

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Кировское областное государственное общеобразовательное автономное учреждение «Вятская гуманитарная гимназия с углубленным изучением английского языка»

УТВЕРЖДЕНО

Директор гимназии

В.В. Вологжанина
Приказ № 224-04 от
«30» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса внеурочной деятельности «Познаю себя»

для обучающихся 1-4 классов

Киров 2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЯТСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ ГИМНАЗИЯ С
УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА",** Вологжанина
Валерия Владимировна, Директор гимназии

11.01.24 14:27
(MSK)

Сертификат C8990A6F9DD5015CAC9CD6ED0B4AC74E

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Познаю себя» разработана на основе Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 № 286 (далее – ФГОС НОО), Федеральной образовательной программы начального общего образования, а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Внеурочная деятельность в Вятской гуманитарной гимназии осуществляется для более эффективного достижения цели воспитания: создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования системы ценностей, создание условий для развития и социализации каждого учащегося в свободное от учебы время.

Внеурочная деятельность направлена на достижение воспитательных результатов:

- приобретение учащимися социального опыта;
- формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;
- приобретение школьниками опыта самостоятельного общественного действия.

Целевым приоритетом воспитательной работы Вятской гуманитарной гимназии является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут. В рамках учебного курса внеурочной деятельности «Познаю себя» достижение поставленной цели воспитания реализуется посредством создания условий для формирования системы ценностей, положительного отношения к базовым общественным ценностям, приобретение учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта, опыта самостоятельного общественного действия.

Реализация внеурочной деятельности в гимназии осуществляется в рамках системно-деятельностного подхода и основывается на следующих принципах организации:

1. Соответствие возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся.
2. Преимущество с образовательными технологиями, реализуемыми в урочной учебной деятельности.
3. Опора на ценности воспитательной системы гимназии.
4. Свободный выбор на основе личных интересов и склонностей ребенка.

Учебный курс внеурочной деятельности «Познаю себя» предполагает проведение занятий для обучающихся 1-4 классов, направленных на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов. Курс составлен на основе авторской программы Хухлаевой О.В. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе».

МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОЗНАЮ СЕБЯ» В ПЛАНЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Общее число часов, отведённых на изучение учебного курса внеурочной деятельности «Познаю себя»:

1 класс – 17 часов (0,5 часа в неделю)

2 класс – 34 часа (1 час в неделю)

3-4 классы – 17 часов (0,5 часа в неделю, по полугодиям).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Я – школьник. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Мой класс. Трудности первоклассника. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

Мои чувства. Мир эмоций. Как справиться со своими эмоциями. Жесты. Мимика.

Какой Я. Качества человека. Как правильно оценить себя. Моё «Я».

Я и школа

Осознание учащимися важности правильной подготовки домашних заданий. Отработка навыков приготовления устных и письменных домашних заданий. Обучение учеников основным приемам подготовки к написанию сочинения.

Я третьеклассник. Осознание себя третьеклассником. Осознание своих изменений при переходе из класса в класс.

Я и моя школа. Осознание себя в школе. Идеальная школа. Школа, в которой я бы хотел учиться.

Я и мои цели

Мой режим. Построение и анализ режима дня. Постановка целей на день.

Мои мечты. Актуализация представления о своем будущем, о своих жизненных целях. Формирование навыков конструктивного поведения в ситуации выбора. Карта моих желаний.

Мои достижения. Развитие представления о взаимосвязи личных качеств с жизненными успехами и неудачами людей. Формирование убеждения, что преуспевание в учебе и других делах зависит, прежде всего, от труда и упорства. Повышение уверенности в своих силах, повышение самооценки участников.

Я и мои чувства

Страхи и страшилки. Анализ психологической природы страха. Как преодолеть страх. Проективная проработка и разрядка страхов (тревоги). Обучение детей умению распознавать свои школьные страхи, помощь в нахождении способов их преодоления. Снижение школьной тревожности.

Мой гнев, злость, агрессия. Возможность несоответствия испытываемых отрицательных эмоций впечатлению, которое они могут производить на окружающих. Опасность гневных, агрессивных реакций и необходимость умения контролировать себя. Элементы самоконтроля внешнего проявления эмоций. Обучение способам безопасной разрядки агрессии.

Обида. Как простить обиду? Создание условий для осознания психологической природы обиды. Определение понятия обиды и ее последствий для межличностных отношений на основе обращения к личностному опыту. Обучение способам разрядки обиды. Формирование

умения адекватно воспринимать обидные замечания.

Я и познание

Как мы думаем. Знакомство учащихся с психологическим понятием «мышление». Знакомство с основными операциями мышления: классификация, сравнение, обобщение, синтез, анализ, абстрагирование, понятие. Уроки-практикумы по развитию основных операций мышления у учащихся.

Мое внимание. Актуализация знаний о внимании. Качества внимания: концентрация, объем, переключение, распределение, устойчивость. Самодиагностика внимания. Тренинговые упражнения для развития внимания.

Мое воображение. Расширение представления учащихся о психологическом понятии «воображение». Актуализация знаний учащихся о воображении. Виды воображения: пассивное, воссоздающее, творческое. Упражнения для развития воображения. Воображение – основа творчества.

Я в общении

Учимся договариваться. Основы неконфликтного поведения, доступного для ученика, умение строить диалог, договариваться, строить правильно речь для понимания.

Мир общения. Понятие «общение». Значение общения для человека. Средства общения (язык, интонация, мимика, жесты, поза, взгляд). Барьеры в общении. Значение соблюдения принятых правил общения.

Сотрудничество. Умение работать в паре, в небольшом коллективе. Умение распределять роли, обязанности. Принятие решения, умение принимать чужую точку зрения.

Я и они

Я и моя семья. Развитие представления участников о роли близких в жизни человека. Формирование убеждения в том, что близкие могут быть опорой в жизни. Помощь в осмыслении своих возможностей по оказанию поддержки близким людям. Анализ прав и обязанностей различных членов семьи. («Мои права», «Права моих родителей»). Формирование представлений о партнерстве в отношениях родителей и детей.

Правила общения со мной.

Я глазами других. Как меня воспринимают другие. Каким человеком меня видят. Умение принимать себя, принимать свои положительные и отрицательные стороны

Я личность

Образ нашего «Я». Расширение и углубление знаний учащихся о себе. Знакомство учащихся с понятием образ «Я». Образ «Я» – совокупность представлений о себе, о своих внешних и внутренних качествах.

Самооценка личности. Понятие «самооценка». Завышенная самооценка, адекватная самооценка, низкая самооценка. Формирование представлений учащихся о роли самооценки в становлении «Я-концепции» (образа «Я»). Рекомендации по наблюдению за собой и оценки себя.

Формирование у детей адекватной самооценки и позитивного отношения к

себе. Развитие навыков рефлексии личностных качеств.

Мой темперамент и характер. Темперамент – особенности нервной системы человека. Особенность мозга в обработке информации: подвижность, сила, уравновешенность нервных процессов. Виды темперамента: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик. Основные характеристики темпераментов, положительные и отрицательные стороны. Диагностика темперамента учащихся. Характер – совокупность индивидуальных качеств (черт) человека. Основные черты характера: настойчивость, решительность, чуткость, смелость, вежливость и др. Связь характера с темпераментом человека. Воля и самостоятельность как черта характера.

Я управляю собой

Что такое уверенность в себе? Обращение к опыту неуверенного поведения и определение его психологических причин. Формирование представлений о различиях между уверенным, неуверенным и самоуверенным поведением. Формирование правил уверенного поведения и тренировка навыка их соблюдения. Выявление признаков неуверенного и самоуверенного поведения. Тренировка навыков уверенного выступления на модели игровой ситуации.

Что поможет мне учиться? Осознание правил работы на уроке. Формирование учебных навыков. Осознание качеств, необходимых хорошему ученику. Повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков.

Сила воли. Что такое сила воли. Как правильно распределять свои возможности, силы. Как научиться себя контролировать.

Диагностика

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижений школьниками следующих личностных и метапредметных образовательных результатов.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений;
- освоение опыта человеческих взаимоотношений, признаки индивидуальности каждого человека, проявление сопереживания, уважения, любви, доброжелательности и других моральных качеств к родным, близким и чужим людям, независимо от их национальности, социального статуса, вероисповедания;

- выражение своего видения мира, индивидуальной позиции посредством накопления и систематизации впечатлений, разнообразных по эмоциональной окраске;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям
- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Познавательные универсальные учебные действия:

Базовые логические действия:

- выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Базовые исследовательские действия:

- определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных учителем вопросов;
- формулировать с помощью учителя цель, планировать изменения объекта, ситуации;
- сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);
- проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть — целое, причина — следствие);
- прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

Работа с информацией:

- выбирать источник получения информации;
- согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;
- распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного учителем способа её проверки;
- соблюдать с помощью взрослых (учителей, родителей (законных представителей) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;
- анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую информацию в соответствии с учебной задачей;
- самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

Общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументированно высказывать своё мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;
- создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);
- готовить небольшие публичные выступления;
- подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления.

Совместная деятельность:

- формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учётом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- ответственно выполнять свою часть работы;
- оценивать свой вклад в общий результат;
- выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Регулятивные универсальные учебные действия:

Самоорганизация:

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;
- выстраивать последовательность выбранных действий;

Самоконтроль:

- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Я – школьник 8 часов				
1	Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Мой класс. Трудности первоклассника. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила»	8	Психологический тренинг, ролевые, психогимнастические, дискуссионные, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные игры	
Раздел 2. Мои чувства 4 часа				
2	Мир эмоций. Как справиться со своими эмоциями. Жесты. Мимика	4	Психологический тренинг, ролевые, психогимнастические, дискуссионные, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные игры	
Раздел 3. Какой Я 5 часов				
3	Качества человека. Как правильно оценить себя. Моё «Я»	5	Психологический тренинг, ролевые, психогимнастические, дискуссионные, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные игры	
	ИТОГО:	17		

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы

ДОКУМЕНТ подписан электронной подписью
КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЯТСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ ГИМНАЗИЯ С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА", Вологжанина Валерия Владимировна, Директор гимназии
 11.01.24 14:27 (MSK) Сертификат C8990A6F9DD5015CAC9CD6ED0B4AC74E

				ресурсы
Раздел 1. Я и школа 4 часа				
1	Введение в предмет. Понятие интуитивных, возможностей своего «я»	4	Игра «Я всё умею, всё могу» (выявление своих возможностей (темп, внимание, определение способа действий)). Игра-тренинг «Инопланетянин» (умения сравнивать и анализировать). Игра-тренинг «Моя школа». Игра-дискуссия «Школа будущего»	
Раздел 2. Я и мои цели 4 часа				
2	Что такое внимание? Что такое внимательность? Значение внимания и внимательности в жизни человека, влияние на успехи в учебе. Игровые задания: «Найди одинаковые предметы», «Найди игрушку», «Что это?», «Что появилось?», «Найди отличия», «Что потерялось?». Упражнения на внимание. Упражнения «от простого к сложному». Анализ произведения «Цветик-семицветик»	4	Игра-тренинг «Моё внимание». Игра-тренинг: «Я учусь у ошибки». Игра-тренинг «Карта моих желаний». Игра-дискуссия «Планирование»	
Раздел 3. Я и мои чувства 4 часа				
3	Что такое эмоции? Как связано поведение и эмоции? Какие бывают эмоции? Упражнения в эмоциональном реагировании (дикие и домашние животные). Назови животных, изобрази их. Упражнение в сознательном управлении своими эмоциями. Работа с плакатами «Как я справляюсь?» Задание «Рассмотри картинки и скажи, что на этих картинках изображено неправильно» Как управлять своими эмоциями? (правила) Всегда ли у вас бывает хорошее настроение?	4	Игра-тренинг «Мои эмоции». Игра-тренинг «Мое настроение»	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЯТСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ ГИМНАЗИЯ С
УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА", Вологжанина
Валерия Владимировна, Директор гимназии

11.01.24 14:27
(MSK)

Сертификат С0990AGF9DB5015CAC9CB6ED0B4AC74E

	Рассматривание фотографий, чем они отличаются? Почему бывает так грустно? Если тебе грустно, плохо, как ты себя ведешь? Если у твоего друга, плохое настроение, как ты это заметишь? Каким бывает лицо у этого человека? Как ты можешь поднять настроение?			
Раздел 4. Я и познание 4 часа				
4	Как научиться понимать? Упражнения «Интеллектика»	4	Игра-тренинг «Что? Где? Когда?». Игра-тренинг «Познайка»	
Раздел 5. Я в общении 4 часа				
5	Какие жесты не положены в обществе воспитанных людей? Инсценировка и анализ сказки Л. Мурра «Крошка Енот и тот, кто сидит в пруду». Инсценировка и анализ стихотворения Михалкова «Два барана»	4	Игра «Актер». Игра-тренинг, направленная на формирование вербального общения. Игра-тренинг, направленная на формирование невербального общения	
Раздел 6. Я и они 4 часа				
6	Определение понятия общения. Для чего нужно общение? Этапы умения хорошо слушать: услышать, понять и повторить. Признаки плохого умения слушать. Изображение (невербально), как слушаешь: приятеля, учителя. Упражнения «Телефон», «Повтори», «Инопланетянин», «Интервью», «Сидя, стоя» (на выбор), сказка - притча «Голова и хвост змеи». Волшебная палочка – это речь	4	Игра-тренинг «Я глазами других, правила общения со мной»	
Раздел 7. Я личность 4 часа				
7	Упражнения «Я умею... я могу... я знаю». Сочинение сказки о себе. Упражнение «Мир моих возможностей». Рисунок «Сад моей души», обсуждение	4	Игра-тренинг «Кто Я?» Игра-тренинг «Мой мир»	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЯТСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ ГИМНАЗИЯ С
УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА", Вологжанина
Валерия Владимировна, Директор гимназии

11.01.24 14:27
(MSK)

Сертификат C0990AGF9DB5015CAC9CB6ED0B4AC74E

	рисунков. Рефлексия			
Раздел 8. Я управляю собой 4 часа				
8	Рисование пиктограмм. Упражнения «Я планирую». Режим дня. Для чего он нужен? Карта желаний	4	Игра-тренинг «Мир эмоций». Игра-тренинг «Мой день». Игра-тренинг «Лесенка успеха»	
Раздел 9. Диагностика 2 часа				
9	Методика выявления самосознания «Кто я?». Методика «Почтальон». Письмо себе	2	Игра-дискуссия «Решение проблемных задач»	

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Я и школа 2 часа				
1	Упражнения на внимание, упражнения на составление алгоритма, плана. Мотивационные беседы	2	Игра-тренинг «Я школьник». Игра-тренинг «Мои ожидания»	
Раздел 2. Я и мои цели 2 часа				
2	Упражнения «Цель». Анализ рассуждение сказки. Составление карты желаний	2	Игра-тренинг «Как я справляюсь с трудностями». Игра-тренинг «Я помогу себе»	
Раздел 3. Я и мои чувства 2 часа				
3	Составление коллажа «Почему люди...» Упражнения «Не договариваясь, пойми меня...»	2	Игра-тренинг «Мир моих эмоций и чувств». Игра-тренинг «Чувства разные нужны»	
Раздел 4. Я и познание 2 часа				
4	Тренировочные игры и упражнения. Упражнения «Интеллектика»	2	Игра-тренинг «Я познаю»	
Раздел 5. Я в общении 2 часа				
5	Упражнения, анализ текста, речевые игры	2	Игра-тренинг «Пойми меня»	

документ подписан электронной подписью

ВОЛОГДСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЯТСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ ГИМНАЗИЯ С
УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА", Вологжанина
Валерия Владимировна, Директор гимназии

11.01.24 14:27
(MSK)

Сертификат: C8990A6F9DD5015CAC9CD6ED0B4AC74E

	Дружба. Анализ рассказов о дружбе		Игра-дискуссия «Мой друг». Игра-тренинг «Моё мнение - твоё мнение. Мы разные»	
Раздел 6. Я и они 2 часа				
6	Правила общения. Упражнения «Ситуации». Упражнения «Мои обязанности»	2	Игра-тренинг «В мире общения». Игра-дискуссия «Принятие решения»	
Раздел 7. Я личность 2 часа				
7	Игры упражнения: «Пойми меня» Мои возможности. Как помочь себе учиться? Анализ рассказов. Мотивационные беседы	2	Игра-тренинг «Кто Я?» Игра-тренинг «Я отличаюсь от других»	
Раздел 8. Я управляю собой 2 часа				
8	Упражнения на внимание. Сила воли. Обсуждение сказки «Сила волюшки». Эмоции. Какие они? Как я справляюсь с эмоциями? Игры-рассуждения	2	Игра-тренинг «Я учусь у ошибки»	
Раздел 9. Диагностика 1 час				
9	Диагностические задания по пройденному материалу. Заполнение рефлексивных листов	1	Игра-дискуссия «Решение проблемных задач»	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Я и школа 2 часа				
1	Упражнения-обсуждения «Из школьной жизни. Как научиться всему? Мои возможности»	2	Игра-тренинг: «Волшебный напиток или как я общаюсь в школе». Игра-тренинг «Я в школе»	
<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; font-size: small;"> <p>ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЯТСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ ГИМНАЗИЯ С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА", Вологжанина Валерия Владимировна, Директор гимназии</p> <p style="text-align: right;">11.01.24 14:27 Сертификат: C8990A6F9DD5015CAC9CD6ED0B4AC74E (MSK)</p> </div>				

Раздел 2. Я и мои цели 2 часа				
2	Рисунок «Я в будущем». Обсуждение своих возможностей и ценностей. Упражнение «Цель»	2	Игра-тренинг «Ценность своего Я» Игра-тренинг «Я всё смогу» Рефлексивное обсуждение	
Раздел 3. Я и мои чувства 2 часа				
3	Задачки обсуждения «Как справиться...»	2	Игра-тренинг «Мир моих чувств». Игра-дискуссия «Кораблекрушение»	
Раздел 4. Я и познание 2 часа				
4	Упражнения «Интеллектика». Мотивационные беседы	2	Игра-тренинг «В мире познания». Игра-тренинг «Я хочу учиться»	
Раздел 5. Я в общении 2 часа				
5	Понятие «Общение» Виды общения. Влияние на общение. Совместная деятельность, деятельность в команде. Понятие конфликт. Как вести переговоры. Решение конфликтных задач	2	Командообразующий тренинг. Игра-тренинг «Пойми меня»	
Раздел 6. Я и они 2 часа				
6	Составление анкеты «Я глазами других». Составление социограммы. Решение проблемных задач	2	Игра-тренинг «Я и другие»	
Раздел 7. Я личность 2 часа				
7	Положительные черты характера, какие они? Отрицательные черты характера, какие они? Как помочь себе учиться? Определение «Мотив». Анализ рассказов. Мотивационные беседы	2	Игра-тренинг «Я-реальное, я-идеальное». Игра-дискуссия «Я личность»	
Раздел 8. Я управляю собой 2 часа				
8	Упражнения: «Мои возможности». Упражнения, направленные	2	Игра-тренинг «Как я справляюсь с трудностями»	

	формирование продуктивных способов эмоционального реагирования			
Раздел 9. Диагностика 1 час				
9	Диагностические задания по пройденному материалу. Заполнение рефлексивных листов	1	Игра-дискуссия «Решение проблемных задач»	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЯТСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ ГИМНАЗИЯ С
УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА",** Вологжанина
Валерия Владимировна, Директор гимназии

11.01.24 14:27
(MSK)

Сертификат C8990A6F9DD5015CAC9CD6ED0B4AC74E

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я». Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. Москва, «Генезис», 2008.

Овчарова Р.В. «Практическая психология в начальной школе», Москва, «Сфера», 2001.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЯТСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ ГИМНАЗИЯ С
УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА",** Вологжанина
Валерия Владимировна, Директор гимназии

11.01.24 14:27
(MSK)

Сертификат C8990A6F9DD5015CAC9CD6ED0B4AC74E