

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 7
города-курорта Кисловодска**

**Одобрено на
Педагогическом совете
Протокол № 1 от 10 августа 2024г.**



**Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 7
О. В. Черныш**

**Рабочая программа
«Жизненные навыки»
1 класс.
(34 часа)**

**Еремина О. Ю., педагог-психолог
МБОУ СОШ № 7**

2024-2025 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Помочь ребенку справиться с школьными трудностями и проблемами вне школы позволяют групповые психологические занятия в кружке по развивающей программе «Жизненные навыки».

Программа кружка «Жизненные навыки» – рассчитанный на обучение детей первого класса. Программа разработана творческим коллективом научно-методического центра «Генезис» под руководством С.В. Кривцовой как поддерживающая и обучающая программа по психологии для учащихся. Фактически кружковые занятия психологией в начальной школе являются первой ступенью систематической работы по предупреждению противоправного и асоциального поведения. Они призваны развить эмоциональный интеллект детей, помочь им в решении жизненно-важных вопросов.

Содержанием программы кружка стали не высшие психические функции, а чувства, потребности, переживания и пристрастия, — то есть субъективный мир человеческой души. В основе программы лежит уважение к субъективному миру чувств и потребностей ребенка. Курс учит серьезно относиться к своим и чужим чувствам, понимать этот особый мир.

Данная программа ориентирована на социально-личностное развитие ребенка. Программный материал предусматривает переход от формирования у детей представления о мире человеческих эмоций и своих личностных особенностях - к развитию социальных и межличностных отношений, нравственно-этических норм. А для этого необходимо:

- создать в рамках образовательного учреждения психологически безопасное место, где чувства и потребности ребенка будут иметь первостепенное значение;
- дать возможность детям пережить опыт безусловного принятия со стороны взрослого ведущего и научить детей позитивно воспринимать сверстников и самих себя;
- создать возможность получения детьми нетравматического опыта самопознания и познакомить их с некоторыми законами логики чувств и навыками, развивающими эмоциональный интеллект;
- передать ценности уважительного и серьезного отношения к своим и чужим чувствам.

Основная цель программы — развитие эмоционального интеллекта, формирование умения младших школьников адекватно взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями.

Для достижения цели в ходе реализации программы необходимо решить следующие задачи:

- познакомить младших школьников с миром человеческих эмоций;
- развивать эмпатию как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- формировать навыки самоанализа, адекватной самооценки;
- формировать умение учитывать позицию другого человека, его точку зрения;
- формировать понимание ценности отношений в жизни человека;

- развивать навыки конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- формировать умение работать в коллективе;
- воспитывать доброжелательное отношение к окружающим.

Результатом реализации программы является формирование у учащихся следующих умений и навыков:

- реалистично оценивать себя, адекватно оценивать ситуацию;
- слушать и слышать собеседника;
- понимать сверстников, взрослых и оказывать им поддержку;
- понимать собственные чувства, выражать их адекватным образом;
- отстаивать собственные права, свою точку зрения;
- преодолевать трудности, решать проблемные ситуации, оказывать помощь другим и принимать помощь самому;
- брать на себя ответственность;
- навыков сотрудничества;
- навыков саморегуляции;
- навыков ведения дискуссии.

Личностными результатами изучения кружка «Я познаю мир» в 1-м классе является формирование следующих умений:

- Оценивать жизненные ситуации (поступки людей) с точки зрения общепринятых норм и ценностей: в предложенных ситуациях отмечать конкретные поступки, которые можно оценить как хорошие или плохие.
- Объяснять с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, почему конкретные поступки можно оценить как хорошие или плохие.
- Самостоятельно определять и высказывать самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей).
- В предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, какой поступок совершить.

Метапредметными результатами изучения кружка «Жизненные навыки» в 1-м классе является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- Учиться высказывать своё предположение (версию).
- Учиться работать по предложенному учителем плану.
- Учиться отличать верно выполненное задание от неверного.

Познавательные УУД:

- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.
- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в доп. источниках информации.

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно пересказывать небольшие тексты, называть их тему.

Коммуникативные УУД:

- Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

ФОРМЫ РАБОТЫ И КОНТРОЛЯ.

Формы учебных занятий в кружке могут быть разными: индивидуальная, парная, групповая, работа над проектом.

1. Индивидуальная работа

Участники кружка – это дети, у которых выражен интерес к предмету. Задачи руководителя кружка заключаются в следующем:

- выявить уровень знаний учащихся о чувствах;
- выявить учащихся, способных самостоятельно устанавливать причинно-следственные связи и закономерности;
- определять сформированность познавательного интереса учащихся.

2. Работа в парах

Через работу в парах ребенок учится вскрывать причины возникающих ошибок, составлять задания для других, анализировать свою деятельность и деятельность товарища.

Работа проходит в 2 этапа:

1 этап – участники работают в роли учителей, самостоятельно оценивая данную им работу.

2 этап – учащиеся работают совместно, соотнося свои индивидуальные мнения по проверенной работе.

3. Групповая работа

Работа в группе убеждает в ценности взаимопомощи, укрепляет дружбу, прививает навыки, необходимые в жизни, повышает уважение к себе, дает возможность избежать отрицательных сторон соревнования.

Организация групповой работы:

- распределение работы между участниками;
- умение выслушивать различные точки зрения, критиковать, выдвигать гипотезы;
- владение способами проверки гипотез, самооценки, контроля;

- умение представить результат работы, обосновать выбор решения

УЧЕБНО –ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Содержание	Количество часов
Я – особенный	8
Нравится – не нравится» каждый день	7
Дружба	11
Я и Другие. Мир начинается с меня	7
Итоговое занятие.	1
ИТОГО	34

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

На протяжении всех четырех лет, переплетаясь, звучит несколько основных тем:

- *Принятие себя*, теплые чувства и уважительное внимание к Собственному. Кто я и что отличает меня от других, что для меня важно? Эта тема ведет к формированию сильного Я, хорошему пониманию Собственного и готовности к внутреннему диалогу, дружественному отношению к себе самому.

- *Мир людей*: праздники и ответственность, чувства, хорошее и плохое, ценное и не ценное, радостное, пугающее, вызывающее гнев. Эти темы позволяют лучше ориентироваться в мире человеческих проблем, в том числе собственных чувств. Позволяет эмоционально чувствовать и яснее понимать мир.

- *Мы: я и другие*. Как жить с людьми? Как быть другом, как вести себя в конфликте? Эти темы ведут к пониманию ценности отношений в жизни человека, учат ухаживать за отношениями и получать от них больше радости.

- *Уважение к другим*. Способность видеть то, что нас отличает друг от друга, уважать эти отличия и принимать других как других. Эта тема не о любви и дружбе, а о разрешении другим быть другими, об уважении непонятого и признании права на инаковость,— все эти способности у взрослого человека могут быть названы диалогическими установками личности.

ОСНОВНЫЕ ТЕМЫ ПРОГРАММЫ.

	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
1 класс	«Я – особенный» Поддерживающая, подбадривающая программа для тех, кто только что пришел в школу. Цель – не потерять себя, помнить о хорошем в себе.	«"Нравится – не нравится" каждый день» Программа о радостном и о том, что вызывает раздражение и злость. Как находить «нравится» в том, что делать нужно.	«Дружба» О навыках общения и нормального общения.	«Я и другой» Мир начинается с меня» Первые шаги к пониманию толерантности. Другие люди могут быть не похожими на меня.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Жизненные навыки. Уроки психологии в 1 классе./Под ред. С.В.Кривцовой. – М.: Генезис, 2002.
2. Жизненные навыки. Уроки психологии в 1 классе. Рабочая тетрадь школьника /Под ред. С.В.Кривцовой. – М.: Генезис, 2009

Календарно-тематическое планирование на 2024-2025 учебный год

№	Название темы	Характеристика деятельности	Дата		
			по плану	фактически	
1	«Я – особенный» – 8ч.				
1	Знакомство.	Познакомиться с учителем и одноклассниками, <u>обсудить</u> правила поведения в школе.	032.09		
2	Мои любимые игры.		09.09		
3	Что такое чувства?		Познакомить с чувствами и их названиями.	16.09	
4	Делимся чувствами			23.09	
5	Где живут чувства?			30.09	
6	Я такой разный...	Научиться принимать себя как личность.	07.10		
7	Я - особенный		14.10		
8	Галерея портретов		21.10		
2	«Нравится – не нравится» каждый день» – 7ч.				
9	Что мне нравится	Научить классифицировать учебную и вне учебную деятельность, выделять важное и второстепенное.	28.10		
10	Какое бывает время		11.11		
11	Сколько «нравится» в моей неделе		18.11		
12	Время – пространство для встреч		25.11		
13	Ценности		02.12		
14	Что мне не нравится		09.12		
15	Нравится – не нравится		16.12		
3	«Дружба» – 11ч.				
16	О дружбе и друзьях	Научить детей дружить и общаться с одноклассниками и сверстниками.	23.12		
17	Такие разные друзья		13.01		
18	Знакомство		20.01		
19	Что мешает дружбе		27.01		

20	Ссора		03.02	
21	Просим прощения		17.02	
22	Помогаем сами и принимаем помощь		24.02	
23	Я – член команды.		02.03	
24	Игры для друзей.		09.03	
25	Командные игры.		16.03	
26	Прощальное.		23.03	
4	«Я и Другие. Мир начинается с меня» – 7ч.			
27	Я и Другой, непохожий на меня.	Объяснить, что все люди индивидуальны и научить общаться с разными людьми.	06.04	
28	Другой – не значит плохой.		15.04	
29	Мы похожи!		20.04	
30	Мы – миротворцы.		27.04	
31	Мы разные, – и это здорово!		04.05.	
32	Разные игры для разных ребят.		11.05	
33	Игротека.		18.05.	
5	Итоговое занятие – 1ч.			
34	Итоговое занятие.		25.05	