

УТВЕРЖДАЮ:
Директор КГБОУ
«Сосновоборский детский дом»

_____ Матвеева О.С.

Протокол педагогического совета
от «___» _____ 2009 г. № ____

программа

Развитие рефлексивного сознания и навыков волевой регуляции воспитанников (1-4 класс)

воспитатель I кв. кат. КГБОУ «Сосновоборский детский дом» Шевелева Александра
Михайловна

Август 2009 г.

Содержание

Актуальность.....	3
Цели и задачи.....	4
Обращение к воспитаннику.....	5
Раздел I. Кто я такой?.....	6
Раздел II. Я и другие.....	10
Раздел III. Я и мой внутренний мир... ..	15
Раздел IV. Я знаю, я могу.....	19
Раздел V. Моё здоровье – основа моей жизни.....	35
Раздел VI. Я и мое будущее	40

Актуальность

Основным условием развития мотивации самопознания и саморазвития младших школьников является образовательная среда, т.е. условия развития детей, представляющие собой совокупность возможностей для проявления и развития его способностей и личностных потенциалов.

Программа по развитию рефлексивного сознания у детей, воспитывающихся в детском доме, направлена на развитие рефлексивных навыков и волевой регуляции, расширения знаний о себе, об окружающем мире, развитии памяти, мышления, способностей, развитие критического мышления, основывается на понимании, эмпатии со стороны взрослого,.

Дети из детского дома эгоцентричны, они испытывают трудности в общении со сверстниками и взрослыми. Важным является дальнейшее движение к децентрации — способности ребенка воспринимать и учитывать в своем поведении состояние, желания и интересы других людей. Поэтому посредством специальных заданий ребенок будет развивать способность понять и увидеть окружающих его людей (друзья, взрослые, сверстники). Но прежде надо узнать себя, научиться понимать себя, причины и механизмы возникновения своего поведения, того или иного отношения. Как известно, главным источником мотивации своей деятельности является ощущение себя активным субъектом любого процесса, от которого в первую очередь зависит результат.

Благодаря нашей программе воспитанник сможет позитивно относиться к себе, к другим, приобретет способность к самопониманию, соотносить свои действия с чувствами и поведением окружающих. Важная роль в этой программе отводится развитию личностной перспективы, которая помогает поверить в свои силы.

Ребенок хочет что-то сделать, если верит в это. Ему важна поддержка и помощь взрослого. И это еще одно из условий успешного результата ребенка в развитии его рефлексивной активности.

Цель: Развитие личности воспитанника, способной к социально-одобряемому взаимодействию с окружающим миром, к самоактуализации и саморазвитию.

Задачи:

1. Стимулировать развитие рефлексивной активности воспитанника, побуждать его думать и оценивать, сопоставлять и анализировать.
2. Дать возможность ребенку открыть свое «Я».
3. Развивать умения и навыки, необходимые для уверенного поведения, преодоления затруднений в общении и учебе.
4. Способствовать развитию учебно-познавательной мотивации воспитанников, познанию своей индивидуальности и индивидуальности окружающих.

Дорогой друг!

Когда ты был маленьким и не умел читать, тебе читали старшие. Сейчас ты уже сам читаешь книги и узнаешь из них о героях сказок, повестей, об их удивительной жизни, приключениях, происходящих с ними. Зло всегда побеждается добром, а добрые феи и волшебники своим колдовством помогали героям преодолевать трудности и препятствия.

Ведь так здорово, если рядом есть кто-то, умеющий приходить на помощь и находить правильные пути выхода при решении разных проблем. Но ведь и ты можешь сам научиться преодолевать трудности в общении, в учебе.

Вот поэтому мы с тобой и должны научиться тому, что тебе может пригодиться в жизни: научиться управлять своими эмоциями, понимать других, быть ответственным за принятые тобой решения, чтобы добиться в жизни всего, о чем ты мечтаешь, наметить цели для реализации задуманного.

Программа, по которой мы будем работать, состоит из 6 разделов. Из них ты будешь узнавать о себе что-нибудь новое, что-то определишь для себя ценное, полезное. Ты сможешь оценить свои возможности по каждому разделу. Если тебе будут нужны новые знания, то записывай свои пожелания и тебе всегда помогут те, к кому тебе захочется обратиться.

Учись, твори, дерзай!

Раздел I. Кто я такой?

Для знакомства с собой, со своими индивидуальными особенностями предлагаем выполнить следующие задания.

1. Я – особенный!

Меня зовут _____

Мне (лет) _____

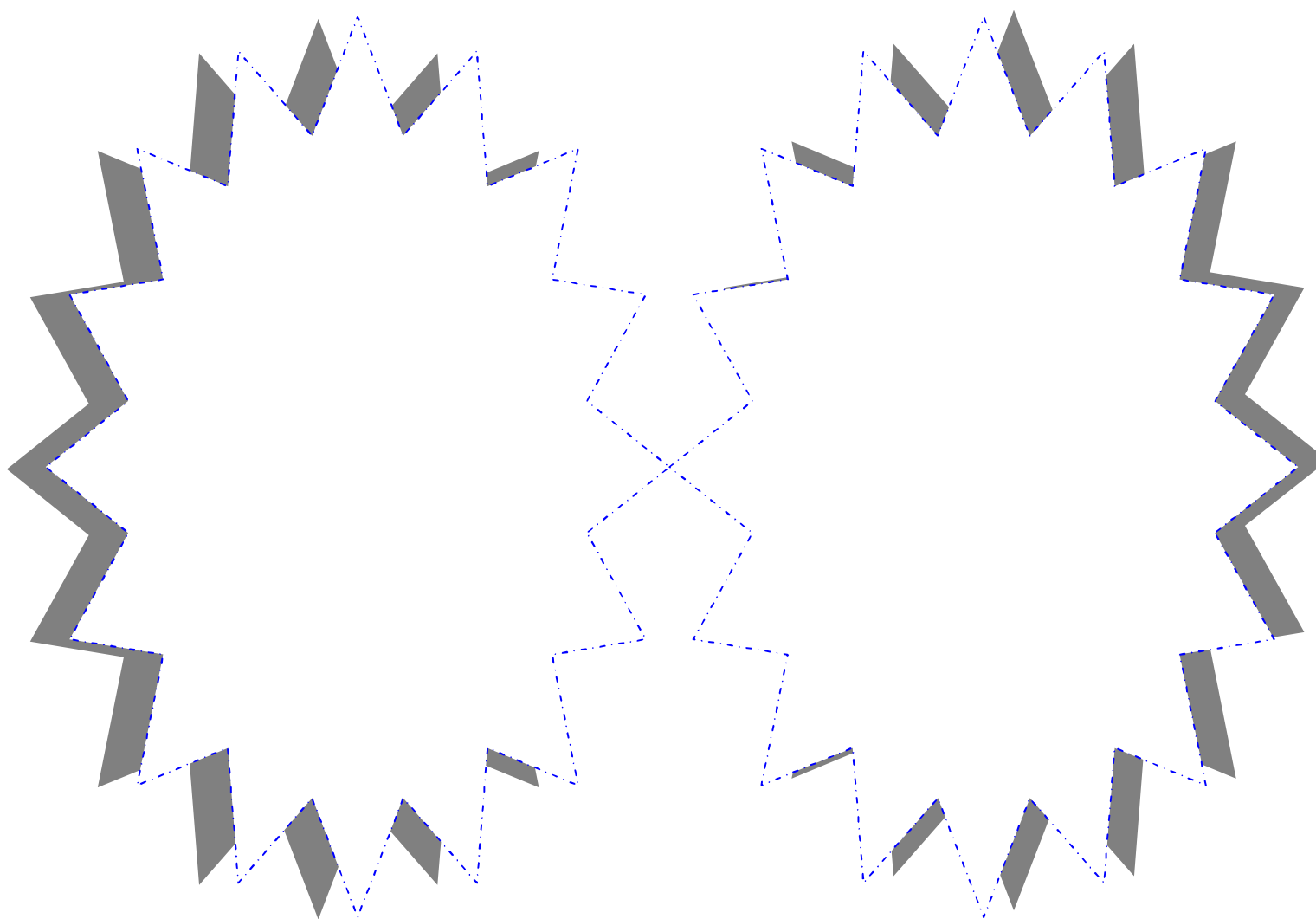
Я живу _____

Я учусь в _____

«А это я!». Нарисуй себя цветными карандашами.

В начале года:

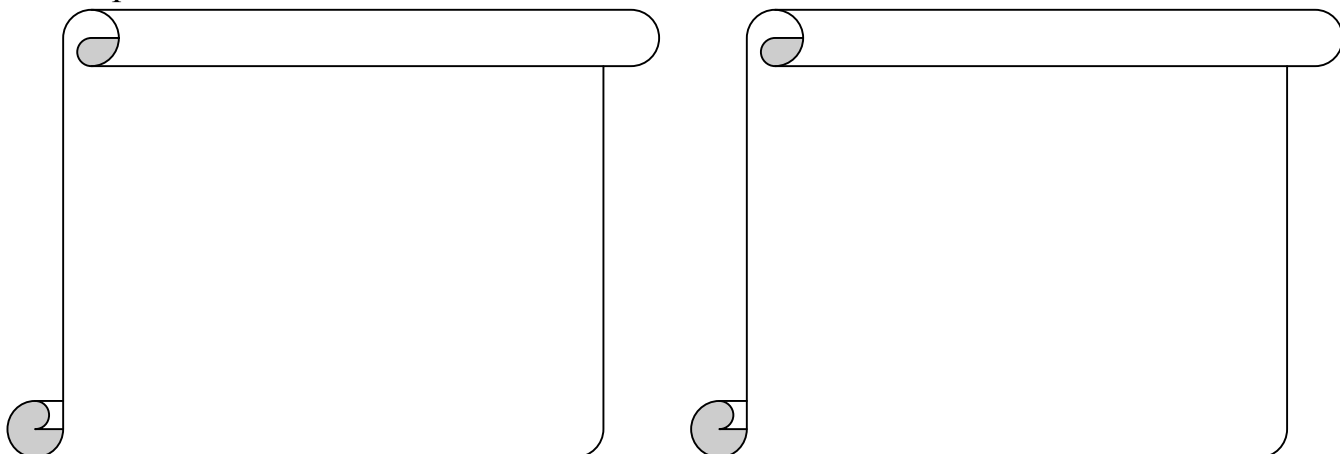
В конце года:



«Опиши себя». Предлагаем составить словесный портрет своей внешности. Ответь на вопрос «какой(ая) ты?». Красивый(ая), аккуратный(ая), забывчивый(ая) или какой(ая)-то другой(ая)?

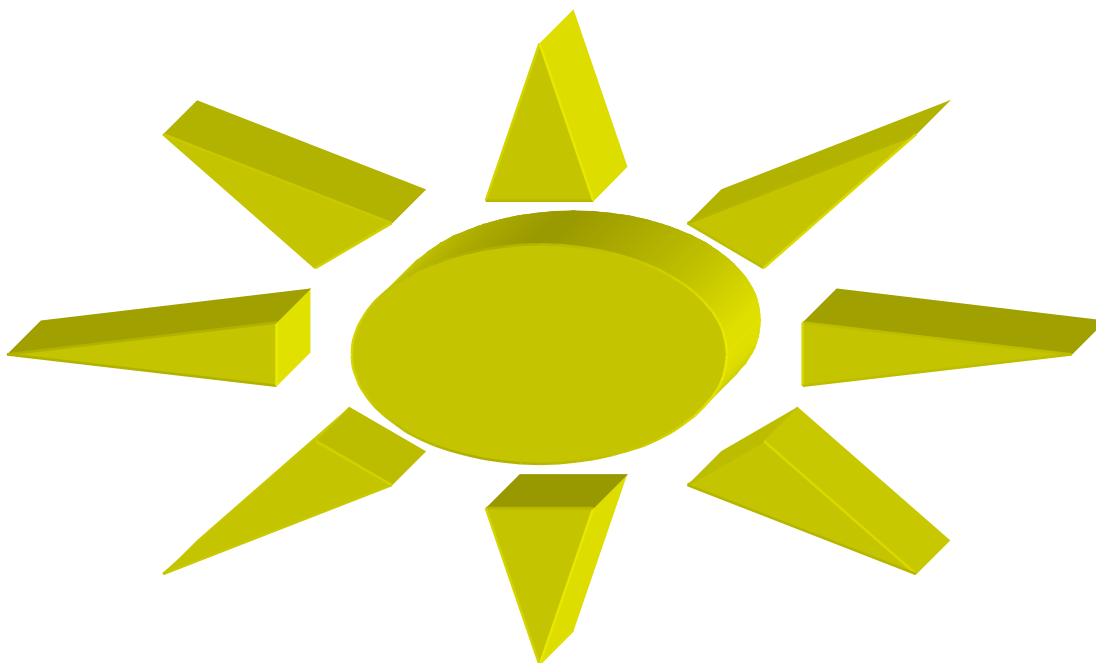


«Что мне нравится в себе самом?» (для учащихся 3-4 классов). Опиши те внешние качества, которые тебе нравятся в самом себе сейчас. И будут нравиться потом.

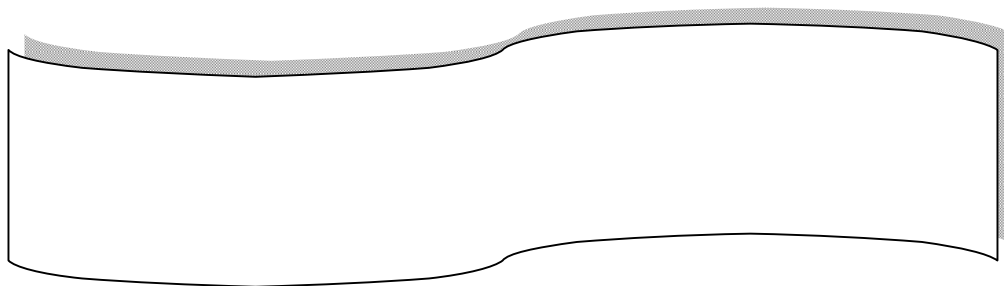


2. Я и мое имя.

Отгадай загадку: что принадлежит мне, а пользуются другие?
Напиши свои имена. Сколько их у тебя? Какое тебе нравится больше?



Закрой глаза, представь свое имя и получше его рассмотри (цвет, размер букв, на что они похожи). Объясни свой выбор. Нарисуй свое имя, каким ты его увидел.



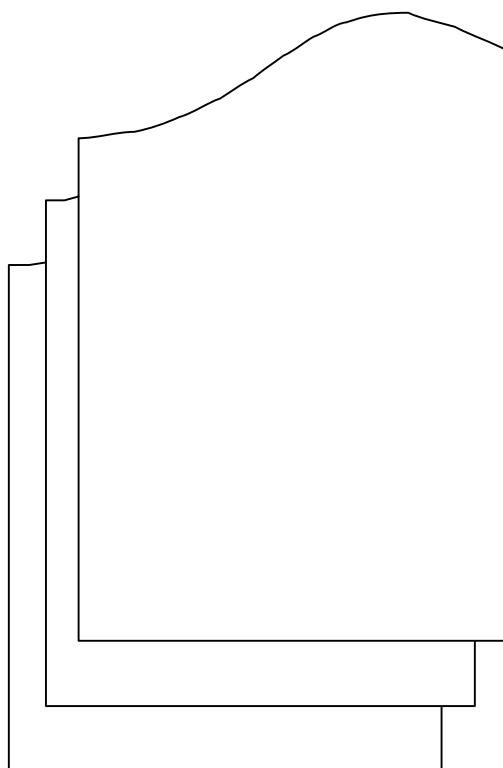
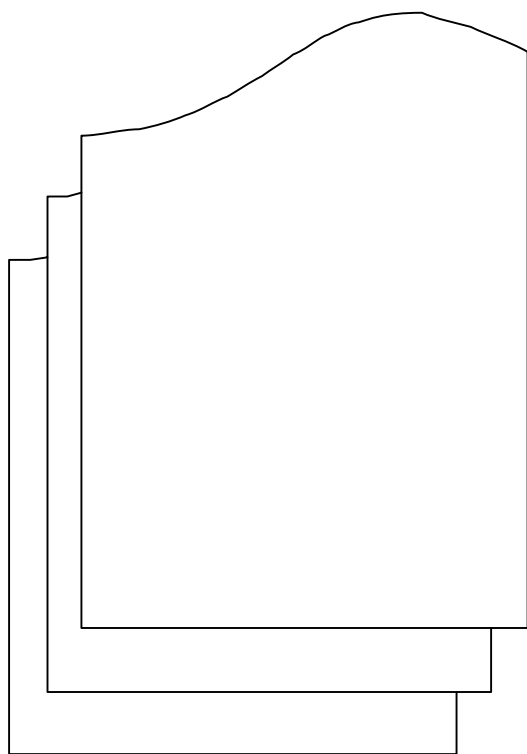
3. Что я люблю.

У каждого человека есть свое индивидуальное любимое отношение ко всему: к вещам, к еде, к занятиям и т.д. А что любишь ты?

Я	
<i>Любимая еда</i>	<i>Любимая игрушка</i>
<i>Любимая книга</i>	<i>Любимый мультгерой</i>
<i>Любимое занятие</i>	<i>Любимый предмет</i>
<i>Любимый вид спорта</i>	<i>Любимый цвет</i>
<i>Любимая одежда</i>	<i>Любимое время года</i>

«Люди меняются тоже». Предлагаем нарисовать себя, когда ты был маленьким, и себя, когда ты стал побольше, постарше. Запиши:

- Что было хорошего, когда ты был маленьким?
- Что стало хорошим, когда ты стал большим?



Вот и закончили мы знакомство с самим собой. Попробуй заполнить таблицу, которая тебе еще понадобится.

	+	-	?
Я это знал (а)	Это для меня было новым	Об этом я хотел(а) знать побольше	Кто мне поможет в этом

Раздел II. Я и другие.

Каждый человек испытывает потребность в установлении теплых и добрых отношений с окружающими людьми. Ты тоже не один, тебя окружают многие: дети, взрослые, друзья. Ты с ними учишься, работаешь, отдыхаешь, тебе приятно проводить с ними время. Тебе важно получать от них положительные эмоции от общения с ними. С их помощью ты понимаешь себя.

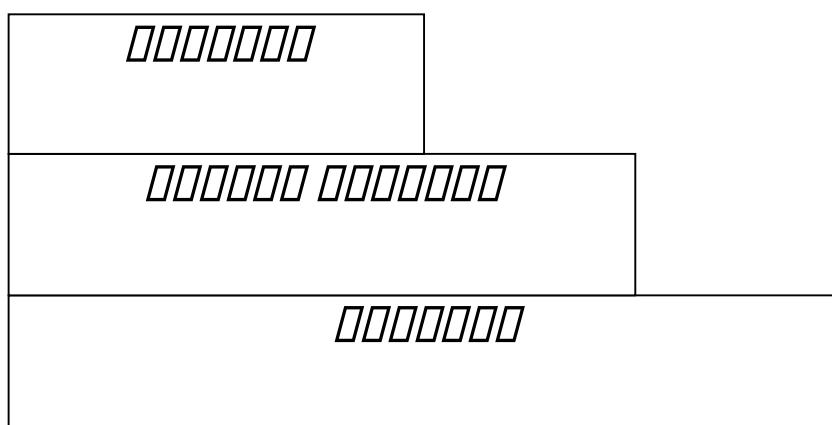
1. Мы живем среди людей.

«Лесенка». Представь, что на этой лесенке расположились все люди. На самой верхней – самые лучшие, в середине – просто хорошие, затем – средние.

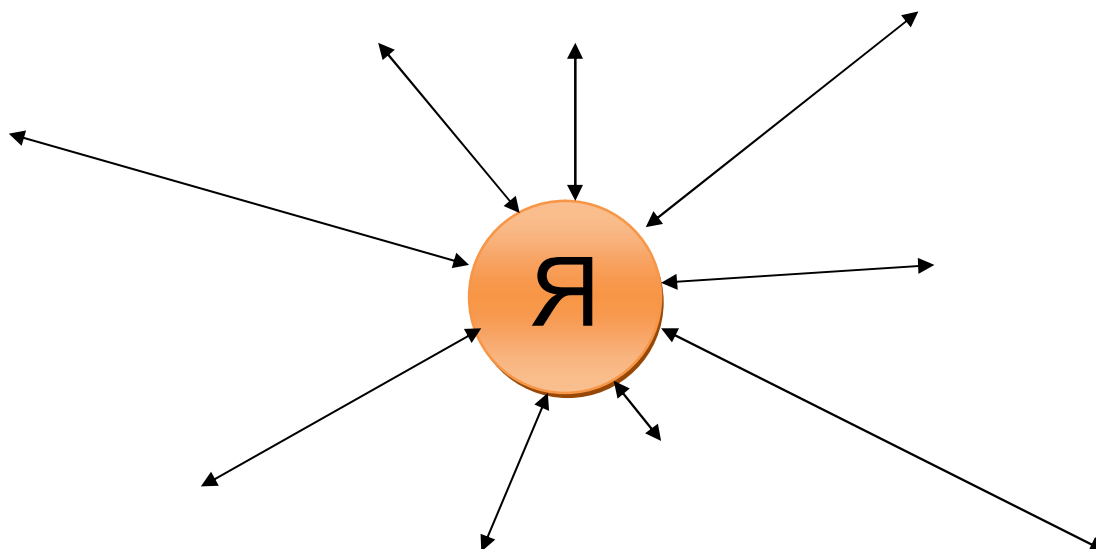
Как ты думаешь, на какую ступеньку можешь встать ты?

Куда бы тебя поставил твой друг?

Почему ты выбрал эту ступеньку? Объясни.



«Солнце и планеты». Представь себя на месте солнца, а окружающих тебя людей – планетами. Расположи их, как считаешь нужным на расстоянии от себя, обогрей лучиками. Поясни сам себе или взрослому, почему ты их так расположил, выбрав именно это расстояние?

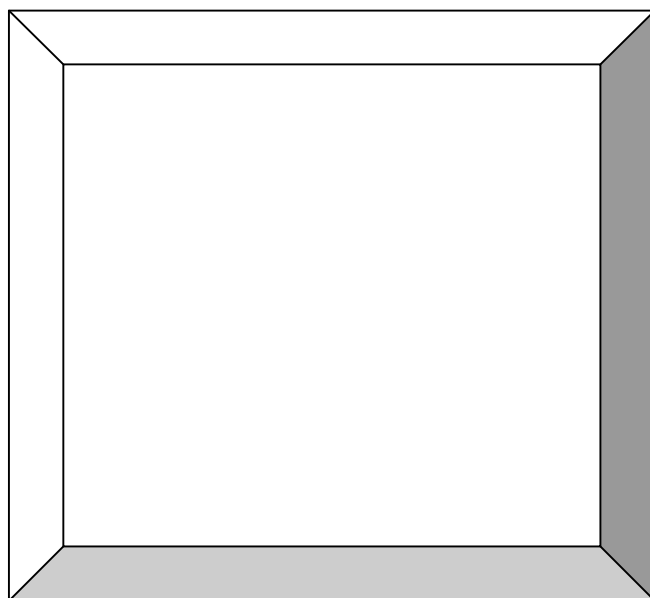


«Дом переехал». Представь, что детский дом переезжает из старого в новое здание.

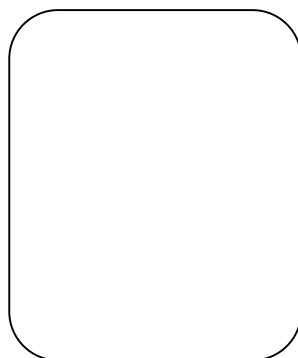
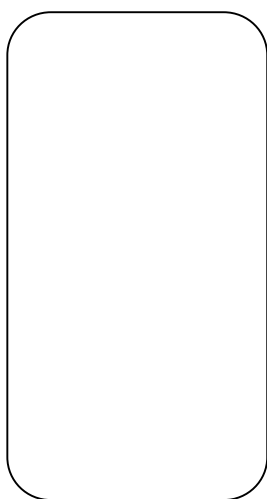
- Кого из членов твоей семьи ты бы перевез первым, а кого – последним?
- Кого бы ты не хотел брать с собой? Почему?

2. Я и мои друзья.

«Портрет моего друга». Нарисуй его.



«Я среди друзей». Нарисуй себя и своих друзей. Какие вы?



«Я и мой друг» (для учащихся 3-4 класса). Предлагаем записать в два столбика свои хорошие качества и хорошие качества своего друга.

«Наши правила». В каждой игре есть свои правила. Как ты думаешь, можно ли сформулировать правила радостного общения с друзьями? Например, помогай друзьям, делись с ними, учись играть и заниматься вместе. А какие правила можешь назвать ты?

«Разгадай кроссворд».

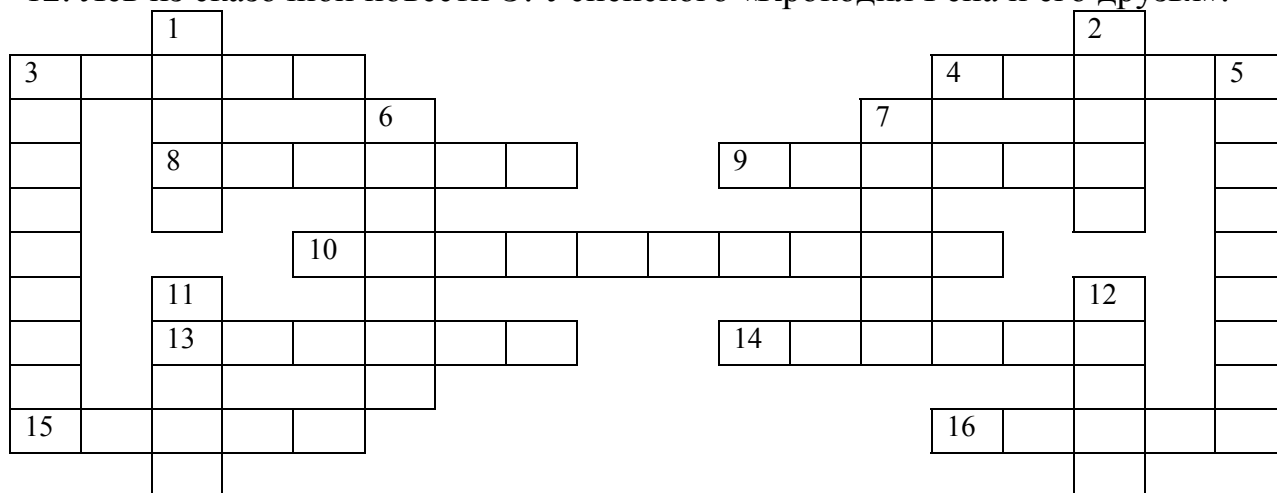
По горизонтали:

3. Мальчик, у которого самый лучший друг.
4. герой сказки Г.Х. Андерсена.
8. Враг капитана Врунгеля.
9. Коротышка, придумавший воздушный шар.
10. Веселый человек, герой сказки Ю. Дружкова.
13. Молчаливый коротышка из Цветочного города.
14. Крокодильчик из сказки «Мойдодыр».
15. Кто совершил путешествие с дикими гусями, герой сказки С. Лагерлеф.
16. Царь из сказки А.С. Пушкина.

По вертикали:

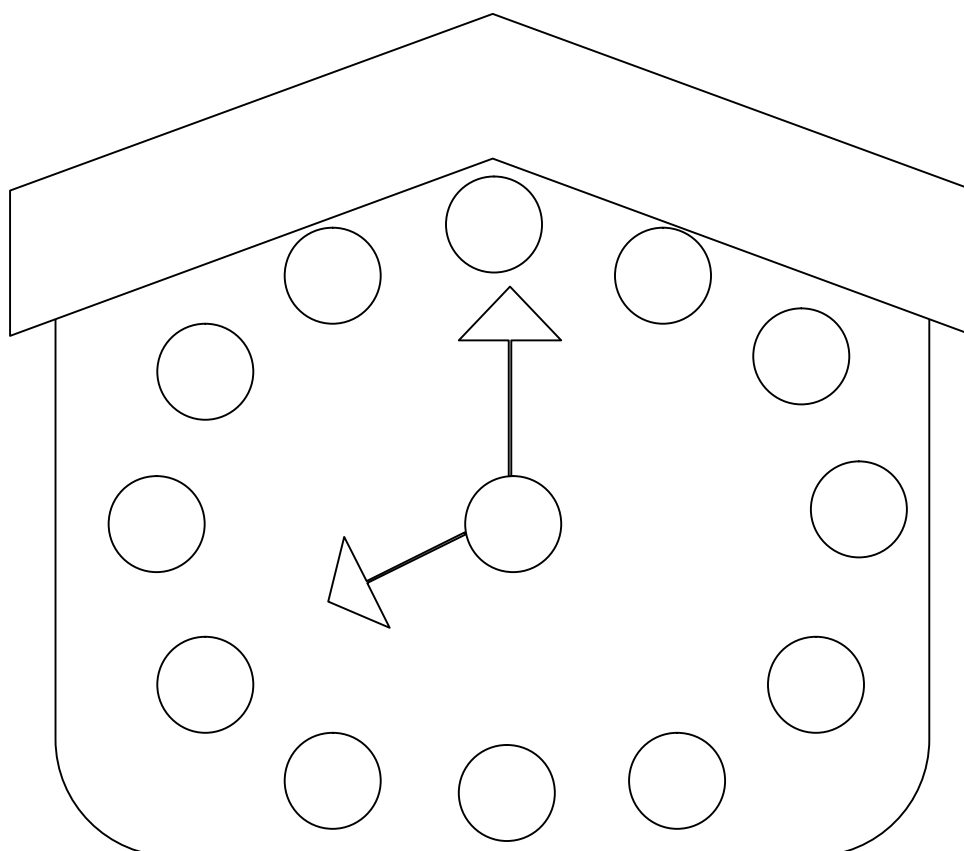
1. Герой А. Гайдара из сказки «Военная тайна».
2. Дедушка из стихотворения Н. Некрасова.

3. Барон «самый правдивый человек на земле».
5. Друг Электроника.
6. Прозвище дяди Степы.
7. Крыса старухи Шапокляк.
11. Герой – любитель ездить на печи.
12. Лев из сказочной повести Э. Успенского «Крокодил Гена и его друзья».

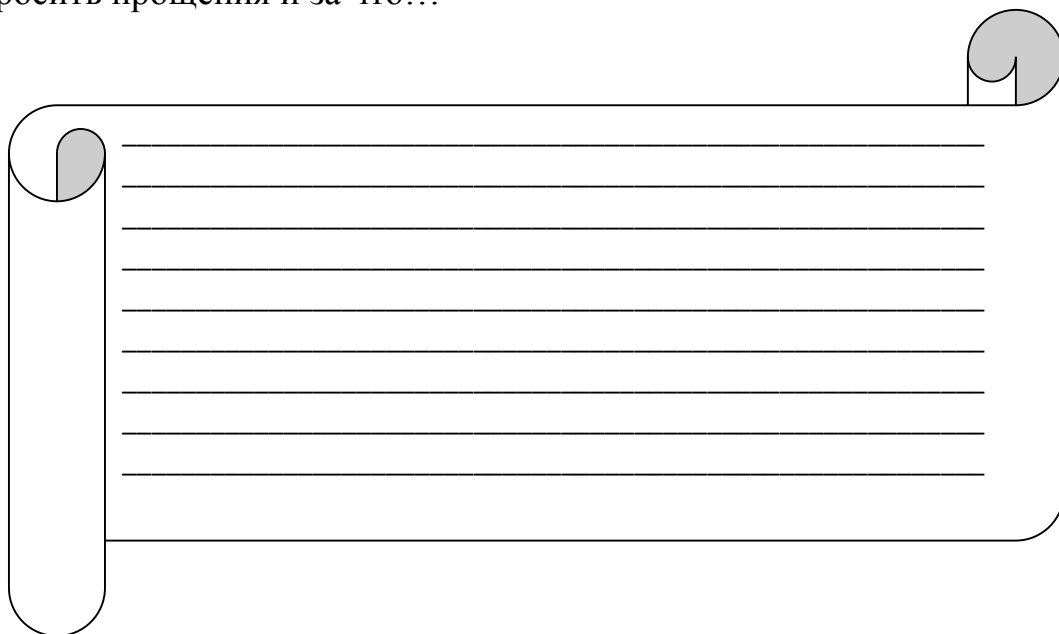


3. Мои симпатии и антипатии.

Это домик – циферблат. Впиши в кружочки по часовой стрелке имена всех людей, которые тебе больше всех нравятся, начиная с цифры 1 и т.д. Раскрась кружочки по своему усмотрению.



«Обида». Вспомни, кого ты обидел. Перечисли всех, у кого бы ты хотел попросить прощения и за что...



A large rectangular area with a scroll-like border on the left and top. It contains ten horizontal lines for writing.

Вот и закончили II раздел. Теперь ты можешь самостоятельно выполнить задание в таблице.

	+	-	?
Я это знал (а)	Это для меня было новым	Об этом я хотел(а) знать побольше	Кто мне поможет в этом

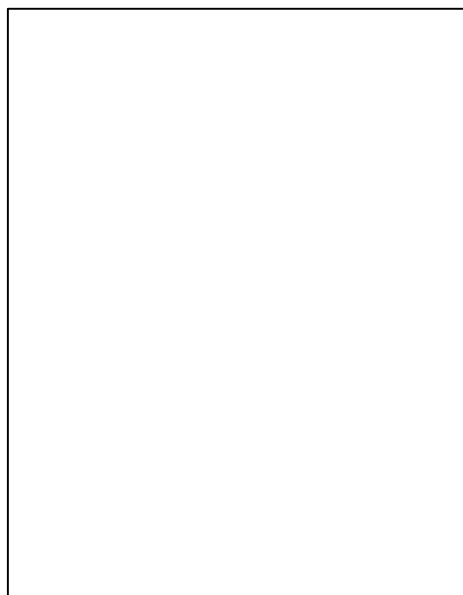
Раздел III. Я и мой внутренний мир.

*Из чего же, из чего же, из чего же сделаны наши девчонки?
Из чего же, из чего же, из чего же сделаны наши мальчишки?*

Это слова из известной песни. Мы будем помогать тебе открывать свое «Я». Ты научишься распознавать свои эмоции, овладевать и управлять ими. Это научит тебя сопереживать, радоваться успехам, огорчаться неудачам, ощущать общность и поддержку других. Ты узнаешь какой у тебя характер. Характер относится к духовному «Я», т.е. к внутреннему миру человека и характеризуется на основе воли. Воля – это внутреннее состояние человека, который должен делать, что надо, а не то, что хочется.

1. Мой характер.

«Мой рюкзачок». Предлагаем тебе отправиться в путешествие. Необходимо сложить в твой рюкзак те качества, которые тебе помогут в преодолении трудностей. Нарисуй рюкзак и готовься в путь.



«Опиши свой характер».

Мои положительные качества характера



Мои отрицательные качества характера

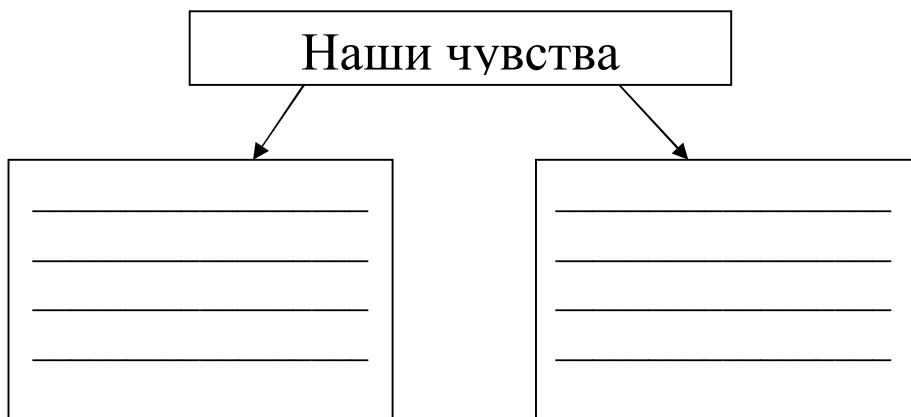


«Лукошко». Характер человека можно узнать по его делам и поступкам. Сложи в лукошко добрые дела, которые совершались тобой, и подари их тому, у кого этих добрых дел нет или мало.



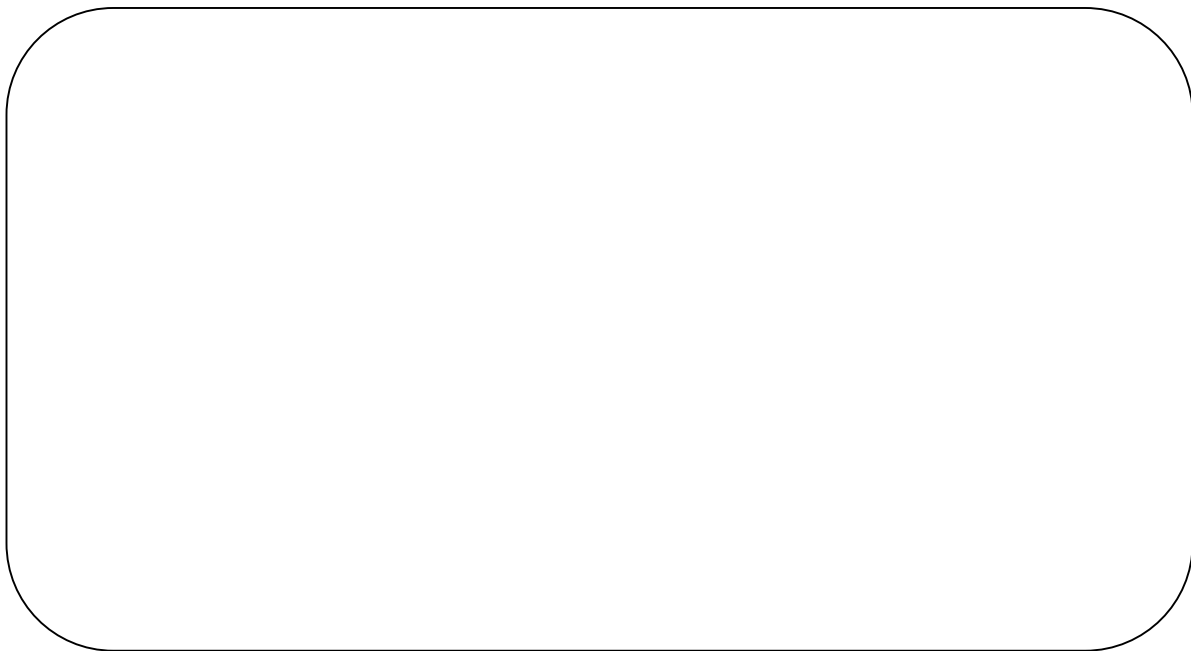
2. Я и мои чувства.

Чувства составляют наш внутренний мир. Они бывают положительные и отрицательные, попробуй определить, какие из предложенных чувств положительные, а какие отрицательные. Впиши в таблицу (*радость, счастье, обида, горечь, грусть, веселье, ненависть, любовь*).



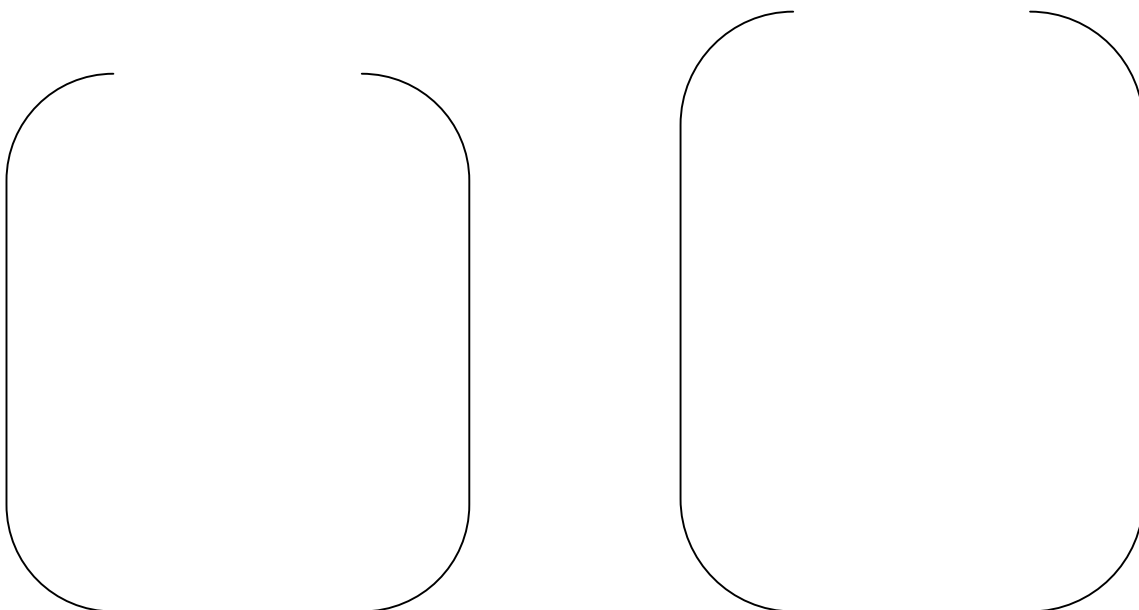
На какие события у тебя возникает первая группа чувств, а на какие события – вторая?

«Цветик - многоцветик». Наши чувства в некоторой степени определяют наше настроение. Нарисуй свое настроение в виде цветка – многоцветика. Объясни выбор раскрашивания цветка.



3. Мои способности.

Что такое способности? Попробуй сам описать, что это такое. Вспомни, что ты умел, когда ты был маленьким и что ты умеешь сейчас.

A large, empty rectangle with a thin black border, intended for a child to write about their abilities.

	+	-	?
Я это знал (а)	Это для меня было новым	Об этом я хотел(а) знать побольше	Кто мне поможет в этом

Раздел IV.
Я знаю, я могу.

1. Я и моя школа.

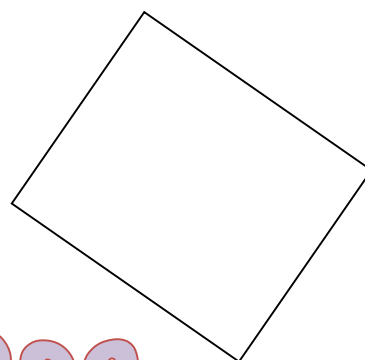
Ты – ученик. Основная твоя деятельность связана с посещением школы, где ты приобретаешь новые знания, чему-то уже научился, много уже знаешь, но впереди еще столько неизвестного для тебя и интересного. Насколько же важны для тебя школа и твое отношение к ней.

«Я и мой учитель». Попробуй нарисовать портрет своего учителя и ответь на вопрос: - «Что я знаю о своем учителе?».

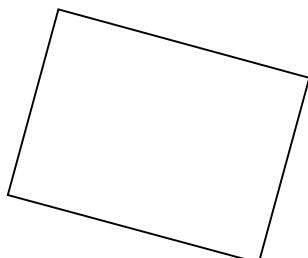


«Мой класс». Нарисуй предметы, которые тебя окружают в классе:

- те, которые от тебя находятся близко;
- те, которые находятся подальше.



Мой класс



«Расписание в школе». Представь себя в роли завуча школы. Тебе нужно составить расписание для своего класса на неделю. Что бы ты написал?

школа						
понедельник	вторник	среда			четверг	пятница

«Я умею, я не умею». Построй домики из своих умений и из своих желаний научиться чему-то.

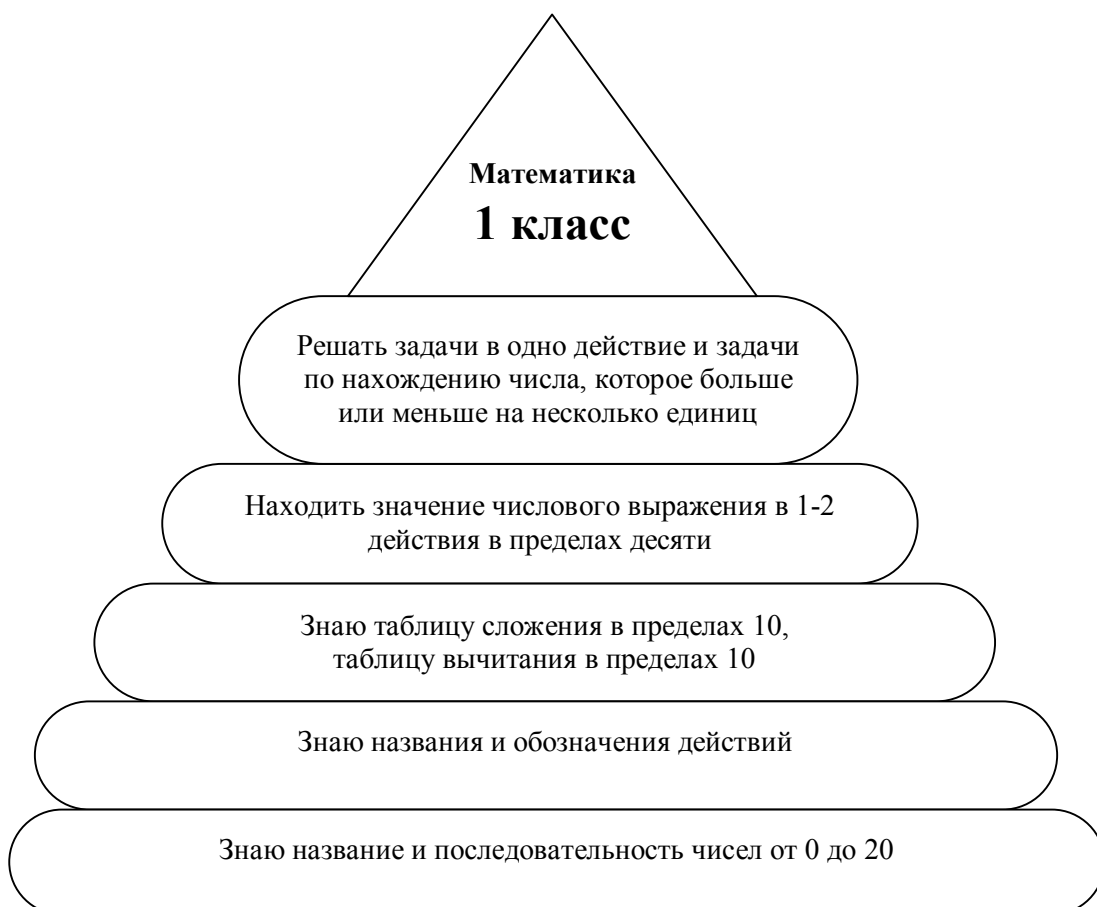
Я умею

Я хочу научиться

2. Я учусь.

Каждый год, учась в школе, ты приобретаешь новые знания, умения, навыки. Посмотри на пирамиду своих знаний, умений, продолжи предложение: «Я умею...». Зеленым карандашом закрась ту область своих умений, которую можешь выполнить, красным – где ты испытываешь трудности.





**Окружающий
мир
2 класс**

Отличать съедобные грибы от
несъедобных

Различать насекомых и пресмыкающихся

Узнавать животных родного края

Различать домашних и диких животных

Соблюдать правила поведения школьника в классе, на улице, в школе

Называть и различать 3-4 дерева, 2-3 кустарника, 3-4 травянистых, 2-3
комнатных растения

**Русский язык
2 класс**

Искать слова с непроверяемыми
гласными (словарные слова)

Различать буквы и располагать их по
алфавиту

Правильно писать ударные слоги
жи-ши, ча-ща, чу-щу

Применять при письме изученные правила, имена собственные

Списывать текст и писать под диктовку



Труд
2 класс

Изготавливать игрушки - оригами

Изготавливать из бумаги и картона
сувениры и поделки

Умею пришивать пуговицы, вешалки, метки

Изготавливать из природного материала поделки, игрушки

Ухаживать за растениями: поливать, рыхлить, пропалывать, различать и
собирать семена

Соблюдать правила безопасности труда и личной гигиены во время работы на
участке

Математика
2 класс

Знать последовательность чисел от
нуля до ста

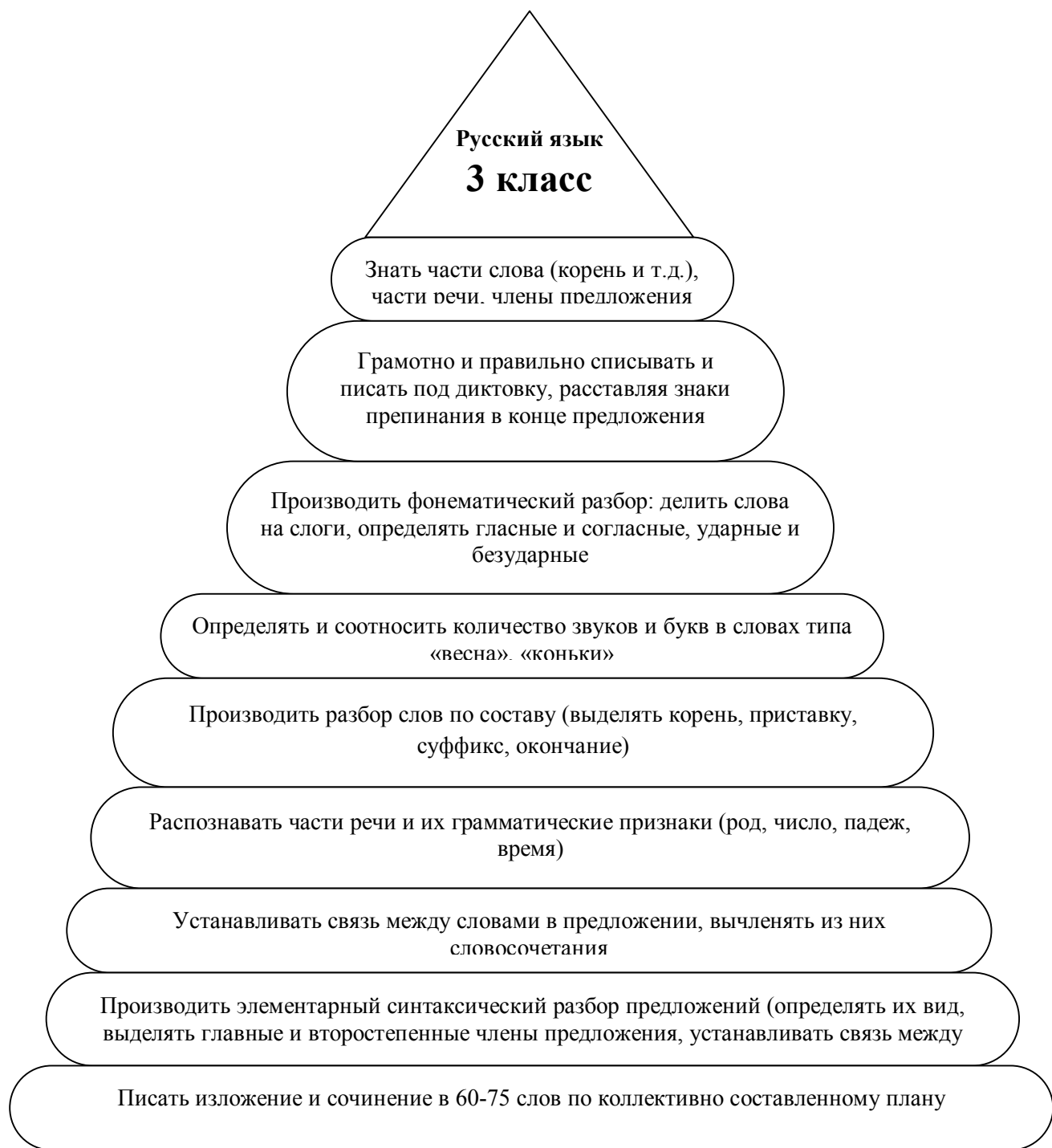
Читать, записывать и сравнивать эти числа

Знать таблицу сложения однозначных чисел и
соответствующие случаи вычитания

Находить сумму и разность чисел в пределах 100

Решать задачи в 1-2 действия на сложение и вычитание





Чтение
3 класс

Бегло читать целыми словами

Составлять подробный и выборочный
пересказ прочитанного

Самостоятельно делить текст на части

Составлять план прочитанного, кратко передавать его
содержание и определять смысл

Составлять рассказы о своих наблюдениях, использовать в рассказе
синонимы, образные слова

Самостоятельно находить в тексте слова, которые описывают события,
природу, действующих лиц

Сопоставлять и осмысливать поступки героев, мотивы их поведения, чувства и
мысли действующих лиц

Внимательно относиться к языку художественных произведений, понимание образных
выражений в нем

Владеет литературным произношением слов, практически знаком со сказкой, басней,
стихотворением









Вот и закончили работу по IV разделу. Надеемся, что он был полезен для тебя. Теперь ты можешь самостоятельно выполнить задание в таблице.

	+	-	?
Я это знал (а)	Это для меня было новым	Об этом я хотел(а) знать побольше	Кто мне поможет в этом

№ п/п	Мои проблемы	Я сам решаю свои проблемы	Мне нужна помощь. Кто может помочь?
Я знаю, я могу			
	Я и моя школа		
	1.		
	2.		
	3.		
	4.		
	5.		
	6.		
	Я учусь		
	1.		
	2.		
	3.		
	4.		
	5.		

Раздел V.
Мое здоровье – основа моей жизни.

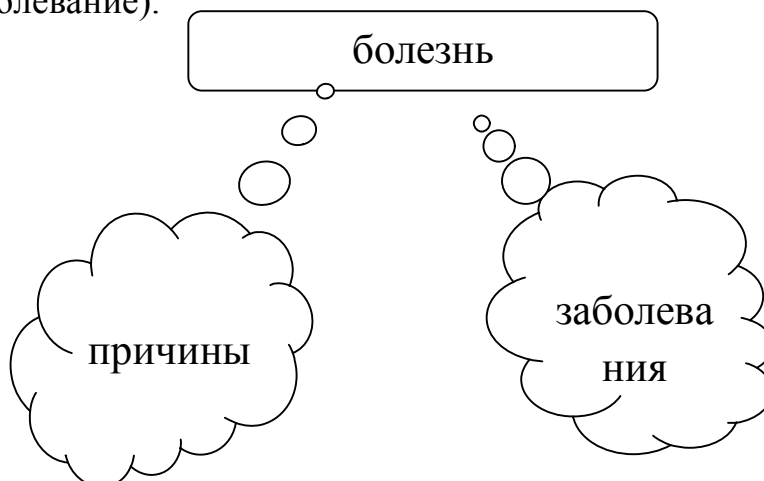
1. Полезные привычки, вредные привычки.

Каждый ребенок, каждый человек хочет быть сильным, бодрым, энергичным, бегать – не уставая, кататься на велосипеде, коньках, плавать, играть во дворе в футбол, не мучиться головной болью или бесконечным насморком. Ведь плохое самочувствие, болезни являются причинами отставания в росте, неуспеваемости в школе, неважного настроения. Поэтому каждый должен сам думать о своем здоровье, научиться заботиться о нем, не вредить ему.

«Что вредно, что полезно». Попробуй определить, что полезно для тебя, а что вредно (не только продукты питания, а еще что?). Обозначь вредность нелюбимым цветным карандашом. Обоснуй свой выбор, объясни почему.

ПОЛЕЗНО	ВРЕДНО

«Назови болезни». Существует много болезней. Назови, какие ты знаешь, подумай, отчего человек может заболеть. Давай представим это в виде схемы (на каждое заболевание).



«Объяснялки». Почему все говорят: «Вредные привычки»? Какие ты знаешь вредные привычки? Что нужно делать, чтобы не иметь их у себя? Какие ты знаешь правила, которые жизненно необходимы для безопасности здоровья. Напиши их для себя и других малышей. Ведь все знают, что здоровье нужно беречь, но не всегда знают как это сделать.

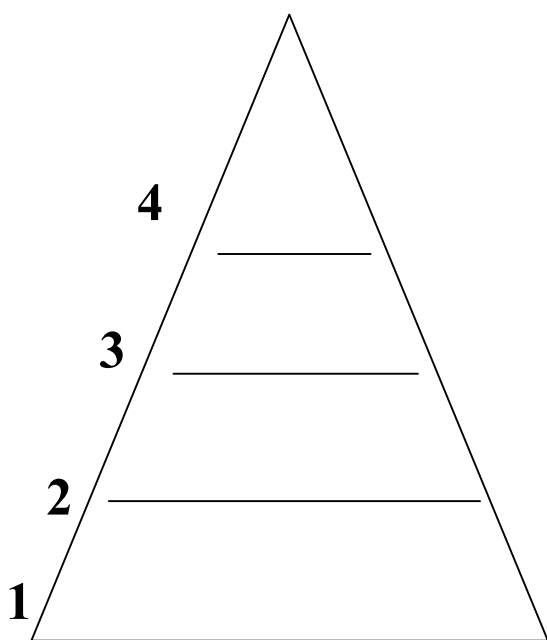
1. _____ 6. _____
2. _____ 7. _____
3. _____ 8. _____
4. _____ 9. _____
5. _____ 10. _____

Теперь ты и сам понимаешь и можешь сказать «Нет!» вредным привычкам. Даже не пробуй!

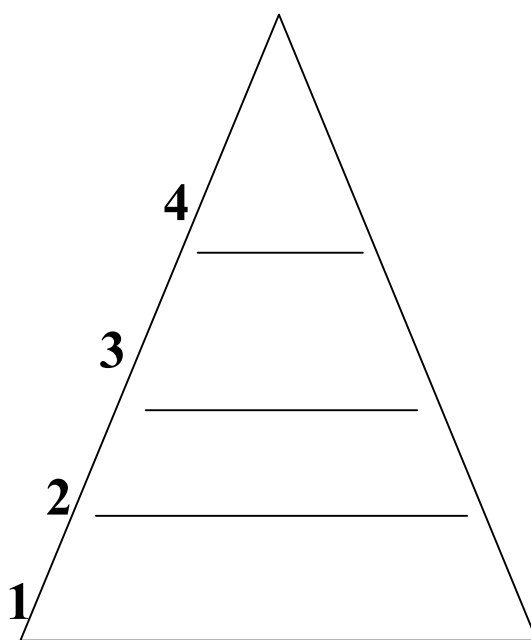
2. Закаливание.

Закрась тот уровень пирамидки, который соответствует твоим действиям при закаливании на начало года и конец года.

1. Обливание ног холодной водой в помещении.
2. Обливание всего тела холодной водой в помещении.
3. Обливание холодной водой всего тела в теплый период года на улице.
4. Обливание холодной водой всего тела круглогодично.



Начало года



Конец года

Вот и еще один раздел позади. Пригодятся ли тебе полученные знания, увидим по заполненной таблице.

	+	-	?
Я это знал (а)	Это для меня было новым	Об этом я хотел(а) знать побольше	Кто мне поможет в этом

№ п/п	Мои проблемы	Я сам решаю свои проблемы	Мне нужна помощь. Кто может помочь?
Мое здоровье – основа моей жизни.			
	Привычки		
	1.		
	2.		
	3.		
	4.		
	5.		
	6.		
	Закаливание		
	1.		
	2.		
	3.		
	4.		
	5.		

Раздел VI.

Я и мое будущее.

1. Мои цели в жизни.

Каждый человек, а дети особенно, мечтают о будущем. Кем они будут, какими дорогами пойдут в будущее, чего они добьются в своей жизни, сбудутся ли их мечты.

«Определи, насколько ты веришь в свои силы». Попробуй оценить следующие утверждения. Если утверждение верное на твой взгляд – обведи его в кружок.

- Обычно утром и вечером я в хорошем настроении.
- Мне нравится мое отражение в зеркале.
- Я очень люблю свою школу.
- В моей жизни много хорошего.
- Я оптимист(ка).
- Я могу посмеяться над своими ошибками.
- В моей жизни почти ничего не надо менять в лучшую сторону.
- Я – интересная личность.
- Мне нравятся те перемены, которые происходят со мной.
- Я добрый и любящий.
- Мои друзья ценят мое мнение.
- Я доволен собой.
- Я не боюсь выражать свои чувства.
- У меня веселая и интересная жизнь.

Если ты согласен с большинством утверждений, значит ты вполне уверен в своих силах и многое можешь сделать самостоятельно. Если же было больше минусов, не огорчайся, ведь у тебя еще впереди.

Когда говорят, у человека есть сила воли – то подразумевают целеустремленность, настойчивость, решительность, инициативность, смелость. А еще говорят, у человека есть мечта и цель. Чем отличаются цель и мечта, попробуй написать вместе со взрослым.

ЦЕЛЬ	МЕЧТА

«Ставим цели». Закончи предложения:

Я хочу лучше.....

Я хочу узнать.....

Чтобы о себе лучше заботиться, я могу.....

Чтобы лучше ладить с другими, я могу.....

В школе я могу.....

Дома я хочу.....

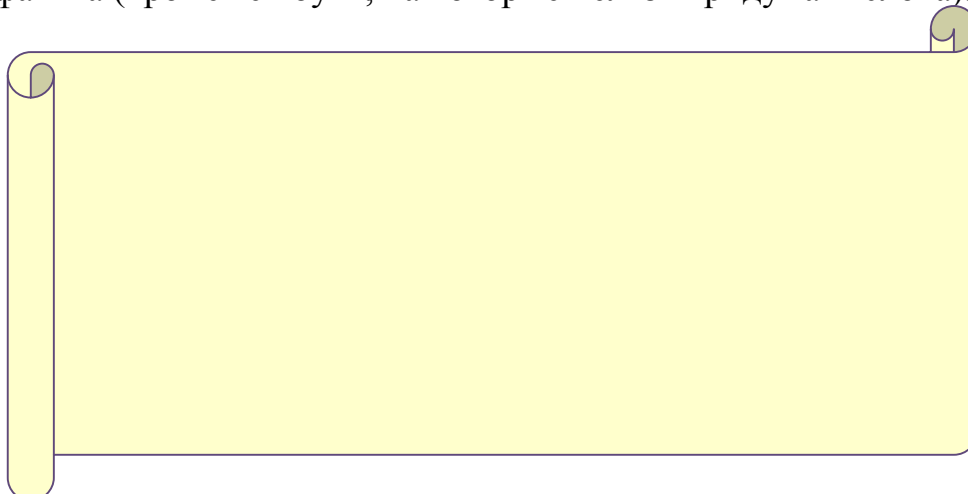
Запиши или нарисуй 4 желания или цели, учитывая свои возможности, красиво их оформи. Но, прежде чем написать желаемое, нужно обязательно подумать: «А что я смогу сделать, чтобы исполнилось то, что я хочу...».

(Рисунки необходимо собрать. Примерно через месяц можно посмотреть, что изменилось, какие шаги были предприняты для достижения целей)

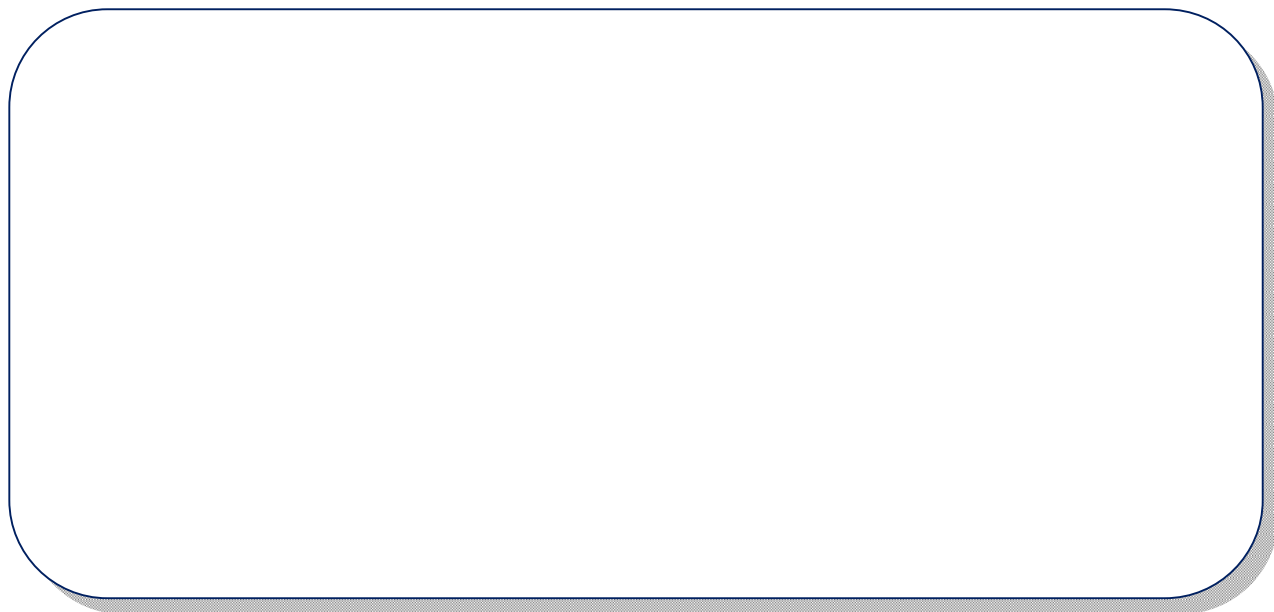
<i>Мое желание сейчас</i>	<i>Что изменилось</i>	<i>Чего я достиг(ла)</i>
через месяц		
через полгода		
через год		

2. Я и моя будущая профессия.

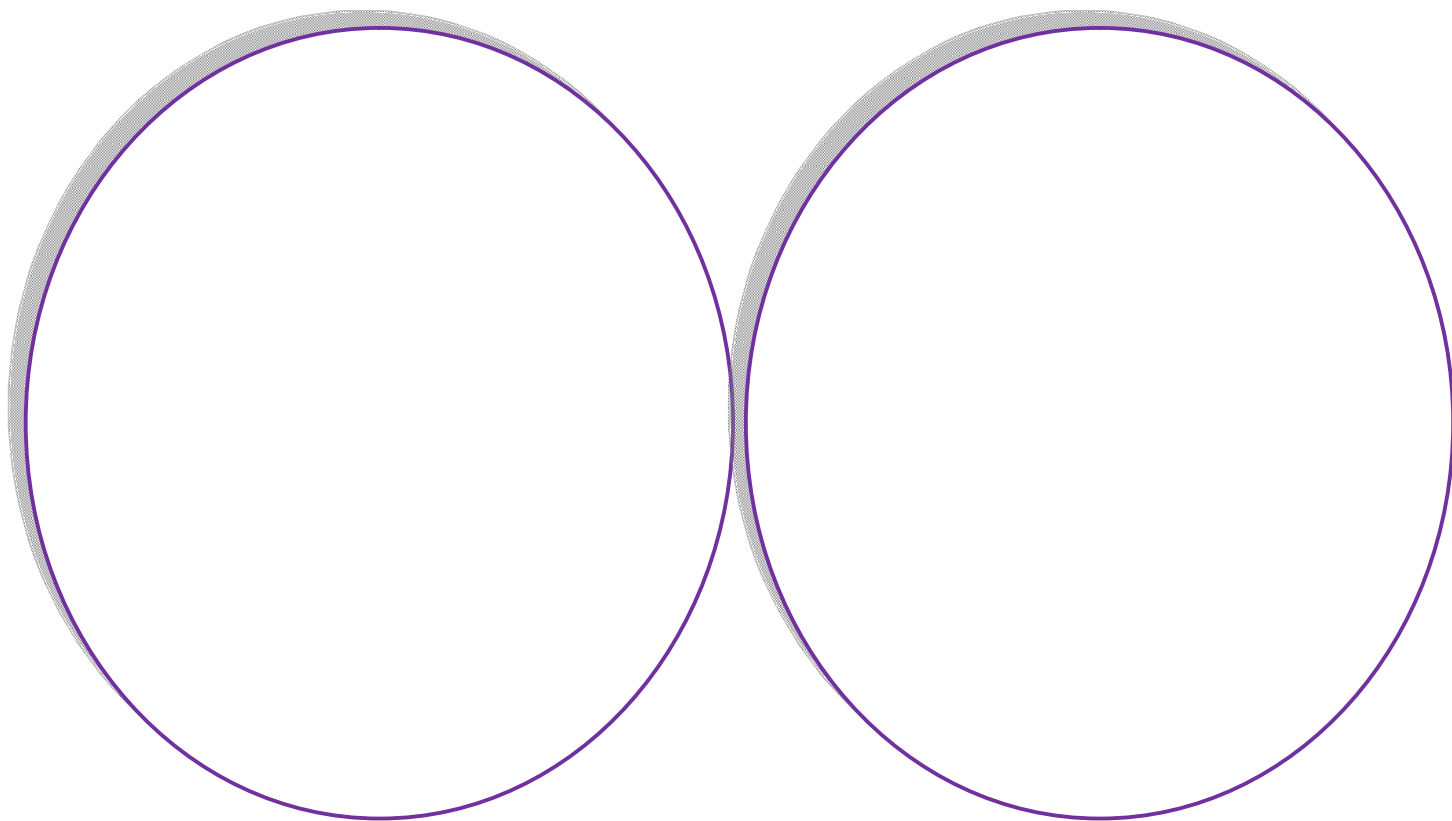
«Азбука профессий». Попробуй записать все профессии, начинающиеся на буквы алфавита (кроме тех букв, на которые нельзя придумать слова).



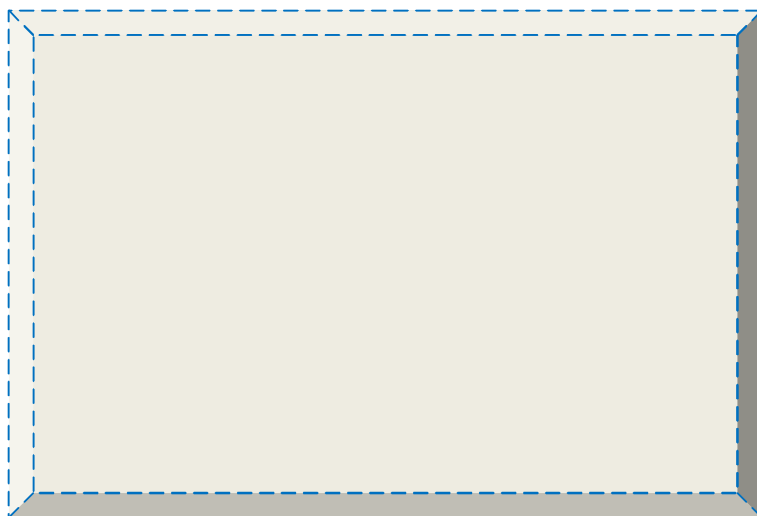
«Сочинение - рассказ». Ты можешь сочинить рассказ или сказку на тему «Я хочу быть как...». Объясни свой выбор, кто для тебя стал примером для подражания и почему.



«Детективы». Предлагаем нарисовать по 6 предметов, которыми пользуется представитель какой-либо профессии и предложить кому-либо отгадать, что это за профессия.



«Когда я вырасту, я буду...». Нарисуй себя в будущем, взрослым, кем ты станешь. (Сравнивай с последующими желаниями).



«Призвание» (для учащихся 3-4 классов). Подумай, что такое призвание? Как призвание может быть проявлено в жизни человека? Как найти свое призвание? Что или кто может человека призывать?

Вот и подошли мы к окончанию последнего раздела. Заполни таблицу.

	+	-	?
Я это знал (а)	Это для меня было новым	Об этом я хотел(а) знать побольше	Кто мне поможет в этом

№ п/п	Мои проблемы	Я сам решаю свои проблемы	Мне нужна помощь. Кто может помочь?
Я и мое будущее.			
	Мои цели в жизни		
	1.		
	2.		
	3.		
	4.		
	5.		
	6.		
	Я и моя будущая профессия		
	1.		
	2.		
	3.		
	4.		
	5.		