

Рабочая программа разработана на основе программы курса «Жизненные навыки. Уроки психологии в третьем классе» под редакцией С.В.Кривцовой. Данный курс рассчитан на 34 часа.

*Основная цель:*

* развитие эмоционального интеллекта детей и социальных компетенций.

*Основные задачи данного курса:*

* 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.

**Общая характеристика курса**

Программа «Жизненные навыки» поддерживающая и развивающая, направлена на развитие эмоционального интеллекта детей, темами уроков выбраны личные проблемы детей данного возраста, решение которых требует от ребенка навыков обращения с чувствами.

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. Метод, применяемый для получения знаний в этой области, - это самопознание, проживание изучаемых феноменов. Занятия проходят в форме психологического тренинга.

**Описание места данного курса в учебном плане**

Программа рассчитана на один год при одном уроке в неделю. Занятия проводятся в рамках внеурочного компонента в малых группах (половина класса). Каждая тема укладывается в один урок. Занятия сгруппированы в четыре самостоятельных блока, по принципу один модуль - одна четверть.

**Описание ценностных ориентиров**

Основная идея курса: создание психологически безопасной среды для ребенка, где его чувства и потребности имеют первостепенное значение; формирование чувства ответственности, совести и самоуважения, уважения к окружающим.

**Содержание программы «Жизненные навыки». (32ч.)**

Тема 1. «Дом моей души: забота о теле – забота о себе». 8 часов.

Знакомство со своим телом. Осознание того, как мы воспринимаем мир. Создание условий для развития децентрации, через «примеривание» на себя роли слепого человека. Сравнение движений совершенных и только формирующихся. Формирование заботливого отношения к своему телу.

Тема 2. «Праздники. Ценности и радости». 8 часов.

Размышление о том, что помогает создать праздничное настроение. Создание календаря ожидания Нового года с сюрпризами. Знакомство с правилами этикета. Знакомство с ритуалами празднования и историей возникновения некоторых праздников.

Тема 3. «Отношения с другими». 9 часов.

Формирование навыка видения ситуации с позиции другого человека. Решение конфликтов. Сотрудничество. Формирование предпосылок для партнерской позиции, формирование процесса занятия собственной позиции.

Тема 4. «Отношения с собой. Мое достояние». 7 часов.

Описание ценностной сферы личности. Осознание собственных жизненных ценностей. Разговор о том, что для меня важно, что я люблю, что я готов отстаивать. Предпосылки для формирования Я-концепции.

**Результаты освоения курса «Жизненные навыки» на конец учебного года**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Личностные результаты освоения курса*** | ***Метапредметные результаты освоения курса*** |
| *Учащиеся получат возможность научиться:*  нести ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о  нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;  развивать этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;  уважительно относиться к иному мнению, других истории и культуре народов;  применять начальные формы познавательной  и личностной рефлексии. | *Учащиеся могут научится:*  сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликты и находить выходы из  спорных ситуаций;  планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;  понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;  слушать собеседника и вести диалог; признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою. |
| *Учащиеся научатся:*  видеть разнообразие ценностей, быть толерантными к ценностям других;  умению посмотреть на себя глазами другого человека. | *Учащиеся будут знать:*  социально-приемлемые способы поведения;  как договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| 1 | 1 | Вводное. Какой Я ? |
| 2 | 2 | Строим тело. |
| 3 | 3 | Как я воспринимаю мир. Изучаем руки. |
| 4 | 4 | Я умею двигаться. |
| 5 | 5 | Забота о теле – забота о себе. |
| 6-7 | 6-7 | Портрет в полный рост. |
| 8 | 8 | Завершающее |
| 9 | 9 | Любимый праздник. |
| 10 | 10 | Как просто делать подарки! |
| 11 | 11 | Дорога к празднику. |
| 12 | 12 | Бесконечный праздник. |
| 13 | 13 | Радости и ценности. |
| 14 | 14 | Я готовлюсь к празднику. |
| 15 | 15 | Праздник. Ожидание праздника. |
| 16 | 16 | Заключительное. |
| 17 | 17 | Карта отношений. |
| 18 | 18 | Отношения, которые мне нравятся. |
| 19 | 19 | Что я знаю о другом. |
| 20 | 20 | Планеты и орбиты. |
| 21 | 21 | Взаимодействие. |
| 22 | 22 | Путешествие на космическом корабле. Подготовка к полету. |
| 23 | 23 | Полет на космическом корабле. |
| 24 | 24 | Такие разные отношения. |
| 25 | 25 | Заключительное. |
| 26 | 26 | Мое достояние. |
| 27 | 27 | Кто Я? Мой стиль. |
| 28 | 28 | Я глазами других. Уважение к чужому достоянию. |
| 29 | 29 | Самое ценное. |
| 30 | 30-31 | Фестиваль знаний. |
| 31 | 32-34 | Заключительное. |