Березовское муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Лицей № 7» имени А.А.Лагуткина

ПРИНЯТА	УТВЕРЖДАЮ
Педагогический совет	Директор БМАОУ «Лицей № 7»
Протокол № 1 от 30.08.2026	Молочкова А.В.
	Приказ № 149/1 от 30.08.2026



Молочкова
Анна
Владимировна
2026.08.30
20:10:45 +05'00'

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

начального общего образования

«Я и мир вокруг меня»

для детей с ОВЗ

Направление: социальное

Адресат программы: обучающиеся 1 классов

Срок реализации: 1 год

г. Березовский, 2026 г.

Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.
3. Тематическое планирование.

Программа «Я и мир вокруг меня» должна способствовать социальной адаптации ребенка, с учетом его особенностей, а так же показать, что данные особенности отличают его от других, способствуют формированию его индивидуальности и уникальности, а так же способствуют полноценной жизни в обществе.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Реализация программы должна способствовать развитию детей с ограниченными возможностями, созданию условий для организации досуга и полноценного общения детей-инвалидов.

Итоговыми результатами социальной эффективности реализации программы станут:

- решение проблем, связанных с адаптацией и социализацией детей с ОВЗ;
- участие детей с ОВЗ в позитивной деятельности, творческих конкурсах различного уровня;
- возможности самореализации в процессе позитивного социального взаимодействия;
- формирование навыков общения с детьми с ОВЗ;
- развитие толерантного отношения к детям с ОВЗ.

В результате прохождения программного материала обучающиеся должны знать:

1. Что такое индивидуальность и как ее раскрыть
2. Что такое дружба и из чего она складывается
3. Что такое уважение и как оно проявляется
4. Что такое гигиена и здоровье
5. Что такое увлечения и какими они бывают

Уметь:

1. Представлять себя
2. Рассказывать о себе
3. Выстраивать дружеские отношения
4. Соблюдать требования гигиены
5. Проявлять тактичность и доброжелательность в общении.
6. Различать добро и зло, давать правильную оценку поступков литературных героев, уметь мысленно ставить себя в аналогичную ситуацию.
7. Проявлять положительные моральные качества в достойном поведении, поступках.

У обучающихся будут сформированы универсальные учебные действия, а именно:

- **Личностные универсальные учебные действия:**

У обучающегося будут сформированы:

-целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики

-осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению
-готовность и способность вести диалог с другими людьми (идентификация себя как полноправного субъекта общения)
-освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах
-понимание ценности здорового образа жизни

- **Регулятивные универсальные учебные действия:**

Обучающийся научится:
-саморегуляции как способности к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию и к преодолению препятствий
-планированию для определения последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата
-целеполаганию для постановки задачи

- **Познавательные универсальные учебные действия:**

Обучающийся научится:
- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- осознано и произвольно строить речевое высказывание в устной форме

- **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

Обучающийся научится:
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой коммуникации;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.

Раздел 1: Знакомство (4 часа). Что значит моё имя? Ассоциации. Практикум: Рисунок имени. Ласковое имя.

Раздел 2: Кто я и как я выгляжу (5 часов). Отличие людей друг от друга по внешнему виду. Аккуратность, опрятность, бережливость – уважение человека к себе. Личная гигиена (2 часа). Практикум: Тест на тему «Личная гигиена».

Раздел 3: Круг друзей (6 часов). Знакомство с понятием «дружба». Мой лучший друг. Законы дружбы. Я глазами своих товарищей. Практикум: Чтение и анализ отрывков из повести Н.Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Тест «Лесенка».

Раздел 4: Загадки общения.(9 часов) Необходимость человека в общении. Речь – важнейшее средство общения. Умение общаться. Правила ведения беседы. Что такое «Общественное место»? Знакомство с правилами поведения в общественных местах. Практикум: Игровые ситуации «Мы в театре». Практикум: «Мы в кино». Практикум: Телефон доверия.

Раздел 5: Мир взрослых. (5 часов). Уважение к старшим. Семья, родители, родные. Проявления любви и уважения, заботы и сострадания, помощи в семье. История моей семьи. Практикум: Рисование на тему «Дружная семья».

Раздел 6: Мир увлечений (4 часа). Что такое увлечение? Мир увлечений. Мои увлечения. Практикум: Рассказ о своем увлечении.

3. Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
Раздел 1. Знакомство				
1 -4	Что значит моё имя? Ассоциации. Практикум: Рисунок имени. Ласковое имя.	4	2	2
Раздел 2: Кто я и как я выгляжу				
5- 7	Отличие людей друг от друга по внешнему виду. Аккуратность, опрятность, бережливость – уважение человека к себе.	3	3	
8 -9	Личная гигиена Практикум: Тест на тему «Личная гигиена».	2	1	1
Раздел 3: Круг друзей				
10-15	Знакомство с понятием «дружба». Мой лучший друг. Законы дружбы. Я глазами своих товарищей. Практикум: Чтение и анализ отрывков из повести Н.Носова «Приключения	6	3	3

	Незнайки и его друзей». Тест «Лесенка».			
Раздел 4: Загадки общения.				
16-24	Необходимость человека в общении. Речь – важнейшее средство общения. Умение общаться. Правила ведения беседы. Что такое «Общественное место»? Знакомство с правилами поведения в общественных местах. Практикум: Игровые ситуации «Мы в театре». Практикум: «Мы в кино». Практикум: Телефон доверия.	9	4	5
Раздел 5: Мир взрослых.				
25-29	Уважение к старшим. Семья, родители, родные. Проявления любви и уважения, заботы и сострадания, помощи в семье. История моей семьи. Практикум: Рисование на тему «Дружная семья».	5	3	2
Раздел 6: Мир увлечений				
30-33	Что такое увлечение? Мир увлечений. Мои увлечения. Практикум: Рассказ о своем увлечении.	4	2	2

Приложение 1

«Рисунок имени»

Инструкция:

Для работы необходимы цветные карандаши (или фломастеры) и лист бумаги формата А4, разделенный тонкими линиями простым карандашом на три равные части.

Сначала участникам предлагается визуализировать имя, которое вызывает отрицательные эмоции, по каким-либо причинам неприятно, не нравится. Нужно абстрактно изобразить это имя, используя цвет, форму, линию. Важно избегать узнаваемых образов, пиктограмм, символов-штампов. Рисунок должен отражать спонтанную реакцию участника на имя.

Далее нужно представить себе и нарисовать имя, которое вызывает положительные эмоции, нравится.

Третий рисунок — собственное имя.

Поскольку точные расчеты в баллах не предусмотрены, то инструкция не содержит ограничений в выборе цвета и изобразительных средств. Можно использовать любые цвета, которые, по мнению автора, подходят к данному имени.

При анализе каждого рисунка важно учитывать собственную, авторскую интерпретацию, что позволит лучше понять субъективный опыт рисовальщика. Словом, здесь необходима вербальная обратная связь в любой форме, например, можно попросить участника ответить на вопрос: «Что ты видишь?»

Тест по теме: «Личная гигиена»

Вопрос № 1

Нужно ли умываться утром и вечером?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 2

Можно ли не мыть руки после туалета, перед едой?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 3

Нужно ли мыть руки после игры с животными?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 4

Можно ли перед сном не мыть ноги?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 5

Нужно ли регулярно мыть тело?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 6

Нужно ли следить за чистотой волос?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 7

Нужно ли регулярно стричь ногти?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 8

Можно ли пользоваться чужой расческой, самому стричься чужими ножницами?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 9

Можно ли грызть ногти?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 10

Нужно ли иметь отдельную кровать, свое постельное белье, полотенце?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 11

Можно ли мерить и носить чужие головные уборы, одежду, обувь?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 12

Нужно ли тщательно мыть посуду горячей водой?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 13

Можно ли есть немытые сырые овощи, фрукты и ягоды?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 14

Можно ли пить сырую воду из открытых водоемов (река, озеро, колодец)?

1. Да. 2. Нет

Вопрос № 15

Нужно ли ежедневно (утром и вечером) чистить зубы?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 16

Можно ли не лечить больной зуб?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 17

Можно ли зубами грызть орехи, сахар, карамель, ручки, карандаши?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 18

Нужно ли при кашле и чихании пользоваться носовым платком?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 19

Можно ли плевать куда попало?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 20

Нужно ли регулярно проветривать помещения?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 21

Нужно ли убираться влажным способом?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 22

Нужно ли навещать заразного больного без необходимости?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 23

Нужно ли делать прививки от инфекционных заболеваний?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 24

Нужно ли уничтожать мух?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 25

Нужно ли обращаться за медицинской помощью при получении царапин, ссадин, ран?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 26

Можно ли скрывать сведения о получении укусов от животных?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 27

Нужно ли делать прививки домашним животным?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 28

Можно ли брать животных в постель?

1. Да. 2. Нет.

Вопрос № 29

Можно ли гладить бездомных животных?

1. Да. 2. Нет.

Ответы:

Да - 1, 3, 5, 6, 7,10, 12, 15, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 27

Нет - 2, 4, 8, 9, 11, 13, 14, 16, 17, 19, 22, 26, 28, 29

Тест «Лесенка»

Инструкция (индивидуальный вариант)

При индивидуальной работе с ребенком очень важно создать атмосферу доверия, открытости, доброжелательности. У ребенка должен быть бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш. «Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Объясни почему». В случае затруднений с ответом повторите инструкцию еще раз.

Обработка результатов и интерпретация

При анализе полученных данных исходите, из следующего:

Ступенька 1 – завышенная самооценка.

Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. В беседе дети объясняют свой выбор так: «Я поставлю себя на первую ступеньку, потому что она высокая», «Я самый лучший», «Я себя очень люблю», «Тут стоят самые хорошие ребята, и я тоже хочу быть с

ними». Нередко бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность и соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих).

Именно поэтому в первом классе не используется балльная (отметочная) оценка. Ведь первоклассник (да и нередко ребята второго класса) в подавляющем своем большинстве принимает отметку учителя как отношение к себе: «Я хорошая, потому что у меня пятерка («звездочка», «бабочка», «солнышко», «красный кирпичик»)»; «Я плохая, потому что у меня тройка («дождик», «синий кирпичик», «черточка», «см.»).

Ступеньки 2, 3 – адекватная самооценка

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность: «Я хороший, потому что я помогаю маме», «Я хороший, потому что учусь на одни пятерки, книжки люблю читать», «Я друзьям помогаю, хорошо с ними играю», – и т.д. Это нормальный вариант развития самооценки.

Ступенька 4 – заниженная самооценка

Дети, ставящие себя на четвертую ступеньку, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может о ней рассказать. Например: «Я и ни хороший и ни плохой, потому что я бываю добрым (когда помогаю папе), бываю злым (когда на братика своего кричу)». Здесь налицо проблемы во взаимоотношениях в семье. «Я ни хорошая и ни плохая, потому что пишу плохо буквы, а мама и учительница меня ругают за это». В данном случае разрушены ситуация успеха и положительное отношение школьницы, по меньшей мере к урокам письма; нарушены межличностные отношения со значимыми взрослыми».

Ступеньки 5, 6 – низкая самооценка

Младших школьников с низкой самооценкой в классе около 8–10%. Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На момент опроса что-то могло произойти: ссора с товарищем, плохая отметка, неудачно наклеенный домик на уроке труда и т.д. И в беседе ученик расскажет об этом. Например: «Я плохой, потому что подрался с Сережей на перемене», «Я плохая, потому что написала диктант на три», – и т.д. В таких случаях, как правило, через день-другой Вы получите от ребенка другой ответ (с положительной самооценкой).

Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят, где красной линией проходит мысль: «Я плохой!» Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю его жизнь, вследствие чего он не только не раскроет своих возможностей, способностей, задатков, но и превратит свою жизнь в череду проблем и неурядиц, следуя своей логике: «Я плохой, значит, я не достоин ничего хорошего».

Учителю очень важно знать причину низкой самооценки школьника – без этого нельзя помочь ребенку. Приведем примеры ответов ребят, из которых сразу становится понятно, в каком направлении оказывать им помощь: «Я поставлю себя на нижнюю ступеньку (рисует кружок на пятой ступеньке),

потому что мама говорит, что я невнимательный и делаю много ошибок в тетрадях». Здесь необходима работа с родителями школьника: беседы, в которых следует объяснить индивидуальные особенности ребенка. Например, если это первоклассник, то необходимо рассказать, напомнить лишний раз родителям о том, что ребенок в этом возрасте еще не обладает ни устойчивым вниманием, ни произвольностью поведения, что у каждого ученика свой темп усвоения знаний, формирования учебных навыков. Полезно регулярно напоминать родителям о недопустимости чрезмерных требований к неуспевающему школьнику. Крайне важна демонстрация родителями положительных качеств, каждого успеха их ребенка.

«Я сюда себя поставлю, на нижнюю, шестую ступеньку, потому что у меня двойки в дневнике, а учительница меня ставит в угол». Первое, что необходимо сделать, – это выявить причину неуспешности школьника (его учебы, плохого поведения) и вместе со школьным педагогом-психологом, родителями начать работу по созданию успешной учебной ситуации. Существенную роль может сыграть положительная словесная оценка процесса деятельности и отношения ученика к выполнению учебной работы.

Все педагоги понимают, что отрицательные отметки не способствуют улучшению учебы, а лишь формируют негативное отношение ребенка к школе. Искать положительное в деятельности ученика, указывать даже на незначительные успехи, хвалить за самостоятельность, старание, внимательность – основные способы повышения самооценки школьников. «Я дерусь с ребятами, они меня не принимают в игру» (ставит себя на шестую ступеньку)». Проблема несформированности межличностных отношений – одна из острейших в современном начальном образовании. Неумение детей общаться, сотрудничать друг с другом – основные причины конфликтов в детской среде.

Ступенька 7 – резко заниженная самооценка

Ребенок, который выбирает самую нижнюю ступеньку, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия. Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на школьника факторов. К несчастью, школа нередко становится одним из таких факторов.

Отсутствие своевременной квалифицированной помощи в преодолении причин трудностей в обучении и общении ребенка, несформированность положительных межличностных отношений с учителями, одноклассниками – наиболее частые причины резко заниженной самооценки. Чтобы скорректировать ее, необходима совместная деятельность учителя, школьного педагога-психолога, социального педагога (в случае неблагоприятной обстановки в семье).

Суть педагогической поддержки педагога и его психологической помощи школьникам с низкими показателями уровня самооценки состоит во внимательном, эмоционально-положительном, одобряющем, оптимистически настроенном отношении к ним.

Доверительное общение, постоянный контакт с семьей, вера в ученика, знание причин и своевременное применение способов преодоления трудностей ребенка способны медленно, но поступательно формировать адекватную самооценку младшего школьника.

Памятка поведения в общественных местах.

Инструкция: Изучив правила поведения в общественных местах, составь советы для твоего ровесника, что нужно делать, а чего стоит избегать. Оформи памятку в виде рисунка.