

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №1»

Согласована на заседании  
Кафедры математики и ИТ,  
протокол №5 от 25.05.2020г.

Рассмотрена на заседании  
Научно-методического совета,  
протокол № 7 от 01.06.2020 г.

Утверждаю:  
Директор МБОУ «Гимназия №1»  
Домашенко Ю.Г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«УЧУСЬ ОБЩАТЬСЯ»

\_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ классы

составлена на основе требований к результатам освоения основной  
образовательной программы основного общего образования

Медико-психолого-педагогическая  
служба

## Планируемые результаты освоения программы

### Личностные УУД

- Выбирать способы и формы самовыражения и самореализации.
- Вести диалог.
- Проявлять устойчивый познавательный интерес.
- Осознавать роль самообразования и самовоспитания.
- Осознавать устойчивую учебно-познавательную мотивацию и интерес к учению.
- Самооценке и Я-концепции.
- Решать моральные дилеммы.
- 

### Метапредметные УУД

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме
- уметь распознавать и описывать чувства других людей
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения
- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию
- учиться, доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.
- проявлять активность в совместной учебной деятельности;
- подчинять свои желания сознательно поставленным целям.

### Предметные УУД

- Формулировать собственное мнение и позицию.
- Определение учеником границ своего «знания - незнания», своих потенциальных возможностей.
- Самостоятельное и осознанное принятие решений, выработка своего мнения.
- Способности отстаивать свой выбор или линию поведения
- Анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.
- Налаживать контакт с людьми.
- Соблюдать правила игры и дисциплину.

- Правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).
- Управлять своим поведением в различных ситуациях, избегать конфликтов с окружающими.
- Оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия.

## **Содержание программы**

«Учусь понимать других» представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике по тематическим блокам. Каждый блок имеет конкретные цели, объединяющие содержание соответствующих занятий. При изучении большинства тем широко задействованы активные формы работы с учащимися: подвижные игры и упражнения, работа с психологическими сказками, элементы арт-терапии. Занятия по данной программе также предполагают индивидуальную работу каждого ученика в тетради, как на уроке, так и дома совместно с взрослыми (родителями) и самостоятельно.

**В первом тематическом блоке «Я – третьеклассник»** проводятся игры, способствующие правильному отношению к победе и поражению, формированию умения распределять свободное время, умение увидеть изменения в своем физическом развитии и работоспособности.

### **СОДЕРЖАНИЕ БЛОКА:**

#### **Тема 1. Я - третьеклассник (6 часов)**

1. Что изменилось за год? (2 часа)
2. Я и моя школа. (1 час)
3. Я и мой учитель. (2 часа)
4. Как побороть лень. (1 час)

**Во втором тематическом блоке «Учусь общаться»** проводятся игры, направленные на освоение правил эффективного общения, формирование представления о роли интонации в общении людей, умение распознавать мимику и жесты, формирование умения ценить дружбу. Задания, включенные в занятия, помогут детям научиться поддерживать других, хвалить, разделять радость успеха и вместе решать сложные проблемы.

Дети впервые столкнутся с ситуациями, в которых нужно отказать, и, хотя игра касается отказа от вкусного мороженого, конфет, а не каких-либо вредных веществ, это первый опыт сопротивления давлению сверстников или взрослых. Обыгрывание подобных ситуаций — важный шаг ребенка к самостоятельному и осознанному принятию решений, к выработке своего мнения, способности отстаивать свой выбор или линию поведения.

### **СОДЕРЖАНИЕ БЛОКА:**

#### **Тема 2. Учусь общаться (21 час)**

5. Как научиться разговаривать с людьми. (1 час)
6. Как понять друг друга без слов? (1 час)
7. Что такое интонация? (1 час)
8. Я умею договариваться с людьми. (1 час)

9. Как научиться преодолевать трудности вместе? (1 час)
10. Мы умеем действовать сообща. (1 час)
11. Что такое сотрудничество? (1 час)
12. Что такое коллективная работа? (1 час)
13. Я умею понимать другого. (1 час)
14. Для чего нужна улыбка? (2 час)
15. Умеешь ли ты дружить? (2 часа)
16. Дружба крепкая не сломается. (1 час)
17. Настоящий друг. Какой он? (1 час)
18. Трудности в отношениях с друзьями. (1 час)
19. Как помириться после ссоры. (1 час)
20. Я умею просить прощение. (1 час)
21. Мой характер (2 часа)
22. Конкурс знатоков. Викторина «Я понимаю других». (1 час)

**В третьем блоке «Уроки здоровья»** представлены игры и задания на формирование умения распределять правильно свой день, развитие наблюдательности, формирование знаний о вреде и последствиях вредных привычек, о факторах способствующих сохранению и укреплению здоровья. Формирование умения применять правила сохранения здоровья.

**СОДЕРЖАНИЕ БЛОКА:**

**Тема 3. Уроки здоровья (5 часов)**

23. Твой режим дня. (1 час)
24. Полезные и вредные привычки. (2 часа)
25. Секреты здоровья. (2 часа)

**В четвертом разделе «Волшебный экзамен»** представлены задания для определения сформированности умения работать в группах, рассуждать, строить логические умозаключения.

**СОДЕРЖАНИЕ БЛОКА:**

**Тема 4. Волшебный экзамен (2 часа)**

26. Конкурс знатоков. Викторина «Я понимаю других». (1 час)
27. Фотовыставка «Я понимаю других» (1 час).

## Тематическое планирование

Класс	Разделы	Тема	Кол-во час
4	Я - четвероклассник	Кто я? Какой я?	9
		Автопортрет.	1
		Мое настроение	1
		Мой характер	1
		Мои способности. Кем быть?	1
		Мой внутренний мир	1
		Умение сделать выбор, сказать «Нет»	1
		Роль мужчины и женщины в жизни общества.	1
		Роль мужчины и женщины в жизни общества.	1
		Роль мужчины и женщины в жизни общества.	1
	«Живем без ссор»	Конфликт с разных сторон	9
		День психологии.	1
		Права и обязанности ребенка и других членов общества. (Психологическое давление)	1
		Моральные нормы: совесть.	1
		Моральные нормы: добро.	1
		Совместный коллаж «Город счастья».	1
		Игры по правилам как способ избежать конфликта.	1
		Как правильно ссориться.	1
		Конфликт с разных сторон.	1
		«Правила нашей жизни». Знакомство с социальными нормами.	Моральные нормы: право на информацию.
	Правила законности поступков (воровство, попрошайничество, вымогательство).		1
	Моральные нормы: благородство.		1
			1
	Моральные нормы:		1

		щедрость.	
		Общечеловеческие ценности. Понятие о счастье.	<b>1</b>
		Мои ценности.	<b>1</b>
	<b>«Учимся дружить!».</b> <b>Сотрудничество.</b>		<b>9</b>
		Я как друг	<b>2</b>
		Мини-проект «Дерево Дружбы».	<b>2</b>
		Составление совместного коллажа «Наш класс».	<b>2</b>
		Мое настоящее и будущее.	<b>1</b>
		Диагностика.	<b>1</b>
		Итоговое занятие «Всем спасибо».	<b>1</b>
		<b>Итого: 34 часа</b>	