

Муниципальное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
«Николаевская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена и рекомендована  
Педагогическим советом  
МБОУ «Николаевская СОШ»  
протокол № 1 от 30.08.2013

Утверждена приказом директора  
МБОУ «Николаевская СОШ»  
№ 1 от 30.08.2013

\_\_\_\_\_ Л.И. Иванова

***Программа  
развития личности  
школьников***

на 2010-2014 годы

## Программа личностного развития учащихся 1-11-х классов МБОУ «Николаевская СОШ»

Программа состоит из трех этапов.  
Форма проведения - классные часы общения.

I этап. Возрастной уровень 1-4-й классы. **«Уроки психологического здоровья».**  
**Цель:** научить детей говорить о себе, говорить о чувствах, мыслях и поступках.

II этап. Возрастной уровень 5-8-й классы. **«Уроки общения».**  
**Цель:** пробудить у учащихся интерес к проблемам общения, способствовать усвоению культуры общения с окружающим миром.

III этап. Возрастной уровень 9-11-й классы. **«Мир общения»** - курс социальной поддержки.  
**Цель:** способствовать адаптации учащихся в социуме.

Классы	№ урока	Тематика классных часов
1	2	3
1-4 кл.	<b>1 цикл: «Я расту, я развиваюсь».</b>	
	1	Какой я и все остальные?
	2	Что такое здоровье?
	3	Зачем человеку здоровье?
	<b>2 цикл: «Режим и как его соблюдать»</b>	
	4	Мой режим дня.
	5	Сделал дело- гуляй смело.
	6	Зачем человек спит?
	7	Нам снятся сны
	<b>3 цикл: «Душа- это мой внутренний мир».</b>	
8	Умей делать добрые поступки.	
9	Чем сердиться- лучше помириться.	
10	Какой я? Чем я отличаюсь от других?	
	<b>1 цикл: «Мой мир общения».</b>	
	1	Что такое общение?
	2	Правила общения.
	3	Общение со сверстниками.
	4	Общение с природой.
	5	Давайте пообщаемся?
	<b>2 цикл: «Умей помочь себе».</b>	
6	Возможности самовоспитания.	
7	Как составить программу и план самовоспитания.	

5-8 кл.	8	Как научиться познавать себя.	
	9	Как научиться управлять собой?	
	10	Приемы развития внимания, памяти	
	3 цикл: «Давайте поговорим»		
	11	Общение и речь. Как правильно говорить?	
	12	Стили речи	
	13	Стили речи.(работа в ролях).	
	14	Интонация речи	
	4 цикл: «О красоте, добре и зле»		
	15	Доброжелательность	
	16	Достоинство, милосердие	
	17	Дари добро	
	5 цикл: «Как научиться быть вежливым?»		
	18	Поведение. Как мы себя ведем?	
	9-11 кл.	1 цикл : «Мой внутренний мир»	
		1	Знакомство с группой
		2	Правила жизни в группе.
		3	Эмоции и чувства, возникающие у людей.
4		Черты характера людей.	
5		Привычки и любимые занятия.	
2 цикл: «Я и окружающий мир».			
6		Умение слушать.	
7		Навыки общения с людьми.	
8		Умение вести разговор.	
9		Уверенное и неуверенное поведение.	
10		Умение сказать человеку правду.	
11		Конфликт.	
12		Как вести себя в конфликтной ситуации и справляться с агрессией?	
13		Что такое проблема? Мозговой штурм.	
14	Умение сказать «нет!».		
15	Итоговое занятие.		

### Краткое описание занятий

**I этап. Возрастной уровень 1-4-й классы «Уроки психологического здоровья».**

I цикл: «Я расту, я развиваюсь». В данный цикл входят 3 занятия. Основная их цель - организовать детей на совместную работу, научить вступать в контакт друг с другом и незнакомыми людьми. Занятия можно начать с игры

«Знакомство» или «Давайте познакомимся», на котором ребенок не только называет свое имя, но может рассказать что-то о себе, о своем любимом занятии, о своем настроении. Желательно, чтобы во время занятий был какой-то «волшебный» вспомогательный элемент, например игрушка или цветок, так как данный возраст - это время веры в волшебство, в сказку.

II цикл: «Режим и как его соблюдать». В него входят 4 занятия. Цель данного цикла - развитие у детей представлений о времени, о том, что существует определенный ритм жизни, в котором всему есть свое место. Важно научить ребенка правильно распределять время на работу и отдых, показать роль сна в жизни человека. Имеет смысл провести игру «Мой режим дня», итогом которой может стать составление оптимального режима, исходя из условий обучения в школе и посещения учреждений дополнительного образования.

На этих занятиях можно, кроме игры, использовать элементы рисования. Например, ребятам предлагается задание «Нарисуй свое утро» или «Нарисуй свой режим дня», после чего организуется совместное обсуждение нарисованного. Позднее можно провести беседу о личной гигиене. Основным акцентом при этом делается на рассказы и высказывания детей. Педагог-психолог или учитель только наводящими вопросами помогает ученикам, не забывая поблагодарить ребенка за его высказывание.

III цикл: «Душа - мой внутренний мир». На данный цикл возможно запланировать различное количество занятий. Цель занятий - научить детей понимать свои чувства, желания, настроение, уметь контролировать эмоции. На занятиях этого цикла возможно активное использование рисунков, например «Мое настроение» или «Рисуем добрые и злые чувства». Детям стоит предложить составление схемы, по которой можно рассказать о настроении человека. Имеет смысл обсудить такие вопросы, как: «От чего зависит настроение человека и как оно проявляется?» Ученикам начальных классов очень нравится рисовать карту «Волшебной страны Счастья». На ней показываются чувства и эмоции человека, которые позволяют ему быть счастливым.

## **II этап. Возрастной уровень 5-8-й классы «Уроки общения».**

На первом занятии целесообразно проведение диагностики, направленной на изучение положения личности в коллективе, например социометрической процедуры. Также имеет смысл изучить самооценку и эмоциональное состояние ребят в процессе обучения (диагностика восприятия личности учителя, изучаемых предметов и собственного настроения на уроках).

I цикл: «Мой мир общения». Основная направленность всех занятий с данной возрастной группой детей - помочь осознать образ своего «Я» (реального и идеального). Для того чтобы приблизить «Я» реальное к «Я» идеальному, нужно научиться общаться с окружающим миром. В ходе занятий рассказывается об

эффективности общения, ребятам предлагается провести самостоятельное наблюдение того или иного вида общения в окружающей их обстановке, проанализировать, что помогало, а что мешало общаться.

Можно предложить классу разработать свой кодекс общения или правила общения. Начать можно с выработки правил общения на данном занятии, а если они хорошо усвоятся, то обсудить возможность их применения в школьной и внешкольной жизни. Имеет смысл провести диспут на тему: «Что такое хороший друг?»

II цикл: «Умей помочь себе». Основная цель этих занятий - развитие навыков самовоспитания. Возможно предложить написать мини-сочинение на тему «К чему я стремлюсь» или «Мой идеал», после чего провести обсуждение написанного с переходом на составление программы саморазвития. Ребята выделяют желаемое качество и оценивают, что им мешает, а что может помочь выработать его в себе. Затем они ранжируют по степени значимости мешающее и способствующее и определяют этапы работы над развитием желаемого качества.

III цикл: «Давайте поговорим». Цель занятий - научить ребят грамотно высказывать свои мысли, помочь им осмыслить роль языка в общении. Совместное или ролевое проигрывание ситуаций («Где говорим, как говорим, о чем говорим»), анализ разных речевых интонаций (прочтение одного и того же текста в разных интонациях). Целесообразно предложить учащимся понаблюдать за манерой разговора на улице, в транспорте и в других общественных местах, выделить, что является общим и что отличает речь людей в разных местах и ситуациях. Обсудить, чего может добиться человек, меняя интонацию голоса, подбирая выражения.

IV цикл: «О красоте, добре и зле» и V цикл «Как научиться быть вежливым?». Эти блоки можно объединить под общим девизом «Дари добро». Возможны различные формы проведения занятий. Например, в 8-м классе это «Фестиваль добра», на котором организуется командная работа ребят по представлению сюжетных постановок на темы добра и зла с последующим обсуждением того, что чувствовали учащиеся при показе добрых дел и что испытывали при демонстрации злых.

### **III этап. Возрастной уровень 9-11-й классы «Мир общения».**

На данном этапе возможен переход на индивидуальные формы работы, если подростки не желают работать в группе. На первом занятии необходимо выработать свои правила поведения в ходе дальнейшей работы. Не страшно, если они не сразу будут выполняться. В ходе каждого занятия их можно уточнять, рассматривать возможность применения в различных жизненных ситуациях. При изучении эмоций и чувств ребятам можно предложить выполнить упражнение: «Покажи эмоцию и передай свои чувства». Для этого нескольким группам дается

задание по очереди показать ту или иную эмоцию или чувство, после чего проводится совместное обсуждение проблемы: «Какую эмоцию легче передать, а с какой труднее справиться и почему?»

На занятиях по конфликтологии можно разыграть конфликтные ситуации, предварительно предложив учащимся самостоятельно смоделировать их. Задача ребят - показать этапы решения конфликта, описать свои эмоции в процессе конфликтной ситуации и способы контроля над ними. Цель таких занятий - выявление особенностей поведения человека в конфликте и способов его разрешения.

Для занятий с данной возрастной группой лучше использовать ролевые игры, в которых есть участники и зрители. После проигрывания проводится обсуждение впечатлений от игры, которое позволяет научить подростка рассуждать, аргументировано доказывать свою точку зрения.

Целесообразно также проведение различных коммуникативных игр. Приведу пример одной из них. Игра называется «Глаза в глаза». Один участник («водящий») выходит в центр круга и закрывает глаза. Все остальные стоят за его спиной. Кто-то дотрагивается до «водящего», после чего все занимают свои места. «Водящий» открывает глаза и поворачивается к присутствующим. Цель игры заключается в следующем: всем присутствующим, кроме дотронувшегося, необходимо глазами показать, что они не трогали «водящего». Тот же, кто дотрагивался, наоборот, должен глазами дать понять, что это именно он и сделал. «Водящий» идет по кругу и смотрит каждому в глаза, при этом взгляд отводить нельзя. «Водящему» надо угадать человека, который дотронулся до него. После окончания игры участники обсуждают свои чувства и эмоции, которые испытывали, когда играли. Они оценивают, что было труднее - выразить глазами свое неучастие или определить по глазам того, кто дотронулся. В ходе этой игры вырабатывается умение налаживать зрительный контакт, понимать переживания другого по его взгляду.