по телефону; употреблять в речи вежливые слова; придерживаться нравственных правил общения.</p>
	2.	<p>Игры на развитие внимания Игры на развитие внимания Игры для развития памяти Игры для развития внимания Игра для развития воображения и мышления Скажи «нет» вредным привычкам (ролевая игра).</p>	<p>Знать: правила игр на развитие внимания, памяти, воображения и мышления; Уметь: применять правила игр быстро и качественно, соблюдать правила, выполняя задания учителя.</p>
	3.	<p>Что такое «насилие в семье». Насильственное и ненасильственное решение проблем. Анализ опасных ситуаций. Опасные ситуации взаимоотношений с незнакомыми людьми (тренинг). Мое поведение в общественных местах. Поведение в школе ( Игра – путешествие).</p>	<p>Знать: знать, что такое «насилие», опасные ситуации; Уметь: анализировать сложившиеся опасные ситуации и применять ТБ.</p>
	4.	<p>Дружная семья. Как быть папой? Как быть мамой? (Особенности ролевых взаимоотношений в семье). Мои дедушки, Мои бабушки.(Беседа). Уважение старших. (Спектакль).</p>	<p>Знать: историю своего рода, своей семьи, своего народа; Уметь: общаться со старшими членами семьи, уважать ветеранов войны и труда, оказывать им посильную помощь.</p>
	5.	<p>Кожа человека Сражения (игра) Что мы знаем о глазах? Викторина «Что? Где? Когда?» «Как Медведь трубку нашел» (инсценировка) Внутренняя кухня человека (Пищеварительная и</p>	<p>Знать: как устроен организм человека, правила личной гигиены; Уметь: применять важные и необходимые правила личной гигиены в повседневной жизни, пользоваться средствами личной гигиены.</p>

		выделительная системы) Мойдодыр (Праздник)	
	6.	Воспитание в моей семье. Нагайбакский край- России частица Наши семейные праздники. Праздник « Семейные посиделки».	Знать: историю родного края; кто такие нагайбаки; их быт, как воспитывали нагайбаков; Уметь: устраивать праздники и принимать в них участие.
	7.	Знакомство с правилами проведения подвижных и настольных игр. Подвижные игры	Знать: занятия физкультурой залог здоровья, правила подвижных игр; Уметь: играть в подвижные игры и настольные игры, соблюдая правила проведения этих игр; воспитывать волю к победе, уважение к сопернику.
2класс	1.	<b>Блок этики</b>	
	1.1	Красота окружающего мира.	Знать: общие условия, необходимые для жизни живых организмов, разнообразие животного мира и растений. Уметь: находить взаимосвязи живой и неживой природы.
	1.2	Мир вокруг нас.	Уметь: видеть, понимать, оценивать красоту окружающего мира.
	1.3	Тесты. Как? Что? Почему?	Знать: о значении природы для жизни человека. Уметь: формировать выводы на основе своих наблюдений, приводить примеры разнообразия живой и неживой природы.
	1.4	Итоговое занятие. Праздник « Мы вместе».	Знать: произведения детских писателей. Уметь: читать стихи, петь песни, играть в подвижные игры, отгадывать загадки и шарады.
	2.	<b>Блок психологии</b>	
	2.1	Развитие познавательной деятельности	Знать: понятия «память», «внимание», «эмоциональная память»; Уметь: выполнять упражнения, помогающие развивать память и внимание.
	2.2	Развитие эмоциональной деятельности.	Знать понятие: «эмоции», положительные и отрицательные эмоции; Уметь: решать тесты – выбирать правильный ответ.
	2.3	Развитие навыков общения	Знать: правила общения с людьми, правила культурного поведения; Уметь: выполнять упражнения, помогающие развивать навыки

		общения.
2.4	Полезные привычки. Как их создать?	Знать: понятие «привычка»; Уметь: отличать полезные привычки от вредных, составлять правила развития полезных привычек.
2.5	Что такое «хорошо» и что такое «плохо». Составляем свой журнал.	Знать: понятие «привычка»; Уметь: отличать полезные привычки от вредных, составлять правила развития полезных привычек.
3.	<b>Блок моих прав</b>	
3.1	Правила поведения в обществе.	Знать: правила поведения человека с окружающими его предметами живой и неживой природы; Уметь: соблюдать правила безопасного поведения и формулировать их при обсуждении жизненных ситуаций.
3.2	Правила поведения и здоровья.	Знать: правила укрепления своего здоровья; Уметь: конструировать ростомер в семье, составлять паспорт здоровья.
3.3	Опасные ситуации. Ситуативные задачи.	Знать: правила ТБ на улице, дома; Уметь: тренировать поведенческие навыки по проблеме.
3.4	Итоговое занятие. « Я среди людей».	Знать: правила здорового образа жизни; Уметь: играть в игру «Доскажи словечко», «Вежливые прятки», отгадывать загадки – шутки.
4.	<b>Блок семьи</b>	
4.1	Чистота в доме и в школе	Знать: понятия «порядок» и «чистота»; Уметь: составлять памятку для ученика.
4.2	Как я делаю уборку в доме и в школе	Знать: понятия «дежурный», правила ТБ при выполнении уборки дома и в школе; Уметь: пользоваться веником, савком и тряпкой, пылесосом.
4.3	«Мужские» и «женские» обязанности	Знать: понятия «мужские» и «женские» обязанности; Уметь: выполнять простейшие задания для девочек и мальчиков.
4.4	Школа вежливости. Беседа – игра.	Знать: правила культурного поведения при общении с людьми; Уметь: играть в игру «Совет наоборот».
4.5	Итоговое занятие КВН «Все работы хороши ».	Знать: профессии мужчин и женщин; Уметь: уважительно относиться к людям разных профессий.
5.	<b>Блок гигиены</b>	
5.1	Мой организм – большая планета	Знать: понятие «организм», сходство и различие людей друг от друга, понятие «здоровье»; Уметь: формировать выводы на основе своих наблюдений.

5.2	Дыхание. Осанка и движение – ритмы жизни	Знать: понятие «органы дыхания», «осанка», представления о строении человеческого организма; Уметь: соблюдать режим дня, правила красивой осанки при письме и т.д.
5.3	Основные правила правильного питания	Знать: правила правильного питания, правила поведения за столом; Уметь: соблюдать правила поведения за столом, пользоваться столовыми приборами.
5.4	Что такое ЗОЖ	Знать: понятие «ЗОЖ»; Уметь: выполнять и соблюдать правила ЗОЖ, составлять правильный режим дня.
5.5	Самые полезные продукты	Знать: понятие «полезные продукты»; Уметь: соблюдать и заполнять дневник «Правильное питание».
5.6	Составляю паспорт своего здоровья	Знать: понятие «паспорт здоровья»; Уметь: составлять «паспорт здоровья».
5.7	Тренажер зрительно-координационных движений	Знать: понятие «координация»; Уметь: выполнять упражнения, способствующие поддержанию зрительно-координационной функции, проводить динамические перемены.
5.8	Хотим расти здоровыми. Игровой практикум.	Знать : правила ТБ в подвижных играх; Уметь: играть в подвижные игры «Сторож», «Два мороза», «Карусель».
5.9	Итоговое занятие. Праздник «В здоровом теле - здоровый дух».	Знать: правила ТБ при проведении подвижных игр; Уметь: выполнять упражнения с мячом, скакалкой, обручем.
6.	<b>Блок моей Родины</b>	
	Народные методы лечения.	Знать: понятия «народное лечение», «лекарственные травы». Уметь: составлять рецепты народного лечения.
6.1		
6.2	В гости по деревням и селам. Экскурсия в музей быта.	Знать: происхождение и местонахождение поселка Гумбейский; Уметь: работать с дополнительными источниками знаний.
6.3	Мои предки – кто они?	Знать: историю жизни и развития нагайбаков; Уметь: формировать выводы на основе своих наблюдений.
6.4	Праздник, итоговое занятие. «В моей семье».	Знать: быт и народное творчество казаков; Уметь: исполнять песни и танцы нагайбаков.
7.	<b>Блок спорта</b>	
7.1	ТБ в спорте.	Знать: правила ТБ в спорте; Уметь: соблюдать правила ТБ в спорте.

	7.2	Веселые старты.	Знать правила ТБ в спорте и правила поведения в подвижных играх; Уметь: выполнять упражнения с мячом, скакалкой, обручем.
	7.3	Итоговое занятие «В гостях у олимпийских чемпионов».	Знать: понятия «Олимпийские игры», «соревнование», «олимпийские рекорды», имена олимпийцев России; Уметь: выполнять физические упражнения в беге, прыжках, ходьбе и т.д.
Зкласс	<u>1.</u>	<b>Блок этики</b>	
	<u>1.1</u>	Что такое забота, ответственность?	Знать: понятия «забота» и «ответственность»; Уметь: проявлять заботу о пожилых людях, оказывать помощь младшим, нести ответственность за порученное дело.
	<u>1.2</u>	Проявление заботы в окружающем мире	Знать: правила проявления заботы об окружающих; Уметь: общаться с окружающими, проявлять заботу и оказывать помощь.
	<u>1.3</u>	Равнодушие и добро	Знать: понятия «равнодушие» и «добро»; Уметь: воспитывать в себе доброту и отзывчивость.
	<u>1.4</u>	Призываем к добру	Знать: понятия «народ», «народность», «душа народа»; Уметь: воспитывать в себе гуманистические и патриотические качества и чувства.
	<u>1.5</u>	Жить с достоинством – что это значит ?	Знать: нравственное понятие «достоинство»; Уметь: жить с достоинством.
	<u>2.</u>	<b>Блок психологии</b>	
	2.1	Развитие познавательной деятельности	Знать: понятие «познавательная сфера»; Уметь: познавать мир и приобретать знания.
	2.2	Развитие эмоциональной деятельности	Знать: понятие «эмоциональная сфера»; Уметь: раскрывать потенциал души.
	2.3	Что такое красивое начало в человеке?	Знать: понятия «красота», «душевность», «любовь»; Уметь: развивать природные чувства красоты.
	2.4	О наблюдательности и внимательности ученика	Знать: понятия «наблюдательность» и «внимательность»; Уметь: развивать в себе наблюдательность и внимательность.
	2.5	Каждый видит мир по-своему	Знать: понятия «мысли», «желания», «чувства»; Уметь: понимать, что каждый человек видит мир по-своему
	2.6	Любознательность-путь к знаниям. (Занятие – игра)	Знать: понятия «любознательность», «круг знаний»; Уметь: воспитывать в себе трудолюбие, стремление к новым знаниям.
	3.	<b>Блок моих прав</b>	

3.1	Правила безопасного поведения в природе	Знать: правила безопасного поведения; Уметь: быстро ориентироваться в ситуациях и принимать рациональное решение.
3.2	Ответственность за безопасное поведение	Знать: понятие «ответственность»; Уметь: формировать в себе положительные черты характера, ответственность за свои поступки.
3.3	Правила поведения на улице	Знать: правила поведения в школе и дома; Уметь: правильно вести себя в школе, дома, в общественных местах.
3.4	Права ребёнка в новом веке.	Знать: основные законы □ Конституцию России, Декларацию прав человека, Конвенцию о правах ребенка, знать понятие «право», основной закон – Конституция России; Уметь: широко использовать в игре знания об окружающем мире.
3.5	Я-гражданин своей страны	Знать: символику государства; Уметь: воспитывать в себе гражданские чувства.
3.6	Что значит быть дисциплинированным? (тренинг)	Знать: понятия «дисциплина», «дисциплинированность»; Уметь: быть дисциплинированным.
4.	<b>Блок семьи</b>	
4.1	Труд членов моей семьи	Знать: понятия «труд», «трудолюбие»; Уметь: понимать важность и ценность их труда в семье.
4.2	Мои поручения по дому	Знать: понятия «прилежный», «старательный»; Уметь: давать положительную оценку данным качествам.
4.3	Мой труд каждый день дома.	Знать: о виде правил обязанностей по дому; Уметь: вырабатывать в себе привычку трудиться, трудовые умения.
4.4	Терпение и труд всё перетрут. (беседа)	Знать: понятие «терпение»; Уметь: выполнять правила удачного распределения времени.
4.5	Хвала рукам, что пахнут хлебом! (занятие – праздник)	Знать: понятие «хлебороб»; Уметь: бережно относиться к хлебу, хлебобулочным изделиям.
5.	<b>Блок гигиены</b>	
5.1	Вредные привычки	Знать: понятие «привычка»; Уметь: отличать полезные привычки от вредных.
5.2	Вред применения токсических веществ	Знать: о вреде наркотиков, курения, алкоголя, токсичных веществ;

			Уметь: тренировать поведенческие навыки по проблеме.
	5.3	Как можно создать здоровую среду вокруг себя?	Знать: о значении здоровой среды для здоровья человека; Уметь: отличать замечательные привычки от опасных
	5.4	Полезные привычки, как их создать ?	Знать: о понятии «привычка»; Уметь: вырабатывать полезные привычки для сохранения своего здоровья.
	5.5	Конкурс рисунков «Я хочу быть здоровым».	Знать: о правилах закаливания, о пользе занятия спортом; Уметь: воспитывать в себе осознанное отношение к здоровому образу жизни.
	6.	<b>Блок моей Родины</b>	
	6.1	Спортивные состязания .	Знать: календарные праздники казачества, различные подвижные игры; Уметь: развивать физические способности через спортивные игры.
	6.2	Наша столица . (беседа)	Знать: историю родного края; Уметь: бережно относиться к природе родного края, расширять кругозор о растительном и животном мире нашего края.
	7.	<b>Блок спорта</b>	
	7.1	спортивные игры.	Знать: различные подвижные игры; Уметь: развивать силу, скорость, сноровку, сообразительность.
	7.2	Детские забавы старины.	Знать: правила детских игр казачат; Уметь: через игру формировать физическую сноровку, быстроту реакции.
	7.3	Растем здоровыми. Идем на свежий воздух.	Знать: об Олимпиаде, о значении пяти переплетенных колец; Уметь: справляться с простудой, сохранять здоровье.
	7.4	Спортивные соревнования	Знать: о понятии «взаимовыручка»; Уметь: быть добрым, уступать, отстаивать свое мнение.
4класс	1.	<b>Блок этики</b>	
	1.1	Смысл жизни.	Знать: о различных формах жизни, для чего и зачем живет человек, без смысла жизни человеку трудно жить; Уметь: определять свой смысл жизни, уметь познать себя, свои потребности, уметь понять свою «нужность».
	1.2	Уникальность и неповторимость жизни.	Знать: о разнообразии и неповторимости всех форм жизни; Уметь: видеть это разнообразие и уметь уважать любую форму жизни как свою собственную
	1.3	Самоценность меня.	Знать: способы проявления своей личностью, личности друзей; Уметь: давать самооценку своим интересам, видеть пользу от

		своих интересов для окружающих.
1.4	Раскрутим Колесо жизни (круглый стол).	Знать: о смысле жизни человека; Уметь: видеть интересы и полезность других людей.
2.	<b>Блок психологии</b>	
2.1	Развитие эмоциональной сферы и навыков общения.	Знать: о важности добра и комфорта атмосферы, правила общения и вежливости, добра; Уметь: быть внимательными, вежливыми в общении с людьми.
2.2	Посещение мастерской общения.	Знать: различные ситуации, способы общения; Уметь: находить выход из различных представленных ситуаций.
2.3	Типы характеров людей.	Знать: типы характеров людей, их отличительные особенности; Уметь: пользоваться методом распознавания и определения типа характера, соотносить поступки с типами характера.
2.4	Формирование коммуникативных умений и навыков. Тренинг.	Знать: основные правила общения в человеческом обществе; Уметь: применять на практике правила общения, видеть отрицательное и положительное в различных формах поведения.
2.5	Психологические упражнения по развитию внимания, памяти, мышления.	Знать: уровень развития личных качеств личности; Уметь: пользоваться различными методами исследования, принимать и исправлять свои недостатки.
2.6	Что такое счастье.?Игровое занятие.	Знать: понятие «личность»; Уметь: пользоваться советами психологов, педагогов, бороться с собственными комплексами.
3.	<b>Блок моих прав</b>	
3.1	Я – гражданин.	Знать: понятия « декларация», «ООН», «статус»; Уметь: пользоваться своими правилами, выполнять обязанности и быть ответственными.
3.2	Манипуляции в общении.	Знать: понятие «манипуляция», основные способы манипулятивного поведения; Уметь: определять манипуляции, сопротивляться манипуляциям, видеть плохие хорошие стороны людей.
3.3	Агрессия, формы проявления.	Знать: понятие «агрессия», формы проявления агрессии; Уметь: бороться с факторами проявления агрессии, жестокости.
3.4	Что значит победить другого человека.	Знать: способы борьбы с самим собой; Уметь: использовать различные способы внушения, владеть собой.
3.5	Как не потерять друга?	Знать: о вреде и разрушительной силе вредных привычек, иметь представление о здоровом образе жизни; Уметь: оценивать ситуацию, выбирать правильный путь.
3.6	Основные права и свободы человека (деловая игра).	Знать: о правах и свободах взрослых и детей;

		Уметь: быть ответственными.
4.	<b>Блок семьи</b>	
4.1	Семейные традиции разных народностей.	Знать: семейные традиции народов мира, календарные праздники в нашей стране; Уметь: различать традиции разных народностей, хранить обычаи и традиции.
4.2	Истории создания некоторых праздников.	Знать: понятие «праздник», происхождение этого слова, виды праздников; Уметь: владеть правилами поведения во время праздника.
4.3	Составляем календарь праздников.	Знать: календарные праздники, их особенности, роль праздников в жизни человека; Уметь: вести подготовку к празднику, владеть правилами поведения.
4.4	Семья и праздники в традициях народов.	Знать: виды семейных праздников: день рожденья, новоселье, свадьба и др.; Уметь: владеть правилами поведения на празднике, Уметь: преподносить подарок.
4.5	Итоговое занятие: «Время на раздумье не теряй. С нами вместе трудись и играй.» (игровое занятие)	Знать: правила поведения во время игры.
5.	<b>Блок гигиены</b>	
5.1	Оцениваю количество и качество своего здоровья. (мониторинг физического здоровья)	Уметь: внимательно наблюдать за своим здоровьем, воспитывать желание заниматься укреплением здоровья.
5.2	Счастлив по собственному желанию.	Знать: понятие «счастье»; Уметь: ориентироваться и приспосабливаться к жизни в современных условиях.
5.3	Здоровое питание.	Знать: понятие «витамины»; Уметь: правильно питаться и соблюдать режим питания, правильно выбирать продукты питания, составлять ежедневный рацион.
5.4	Закаливание организма.	Знать: природные факторы оздоровления, правила и формы закаливания; Уметь: ухаживать за своими волосами, воспитывать эстетический вкус.
5.5	«Азбука здоровья».	Знать: правила ухода за волосами; Уметь: ухаживать за своими волосами, воспитывать эстетический вкус.
5.6	Праздник «Чистота и здоровье».	Уметь: соблюдать чистоту и порядок, развивать в себе негативное

		отношение к беспорядку.
6.	<b>Блок моей Родины</b>	
6.1	Родной край – часть страны.	Знать: понятия «Родина», «родной край», историю родного края; Уметь: читать наизусть Государственный гимн России, читать стихи о родном крае.
6.2	достопримечательности моего города	Знать: исторические места, памятники, достопримечательности родного края; Уметь: рассказывать об истории создания памятников.
6.3	Традиции здорового питания .	Знать: понятие «здоровое питание»; Уметь: составлять рацион правильного питания, формировать привычку правильного питания.
6.4	Рецепты кухни разных народов.	Знать: рецепты нагайбакской кухни; Уметь: активно применять рецепты нагайбакской кухни в повседневной жизни.
7.	<b>Блок спорта.</b>	
7.1	История развития спортивных игр.	Знать: историю спортивных игр.
7.2	Олимпийские игры.	Знать: виды Олимпийских игр, историю их появления.
7.3	«Веселые старты». Итоговое мероприятие.	Уметь: правильно выполнять задания, соблюдать ТБ во время эстафет.

## Учебно-методическое обеспечение программы:

1. Локалова Н.П. «120 уроков психологического развития младших школьников» книга для учителя – М., 2011

2. Материалы к урокам для учащихся 1-4 классов «120 уроков психологического развития младших школьников» Локалова Н.П. - М., 2011

### 3. Интеллектуальные задания

Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся в области психологии, помогают им овладеть некоторыми понятиями.

### 4. Дискуссионные методы

Групповая дискуссия позволяет реализовать принцип субъект-субъектного взаимодействия, выявить различные точки зрения на какую-либо проблему.

### 5. Метод направленной визуализации

Данный метод работы позволяет усилить резервы ребенка к достижению поставленных целей, способствует снятию эмоционального напряжения.

### 6. Метод признания достоинств

Данный метод позволяет стабилизировать самооценку ребёнка, почувствовать уверенность в себе и осознать потребность в достижениях и стремление к успеху.

## Планируемые результаты

После окончания курса «Я познаю себя, познаю мир» учащиеся должны уметь:

- Самостоятельно выполнять данное учителем задание;
- Проявлять собственную активность в получении знаний;
- Уметь контролировать собственные действия в ходе выполнения задания.

Должны быть сформированы следующие универсальные учебные действия:

### 1. Личностные

1. - внутренняя позиция школьника (положительное отношение к школе, чувство необходимости обучения, адекватное содержательное представление о школе и т.д.);
2. - самооценка (широта диапазона оценок, обобщение категорий оценок, представление в Я-концепции социальной роли ученика и т.д.);
3. - смыслообразование (сформированность познавательных, учебных мотивов, стремление к приобретению знаний).

### 2. Коммуникативные

1. - ориентация на позицию других людей, отличную от собственных, уважение иной точки зрения;
2. - учет разных мнений и умение обосновать собственное;
3. - умение слушать собеседника;
4. - Потребность в общении со взрослыми и сверстниками

### 3. Регулятивные

1. - целеполагание;
2. - контроль;
3. - коррекция;
4. - оценка;
5. – саморегуляция

### 4. Познавательные

1. - рефлексия способов и условия действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
2. - поиск и выделение необходимой информации;
3. - самостоятельный поиск и выделение познавательной цели;
4. - анализ объектов с целью выделения признаков;
5. - синтез;
6. - установление причинно-следственных связей.

Критериями эффективности программы являются (фиксируются в процессе наблюдения освоения учащимися программы):

- снижение уровня школьной тревожности;
- мотивация на саморазвитие;
- повышение коммуникативной компетентности;
- активность и продуктивность учеников в деятельности, как в образовательном процессе, так и внеклассной и внешкольной деятельности (отслеживается психологом, либо выявляется в процессе беседы с классным руководителем).

Объективными методами измерения эффективности программы служат диагностические опросные методы: методика изучения школьной мотивации учащихся Т. А. Нежновой, методика изучения уровня интеллекта Прогрессивные матрицы Дж.Равена, методика изучения внимания тест Тулуз-Пьерона. Положительная динамика сдвигов показателей участников по какой-либо шкале тестов служит подтверждением эффективности программы.

Требования к учителю. Учителю, ведущему занятия необходимо обладать знаниями особенностей развития в младшем школьном возрасте, а также определенными личностными характеристиками: собственной креативностью, спонтанностью, высокими рефлексивными навыками, коммуникативными способностями, недирективным стилем управления группы, способностью оценить креативный продукт другого, владение технологиями создания творческих продуктов, а также умением владеть методами психологической работы.

Материально-техническое оснащение и оборудование. Занятия могут проходить как в специально оборудованном для тренингов классе, а также и в учебном классе после занятий. Кабинет должен быть оборудован стульями, какой-либо доской или стеной для возможности крепить продукты труда.

Для реализации программы необходимо следующее оборудование:

- компьютер;
- принадлежности для рисования: гуашевые краски, кисти, баночки для воды, цветные и простые карандаши, фломастеры, маркеры, ластик, бумага формата А4, А2, А1;
- клей, степлер, скотч-лента, ножницы,
- бейджи,
- кнопки или магниты для крепления продуктов на доске,
- мячик;
- тетрадь для занятий, ручки для каждого участника;
- заготовленные задания ведущего на каждое занятие и упражнение;
- записи инструментальных фоновых мелодий;
- необходимое оборудование при проведении психологических игр индивидуально для каждой игры и указано в сценариях.