

Автономное общеобразовательное учреждение  
муниципального образования г.Долгопрудного  
физико-математический лицей № 5  
(АОУ ЛИЦЕЙ № 5)

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

ГМО педагогов-психологов

 Т.В.Иванова

« 25 » августа 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор АОУ лицея №5  
 Н.П.Маринина  
« 01 » сентября 2017 г.



# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности «Солнышко»  
(духовно-нравственное направление)  
1-е классы

Составитель: педагог-психолог  
Козлова Мария Николаевна

2017-2018 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Начало обучения в школе совпадает с интенсивным психическим развитием. Идет формирование познавательной деятельности, развиваются произвольное внимание, различные виды памяти, словесно-логическое мышление. В разных видах деятельности развивается мелкая моторика руки, что позволяет овладевать основами красивого письма. Высокая эмоциональность первоклассников способствует преобладанию произвольных реакций. Но ученики уже могут сознательно управлять своим поведением, подчиняться необходимым требованиям – развивается произвольность и эмоционально-волевое регулирование. Поддержка мотивации идет через развитие любознательности и поддержание успеха ребенка. В младшем школьном возрасте у детей активно происходит формирование внутреннего плана действий, начинает развиваться способность к рефлексии.

Современные первоклассники существенно отличаются от своих сверстников, которые приходили в школу еще 5-10 лет назад. Сближение уклада дошкольной и школьной жизни детей (подготовка к школе и обучение в школе) влечет снижение учебной мотивации и социальный инфантилизм. Отмечается большая информированность, достаточно высокий уровень развития познавательных процессов, мыслительных операций, но недостаточный уровень эмоционально-волевой регуляции, контроля над своими эмоциями и поведением, рост фонетических проблем у поступающих в школу детей. В то же время современный ребенок, как и дети – их сверстники прошлых веков обладают тем же важнейшим нравственным качеством, которое определяется как духовное основание личности. Это – качество любви: любви к ближним, способности к сопереживанию, доброте, чуткости, сочувствию.

Проблема адаптации первоклассников к школе является актуальной для всей системы образования. Приходя в школу, попадая в новую для себя ситуацию, практически все дети переживают и волнуются. Выражается это по-разному: одни стараются привлечь к себе внимание и действительно привлекают его своей подвижностью и не всегда оправданной активностью, другие, наоборот, как будто замирают, говоря тише, чем обычно, с трудом вступают в контакт с другими учениками и учителем. При всем многообразии различных проявлений поведения детей в период адаптации, можно сказать, что все первоклассники в этот нелегкий для них период нуждаются в помощи и поддержке со стороны взрослых – учителя, родителей, психолога.

Чтобы помочь ребенку адаптироваться к условиям школы, интегрироваться в коллектив, мы использовали опыт программ адаптации к школе (Пилипко Н.В., Громова Т.В., Чибисова М.Ю. Здравствуй школа! Адаптационные занятия с первоклассниками, под ред. Н.В.Пилипко. Москва, УЦ «Перспектива», 2015 г.) и программ изучения духовно-нравственной культуры и нравственного воспитания детей (Осадчая О.О. Духовно-нравственная культура, 1-й год обучения: Учебно-методическое пособие.- СПб, Троицкая школа, 2007 г.; Шевченко Л.Л. Добрый мир. Православная культура для малышей. Методическое пособие. – М.: Центр поддержки духовно-исторических традиций Отечества, 2011 г.)

При этом адаптационно-психологический компонент, с которого и начинается программа, в процессе ее освоения получает основу, фундамент в виде духовно-нравственных знаний и ценностей православного христианства. Занятия внеурочной деятельностью помогут создать условия для благоприятной адаптации ребенка в школе, обеспечить его дальнейшее благополучное развитие, обучение и воспитание путем развития нравственных качеств детей и формирования в ученической среде доброжелательной атмосферы. Обучают детей не только правилам школьной жизни, но и принципам устройства добрых человеческих отношений, ценностям труда, милосердия, взаимопомощи, на которых веками строилось воспитание. Именно духовно - нравственная культура даёт возможность познакомить школьников с ценностями христианской морали, основанной на традиционном понимании нравственности как благоговения, согласия с абсолютными законами правды, достоинством, долгом, совестью, честью гражданина Отечества.

Курс называется «Солнышко», так как солнце - это понятный и доступный для детского восприятия символ добра и заботы обо всем живом, тепла и любви, радости и цельности. Использование этого названия дает возможность объединить духовно-нравственный и адаптационно-психологический компонент содержания курса, призванного научить маленького человека добрым человеческим отношениям.

В канву занятий включены упражнения на развитие конструктивного взаимодействия в системе «Учитель-ученик» и «ученик-ученик», упражнения на изменение отношения детей к правилам поведения в школе, упражнения на развитие рефлексивной позиции, внимательного отношения детей друг к другу, а также упражнения на снижение уровня школьной тревожности и повышение самооценки.

В процессе занятий учащиеся первых классов обучаются навыкам ведения диалога, слушания собеседника, конструктивным способам привлечения внимания, у них воспитывается уважение и интерес к личности другого человека, развитие рефлексивной позиции. Кроме того, у учащихся происходит осознание и принятие правил поведения в школе, на уроке, по отношению к различным людям, а также снижение школьной тревожности и повышение самооценки.

### **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

**Основной целью программы «Солнышко»** в 1-м классе является помощь детям в адаптации к школе, что подразумевает развитие саморегуляции детей, предупреждение и снижение тревожности на основе духовно – нравственного и эстетического развития личности, а также помощь учителю в создании условий, способствующих сплочению коллектива первоклассников.

#### ***Задачи занятий внеурочной деятельностью по курсу «Солнышко»***

##### ***Адаптационного блока:***

- Создание условий для обеспечения эмоционального комфорта, чувства защищенности у первоклассников при вхождении в школьную жизнь.
- Формирование положительного отношения к правилам поведения в школе.
- Развитие эмоциональной и коммуникативной сфер личности первоклассников, умения слушать.
- Обеспечение ситуации успеха, принятия для каждого ребенка.
- Создание условий для проявления индивидуальных особенностей детей.
- Развитие навыков сотрудничества, доверительного отношения друг к другу.
- Сплочение классного коллектива посредством организации коллективных творческих дел «Первоклассное путешествие» и «Составление карты Тридесятого царства».

##### ***Духовно-нравственного блока:***

- Формирование понятий «добра и зла» на примерах русских народных сказок и художественной литературы.
- Развитие нравственного чувства сопереживания, чувства ответственности за другого человека, чувства благодарности, уважения к старшим.
- Развитие умения взаимодействовать с окружающим миром людей и природы в соответствии с нормами христианской и гуманистической морали.
- Развитие эстетического восприятия и чувства прекрасного, способности к образному восприятию текстов, сопереживанию героям.
- Развитие художественных представлений и понятий о православной культуре, навыков художественной деятельности.
- Воспитание любви к Родине, уважения к ее истории и традициям.
- Совместное празднование (с участием детей, других педагогов, родителей) основных православных праздников: Пасхи и Рождества.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ, СПОСОБЫ КОНТРОЛЯ И ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

**Ожидаемый результат:** благоприятное течение адаптации первоклассников к обучению в школе, помощь в установлении межличностных отношений «ребенок-взрослый» и «ребенок-ребенок», основанных на уважении, эмпатии, принятии и доверии друг к другу, улучшение взаимодействия, сотрудничество и развитие групповой сплоченности.

**Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:** сохранение физического, психического и социального здоровья; установление контакта с одноклассниками и педагогами; овладение навыками учебной деятельности и работы в классе; воспитанность, нравственное поведение; минимизация поведенческих нарушений.

### ***Личностные результаты:***

- духовно-нравственное развитие и воспитание детей посредством приобщения к традиционным духовным ценностям России;
- понимание значимости нравственных идеалов и моральных норм для жизни человека, семьи, общества;
- эмоционально-положительное отношение к школе;
- формирование основополагающих морально-нравственных идеалов, ценностей и норм, обеспечивающих осознанный нравственный выбор;
- осознанное положительное представление о качествах хорошего ученика, хорошего человека (мальчика или девочки) и стремление вести себя в соответствии с ним;
- пробуждение интереса к самопознанию и саморазвитию, самооценке и взаимооценке;
- ориентация в нравственном содержании и смыслах собственных поступков и поступков окружающих людей;
- развитие этических чувств как регуляторов морального поведения;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие начальных форм регуляции своих эмоциональных состояний, навыков самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- интеграция личности в национальную и мировую культуру.

### ***Метапредметные результаты:***

- развитие познавательной и коммуникативной сферы как основ успешного обучения в школе;
- определять и формулировать с помощью учителя цели и задачи учебной деятельности и способы ее осуществления;
- уметь осуществлять с помощью учителя или родителей информационный поиск для выполнения учебных заданий;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- овладение навыками смыслового чтения и образного восприятия текста, извлечения с помощью учителя необходимой информации из литературного текста, иллюстрирование прочитанного собственными рисунками;
- умение работать в паре или группе;
- умение строить речевое высказывание в устной форме;
- учиться распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- допускать возможность существования у людей разных точек зрения и права каждого иметь свою;
- излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий

***В результате занятий внеурочной деятельностью по курсу «Солнышко» в 1-ом классе обучающиеся научатся:***

- понимать значение нравственных норм для жизни человека, семьи, общества;
- поступать в соответствии с нравственными принципами, нормами и ценностями, принятыми в обществе, уметь делать нравственный выбор;
- принимать социальную роль школьника, определять для себя личностный смысл учения;
- понимать необходимость стремления к саморазвитию, совершенствованию в учебе и жизни;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в различных учебных и социальных ситуациях;
- слушать собеседника и вести диалог;
- формулировать и аргументировать собственную точку зрения;
- владеть навыками смыслового чтения и образного восприятия текста;

***К концу обучения в 1 классе обучающиеся получают возможность научиться:***

- Соотносить нормы своего поведения с нравственными нормами отечественной культурной традиции, поступать согласно голосу совести;
- Ответственно относиться к учению;
- Уважительному и доброжелательному отношению к одноклассникам и педагогам, другим людям, их мнению, мировоззрению, культуре;
- Развивать рефлексивные способности, совершенствовать свои познавательные способности и учебные умения;
- Основам самоконтроля и эмоционально-волевого регулирования в общении и деятельности;
- Коммуникативной компетентности, сотрудничеству со сверстниками и взрослыми;

***Способы проверки*** планируемых результатов: - индивидуальные беседы; - фронтальный опрос; - оценивание результатов творческой деятельности учащихся; - собеседование.

***Формы подведения*** итогов реализации программы по внеурочной деятельности: рабочая тетрадь как своеобразное нравственно-психологическое портфолио первоклассника, выставки рисунков, поделок, коллективные творческие дела, совместные праздники.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Основное содержание программы внеурочной деятельности «Солнышко» складывается из четырех разделов:

1. **Здравствуй, школа!** – 9 часов: Знакомство первоклассников друг с другом и с учителем, усвоение школьных правил и норм, умение работать в паре и сообща.
2. **Уроки народной мудрости** – 7 часов. Знакомство первоклассников со сказками – как народной мудростью, умение искать смысл сказок, анализировать их, делать выводы для своего поведения.
3. **Добрый мир. Уроки нравственности** – 11 часов. Изучение основ духовной культуры как доброго мира, в котором разумно организованы отношения заботы, любви, милосердия, взаимопомощи, радости.
4. **Устроение отношений в нашей жизни** – 7 часов. Как живет человек в семье, как относится к Родине, к природе, к животным, зачем ходит в храм, как празднует праздники.

Необходимое время для освоения программы внеурочной деятельности «Солнышко» в 1 классе- 34 часа, из расчета 1 час в неделю.

Отбор содержания программы произведен в соответствии с культурологическим принципом, позволяющим всем детям, независимо от национально-культурной и конфессиональной принадлежности, познакомиться с традиционной духовно-нравственной

культурой России. Программа обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих задач образования первоклассников, преемственность с задачами развития личности, поставленными в образовательных стандартах на этапах дошкольного и школьного детства.

С учётом культурологической направленности предмета, а так же его воспитательных возможностей ведущими принципами при решении учебных и воспитательных задач являются принципы опоры на положительное в ребёнке и принцип воспитывающего характера обучения.

Особенностью внеурочной деятельности по курсу «Солнышко» является использование метода диалога, игровых заданий и психологических упражнений, обсуждения и дискуссионного общения, позволяющего детям освоить нравственно-этические нормы, доминирующие в российском обществе. При организации взаимодействия со школьниками используются следующие виды деятельности: игровая, исследовательская, проектная, изобразительная, предметная, коммуникативная.

В процессе реализации программы используются педагогические методы и приемы, повышающие познавательную активность учащихся, способствующие установлению связи между разными видами деятельности и направленные на повышение эмоциональной активности детей при усвоении знаний. Виды деятельности учителя и учащихся на уроке: рисование, игры, чтение, сочинение сказок и рассказов, лепка, слушание музыки и рассказа учителя, обсуждение, уроки на природе, экскурсии, проведение праздников.

Психологическое обеспечение включает в себя следующие составляющие: – создание позитивной, доброжелательной атмосферы занятий; – обсуждение и использование примеров реального жизненного опыта учащихся; – разбор проблемных ситуаций на нейтральных примерах библейских персонажей, сказочных героев; – использование различных форм обучения (индивидуальные, парные, групповые задания, игры и упражнения).

## УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Кол-во ч.
	<b>«Здравствуй школа»</b>	<b>9</b>
1-2	Знакомство. Расскажи о себе.	2
3	Я учусь в лицее!	1
4	Правила школьной жизни.	1
5	Школьный распорядок: расписание и режим дня.	1
6	Мы разные - это здорово!	1
7	Учимся работать дружно.	1
8-9	Первоклассное путешествие (урок-игра)	2
	<b>Уроки народной мудрости</b>	<b>7</b>
10	Тепло и уют родного дома	1
11	Сказка «Царевна-лягушка» Послушание и своеволие.	1

12	Сказка «Сивка-бурка». Отец и сын.	1
13	Сказка «Иван - крестьянский сын». Где счастье живёт?	1
14	Сказка «Иван Царевич и серый волк». Как жить по правде?	1
15-16	Добрым молодцам урок (КТД)	2
	<b>Добрый мир. Уроки нравственности</b>	<b>11</b>
17	Красота и радость зимы. Зимние праздники.	1
18	Светлый праздник Христова Рождества.	1
19	Традиции праздника на Руси. Святки и колядки.	1
20	Учимся мудрости.	1
21	Что такое хорошо и что такое плохо?	1
22	За добрые дела - всегда похвала.	1
23	От сердца к сердцу. О милосердии, любви, заботе.	1
24	Будь послушным. Трудись.	1
25	Не спорь. Прости.	1
26	Будь скромным. Не хвастайся.	1
27	Будь честным. Не бери чужого.	1
	<b>Добрый мир. Устройство отношений в нашей жизни</b>	<b>7</b>
28	Какого цвета праздник Пасхи?	1
29	Наши меньшие друзья.	1
30	Нет Родины нашей милее и краше.	1
31	Родина и ее богатыри.	1
32	Моя семья и я.	1
33	Православный храм.	1
34	Выручай-ка или чему мы научились.	1

## ЛИТЕРАТУРА:

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. «Психологическая азбука», М.: изд-во «Генезис», 2014.
2. Добрый мир. Православная культура для малышей. Методическое пособие. М, 2011.
3. Добрый мир. Православная культура для малышей. Методическое пособие для педагогов, специалистов системы дошкольного образования. (Из опыта работы педагогов дошкольных образовательных учреждений Московской области по программе «Добрый мир»)/ Редактор-составитель Л.Л.Шевченко.- М.: Центр поддержки культурно-исторических традиций Отечества, 2015
4. Здравствуй, школа! Адаптационные занятия с первоклассниками, под. ред. .В.Пилипко. Москва, УЦ «Перспектива», 2015 г.
5. Кривцова С.В. «Жизненные навыки. Уроки психологии в 1 классе». М., изд-во «Генезис», 2002.
6. Мищенко Л.В. Уроки нравственности, или «Что такое хорошо и что такое плохо»: Рабочая тетрадь для 1 класса (в 2-х частях).-М.: Издательство РОСТ,2013.
7. Осадчая О.О. Духовно-нравственная культура, 1-й год обучения: Учебно-методическое пособие.- СПб, Троицкая школа, 2007.
8. Осадчая О.О. Духовно-нравственная культура. 1-й год обучения. Учебная тетрадь.- СПб: Троицкая школа, 2007.
9. Стрелкова Л.П. Уроки сказки. \_ М.: «Педагогика», 1989.
10. Уроки нравственности, или «Что такое хорошо и что такое плохо»: Методическое пособие.1 класс./ Л.В.Мищенко. –М.: Издательство РОСТ, 2013.
11. Шевченко Л.Л. «Добрый мир. Православная культура для малышей. Часть 2 Хорошо-плохо. Часть 3. Семья. Родина. Православный храм. Наши меньшие друзья. М.: Центр поддержки культурно-исторических традиций Отечества, 2012.