

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №184 с углубленным изучением отдельных
предметов М.И. Махмутова» Советского района
города Казани

Принято
Педагогическим советом
Протокол от 15.08.21 № 1



Утверждаю
директор школы

Э.М. Салахова

Введено приказом № 152 от 09 08 20 21 г.

Программа
внеурочной деятельности «Я познаю себя»
для 3-го класса (1 час в неделю, 35 часов в год)
Направление: спортивно-оздоровительное
Составитель: учитель первой квалификационной категории Агъзамова А.Х.

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Я познаю себя» поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления.

Основная цель программы: формирование позитивного отношения к себе и школе.

Основные задачи:

- Формирование психологического здоровья.
- Воспитание нравственных чувств и этического сознания.
- Формирование позитивное отношение к своему «Я».
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
- Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
- Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
- Развитие навыков социального поведения.
- Знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями поведения.
- Создание возможностей для самовыражения.
- Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
- Развитие способности ребенка к эмпатии, сопереживанию.
- Формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных навыков.
- Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
- Развитие познавательной мотивации.
- Раскрытие творческого потенциала.

Актуальность программы состоит в том, что в современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека, во взаимодействии с окружающим миром. Учащиеся разного возраста пытаются как-то разобраться в самих себе. Но их интерес к самопознанию превышает их возможности познать себя, так как никакими сведениями о богатстве или бедности внутреннего мира, о психологических особенностях человека они не располагают. Отсюда неадекватные способы познания себя и других, неудовлетворенность этим познанием, неопределенность в оценках, самооценках, намерениях и т. д.

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.

Личностные результаты освоения курса:

У выпускника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
 - широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
 - учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
 - ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
 - способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
 - ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
 - знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
 - развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
 - эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
 - установка на здоровый образ жизни;

Выпускник получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;

1-2	Умение владеть собой 9 (ч)	Я - третьеклассник	2	Дискуссия	Игровая деятельность		
3-4		Кого можно назвать фантазером?	2	Лекция	Познавательная деятельность		
5-6		Я умею фантазировать!	2	Конкурс	Игровая деятельность		
7-8		Что значит быть хозяином своего «Я»?	2	Беседа	Проблемно-ценностное общение		
9		Мои сны	1	Просмотр и обсуждение рисунков	Художественное творчество		
10-11	Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений 6 (ч)	Я умею сочинять	2	Лекция	Познавательная деятельность		
12-13		Мои мечты	2	Беседа и рисование	Художественное творчество		
14-15		Фантазии и ложь	2	Лекция	Проблемно-ценностное общение		
16	. Культура общения 11 (ч)	Я и моя школа	1	Экскурсия	Туристическо-краеведческая деятельность		
17		Что такое лень?	1	Беседа	Проблемно-ценностное общение		
18		Я и мой учитель	1	Беседа и рисование	Художественное творчество		
19		Как справляться с «Немогучками»?	1	Подготовка спектакля	Игровая деятельность		
20		Я и мои родители	1	Беседа и рисование	Художественное творчество		
21		Я умею просить прощение!	1	Подготовка спектакля	Проблемно-ценностное общение		
22		Почему родители наказывают своих детей?	1	Лекция	Проблемно-ценностное общение		
23		Настоящий друг	1	Праздник	Досугово-развлекательная деятельность		
24		Умею ли я дружить?	1	Подготовка спектакля	Игровая деятельность		
25		Трудности в отношениях с друзьями	1	Дискуссия	Проблемно-ценностное общение		
26	Ссора и драка	1	Лекция	Проблемно-ценностное общение			

27-28	Что такое сотрудничество? 9 (ч)	Что такое сотрудничество?	2	Работа по уборке кабинета	Игровая деятельность		
29-30		Я умею понимать другого	2	Конференция с рисунком	Художественное творчество		
31-32		Я умею договариваться с другими	2	Помощь школьному библиотекаря	Игровая деятельность		
33		Мы умеем действовать сообща	1	Соревнования	Спортивно-оздоровительная деятельность		
34		Что такое коллективная работа?	1	Соревнования	Игровая деятельность		
35		Итоговое занятие	1	Дискуссия	Познавательная деятельность		

В данном документе
пронумеровано, прошито и скреплено
печатью _____ листов
Директор школы: *Э.М. Салахова*

