

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Брянской области

**Общеобразовательная автономная некоммерческая организация
«Частная школа № 1»**

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по УВР

М. В. Дюбенюк /Дюбенюк М. В./

от «28» августа 2026 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ОАНО «Частная школа №1»

М. Ю. Охременко /М. Ю. Охременко/

Приказ № 48 от «28» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Основы самопознания»

(для обучающихся 1-4 классов)

г. Брянск 2026

Пояснительная записка

Наше общество переживает период переоценки ценностей: напряженные социально-экономические отношения, противоречивый информационный пресс, повышенные культурные требования к человеку, при понижении уровня общей культуры в обществе - все это ставит ребенка в трудное положение

Сегодня наиболее оправданным является такой подход к организации воспитательной работы, при котором совокупность воспитательных средств направлена на выработку у каждого конкретного воспитанника собственного варианта жизни, достойного его как человека современного общества. Мало просто «воспитывать» традиционные ценностные отношения, воспитанник должен сам на их основе формировать свою жизненную позицию, быть способным на разумный выбор, выработку самостоятельных идей.

Данная программа ориентирована на воспитание личности, способной на управление своим поведением с опорой на существующие стандарты, нормы и законы общества. Особое внимание в программе уделено проблеме общения и усвоения нравственных норм и правил поведения, что обусловлено проблемами вхождения ребенка в социальную среду, усвоения социального опыта воспитанниками основного образовательного учреждения.

Педагогическая целесообразность программы внеурочной деятельности в сфере социально-личностного развития воспитанников обусловлена необходимостью помочь ребенку раскрывать индивидуальные способности, творческие начала собственной личности, формирование устремлений ребенка в интеграции личностных позиций «Я - хочу» и «Я - могу» как основы взаимодействия воспитанника с другими детьми, воспитателем и другими взрослыми. Партнерские отношения, сопричастность взрослого к делам и поступкам детей (позиция «мы вместе», а не «над»), разработка занятий, развивающих потребность в приобретении умений и навыков - это и многое другое учитывается в программе «Основы самопознания».

При разработке содержания программы, основных ее разделов руководствовались положениями личностно-ориентированной педагогики (В.А. Петровский и др.), идеей Л.С. Выготского о связи между развитием и деятельностью учитывались и возрастные интересы.

В основу программы «Основы самопознания» положены следующие принципы:

- принцип природосообразности, который ориентирует на воспитание личности с учетом имеющегося природного потенциала, на основе закономерностей внутреннего развития, поиска, обнаружения и укрепления внутренних сил, поддержке самоопределения воспитанника;
- принцип гуманистической ориентации воспитания, что требует рассмотрения ребенка как главной ценности в системе человеческих отношений, главной нормой которых является гуманность. Принцип требует уважительного отношения к каждому человеку, выделения в качестве приоритетных задач заботы о социальном и психическом здоровье ребенка;
- принцип социальной адекватности воспитания, что требует соответствия содержания и средств воспитания в социальной ситуации, в которой организуется воспитательный процесс; задачи воспитания ориентированы на реальные социально-экономические условия и предполагают формирование у детей прогностической готовности к реализации разнообразных социальных задач;
- принцип индивидуализации воспитания учащихся предполагает определение индивидуальной траектории социального развития каждого ученика, выделение специальных задач, соответствующих его особенностям, включение детей в различные виды деятельности, раскрытие потенциалов личности, предоставление возможности каждому воспитаннику для самореализации и самораскрытия.

Программа рассчитана на 4 года обучения и предназначена для детей младшего школьного возраста (1-4 классы). Занятия комбинированного типа, которые включают в себя теоретический аспект и практическую подготовку, осуществляются прямыми и косвенными путями: используются теоретические и практические ситуации.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 0,5 ч.

Цель программы

Формирование личностных качеств как основы взаимоотношений с людьми, обществом и миром в целом: в процессе социального становления через самопознание, общение, деятельность.

Задачи

1. Формировать у детей представления о биполярных качествах личности и нравственных нормах поведения.
2. Знакомить воспитанников с основными моделями коммуникативного
3. оведения и правилами, регулирующими поведение в обществе с позиции индивидуальности.
4. Развивать механизмы эмоционально-волевого регулирования поведения.
5. Развивать внутреннюю убежденность в востребовании воспитанника обществом.
6. Развивать основы личностной адекватной самооценки, ответственности за свои поступки.
7. Воспитывать сочувствие, желание оказывать поддержку, принимать помощь других.

Формы и методы работы

Формы воспитательной работы:

- познавательная беседа;
- этическая беседа;
- профилактическая беседа;
- игры: ролевые, ситуационные;
- занятия с использованием художественных средств выразительности;
- упражнения;
- тренинги;
- экскурсии;
- тестирование, что осуществляется в режиме коллективных (массовых), групповых, микро групповых и индивидуальных занятиях.

Методы воспитательной работы:

- методы формирования сознания личности (рассказ, беседа, диспут, метод примера);
- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности (приучение, метод создания воспитывающих ситуаций, педагогическое требование, инструктаж, иллюстрации и демонстрации);
- методы стимулирования и мотивации деятельности и поведения личности (соревнование, познавательная игра, эмоциональное воздействие, поощрение и др.);
- методы контроля, самоконтроля и самооценки в воспитании.

Содержание программы

Данная программа состоит из 4 модулей:

1. **Радость познания** (1-4 класс) - 17 часов
2. **Учимся общению** (1-4класс)- 17 часов
3. **Быть человеком** (1-4 класс) – 17 часов
4. **Как прекрасен этот мир** (1-4 класс) – 17 часоа

Первый раздел «**Радость познания**» вводит учащихся в курс «Самопознание». В нем предусмотрены занятия, на которых дети осмысливают роль ученика, стараются ближе познакомиться с одноклассниками, учителями, со школой в целом. Учащиеся получают возможность взглянуть в свой внешний облик, понять самих себя, задуматься о своем характере, о тех социальных ролях, которые они выполняют, осознавать свои эмоции и вырабатывать умение управлять ими. Успешному выполнению этих задач способствует восприятие детьми нравственных ценностей через интересный познавательный материал. В программе данного раздела предусмотрено знакомство учащихся с понятиями: человек, индивидуальность, ученик, школа, знание, познание, самопознание, учение, книга, учебник, увлечения человека.

Социальная роль ребенка - роль ученика школы - связана не только с освоением определенного вида деятельности (учения), но и с изменением всей системы отношений, интересов, ценностей, уклада жизни ребенка. Знания дети данного возраста получают в основном через игровую, внешне и внутренне привлекательную, форму. В связи с этим необходимо широко использовать игровые методы обучения, предлагать различные задачи на осмысление ситуаций, на творческую деятельность, коммуникативно-деятельностное обучение с использованием элементов дискуссии.

Полученные знания позволяют детям понять необходимость проявления заботы и внимания по отношению друг к другу. Выработанные навыки будут способствовать формированию у детей доброты, чуткости, доброжелательности, навыков сотрудничества в процессе школьной жизни. Важность уроков данного раздела заключается еще и в том, что устойчивые доброжелательные отношения в школьном коллективе обуславливают в дальнейшем развитие положительных качеств личности уже взрослого человека.

Во втором разделе программы **«Учимся общению»** основное внимание уделено: развитию коммуникативных умений и навыков (умение слушать, понимать, адекватно оценивать себя и другого, сопереживать, взаимодействовать); умению строить равноправные, добрые взаимоотношения со сверстниками; умению настраивать себя на позитивный лад, выражать свои чувства и распознавать чувства других; овладению навыками разрешения межличностных конфликтов; развитию социальной активности. В программе данного раздела предусмотрено знакомство учащихся с понятиями: любовь, добро, культура общения, вежливость, настроение человека, дружба, друзья, человечность, милосердие, уважение.

Занятия раздела «Учимся общению» ориентированы на раскрытие позитивных аспектов организации доброжелательного климата в детском коллективе, оптимистический прогноз поведения учащихся через психологическую установку на уважение к окружающим и друг другу, на эмоциональное тепло и взаимопонимание, при котором никто не будет обижен и обделен вниманием. Методические приемы направлены на совместный поиск путей предотвращения конфликтов и определение достойных способов выхода из создавшихся конфликтных ситуаций. Необходимо терпеливо учить школьников находить корректные способы реагирования на недостойное поведение других, формировать и развивать умение детей прощать, проявлять снисходительность, благородство, терпимость.

Важно, чтобы в процессе обучения ребенок усвоил этические нормы отношений между людьми. Для этого надо развивать у него навыки общения, дух сотрудничества и коллективизма, учить понимать чувства другого, общаться и взаимодействовать в группе, дружить с другими детьми, делить с ними успехи и неудачи, контролировать свое поведение, сознательно им управлять, быть смелым и уверенным в себе в разных жизненных ситуациях.

Различные формы практического включения детей в упражнения, игры, творчество, эксперимент, деятельность должны способствовать приобщению растущего человека к нормам воспитанности, формированию эмоционально-мотивационных установок по отношению к себе, окружающим, сверстникам и взрослым людям, развитию коммуникативных и социальных навыков, умений и опыта общения, необходимых для правильного поведения в обществе и личностного развития.

Предполагается, что знания о приемах, средствах и методах вежливого общения, полученные на занятиях данного раздела, дадут детям представление об искусстве человеческих взаимоотношений, позволят воспитывать в них добрые и искренние чувства к близким людям, одноклассникам, знакомым. Они научат детей понимать эмоциональное состояние собеседника, правильно выражать свои мысли и чувства, ценить хорошие отношения и получать радость от общения с окружающими людьми, проявлять о них заботу и предлагать им посильную помощь.

Третий раздел **«Быть человеком»** разработан с учетом психологических особенностей возрастного развития детей: возрастающей осознанности поведения, впечатлительности, интенсивного развития чувств, общего эмоционального тонуса (жизнерадостность, бодрость), волевых качеств. Раздел содержит материал, способствующий развитию навыков принятия ребенком нравственных ценностных ориентаций. Так, учащиеся знакомятся с такими нравственными понятиями, как самостоятельность и ответственность, трудолюбие, отзывчивость, справедливость, совесть, честь, смелость и др. Особое внимание уделяется формированию нравственных качеств ребенка, которые будут способствовать развитию

доброты, дружелюбия, выдержки, целеустремленности, смелости, самоуважения, достоинства, умения сочувствовать, проявлять внимание к другим людям, животным, природе.

Содержанием программы предусмотрено познание себя и других, развитие умения сравнивать, анализировать поступки других и собственные, видеть и оценивать их этическое содержание.

Содержание и методы обучения направлены на развитие эмоциональной отзывчивости детей, на создание условий для воспитания самоуважения, чувства собственного достоинства, проявления чувства эмпатии. Образовательный процесс должен быть построен с позиций самого ребенка, его жизненного опыта, поэтому информация, передаваемая ученикам в процессе образования и воспитания, должна быть не просто принята во внимание ребенком, но и эмоционально прожита. Необходимо использовать имеющийся опыт, на основе которого происходит обучение детей нравственным способам разрешения жизненных ситуаций.

При изучении раздела ведущим методом целесообразно использовать этическую беседу. В процессе обсуждения фактов проявления нравственности учителю необходимо пробуждать положительные эмоции детей, развивать чувство собственного достоинства. Содержание этических бесед должно быть связано с разнообразной деятельностью детей, чтобы они могли ориентироваться в общественных явлениях, осознавать свое поведение, предвидеть нравственные результаты своих поступков. Эффективным приемом и средством нравственного воспитания являются специально составленные познавательные задачи. В ходе их решения младшие школьники применяют известные им нравственные понятия при рассмотрении поступков, анализе ситуаций, выражении своего личного отношения к ним. На уроках необходимо отводить время для размышлений, мечтаний о будущем – это минуты тишины и раздумий о разных проблемах: о самом себе, о близких и родных, о добре и зле, об улучшении жизни людей. В результате такой работы дети научатся: видеть достоинства и недостатки собственного поведения и поведения окружающих людей в быту, в общественных местах; поступать по справедливости, подчинять свои желания общим интересам; действовать самостоятельно и самостоятельно находить решение поставленных задач.

Полученные представления о поступках и привычках людей дадут возможность младшему школьнику вырабатывать социально значимые мотивы положительного поведения, развивать в себе желание подражать хорошим примерам. Заложенные основы знаний и воспитания помогут ребенку вырабатывать в себе чувство ответственности за свои поступки, требовательность по отношению к себе, позволят формировать правильную самооценку, что поможет развитию основных черт личности.

Содержание четвертого раздела **«Как прекрасен этот мир!»** ориентировано на формирование у младших школьников опыта нравственных отношений с окружающим миром. В целях формирования эстетического отношения к природе и укрепления здоровья детей, необходимо организовывать экологически творческую деятельность. Эмоциональная насыщенность занятий обеспечивается использованием форм, привлекательных для младших школьников – познавательные, сюжетно-ролевые игры, праздники, практические работы с природным материалом, проектная деятельность, экскурсии, посильная для этого возраста природоохранная деятельность.

Структура содержания раздела **«Как прекрасен этот мир!»** создает условия для установления связей между элементами этических, валеологических, правовых знаний. Компоненты этих знаний, включенных в содержание раздела, связываются по смыслу с гуманистическими общечеловеческими ценностями. Так, на уроках, посвященных раскрытию ценности жизни и здоровья человека, учащиеся узнают о праве каждого человека на жизнь и охрану здоровья, о праве детей на выживание и особую заботу государства об их здоровье, об обязанности каждого уважать право другого человека на жизнь, знакомятся с экологическими проблемами.

Нравственные качества не могут возникать вне деятельности. Поэтому очень важно, чтобы дети имели достаточный объем самостоятельного общественно полезного труда и других видов деятельности, в которых могли бы реализовать свои знания о нормах и правилах морали, направить свою деятельность на служение обществу.

Сформированный опыт нравственного и экологически ориентированного поведения поможет младшему школьнику научиться жить в гармонии с собой и окружающим миром,

сохранять и укреплять свое здоровье, обеспечивать экологические условия для своей жизнедеятельности – труда, отдыха, питания, формировать у учащихся навыки экологически грамотного, нравственного поведения в природе.

Эффективность нравственно-духовного образования младших школьников во многом зависит от согласованной работы учителей и семьи. Родителям необходимо знать, какие нормы нравственности преподносит учитель, какие требования предъявляются к поведению детей, как оцениваются их поступки по нравственному критерию, каково общественное мнение в классном коллективе. Единство воспитывающего влияния родителей и педагогов проявляется в однозначном понимании целей и конкретных задач воспитания, в умении реализовать их, используя разнообразие методов и приемов. Для повышения эффективности этического просвещения младших школьников необходимо, чтобы и родители анализировали свой опыт бесед с детьми на моральные темы, видели результаты (положительные и отрицательные) воздействия словом и поведением на нравственное развитие детей, на их поступки. Привлечение родителей к реализации программы курса достигается разными способами. Широко практикуются совместные домашние задания (для детей и их родителей), предоставление литературы, проведение ознакомительных занятий и тренингов, бесед, раскрывающих цели, задачи и методику курса. Это позволяет обеспечить непрерывность воспитания детей как в школе, так и дома.

1. Ожидаемые результаты:

Учащиеся научатся (целевой ориентир плана воспитательной работы из раздела «Духовно-нравственное воспитание»):

- осознавать и понимать смысл духовно-нравственных категорий курса: Я для мира – мир для меня, Каким мир принимает меня?, Любовь в моем сердце, Учимся строить отношения с людьми, Родина, любимая земля!, Я – частица единой вселенной;
- формировать первый опыт мировосприятия и мироощущения через присоединение к духовно-нравственным ценностям;
- выражать свои впечатления от услышанной или прочитанной информации;
- преобразовывать полученную информацию при выполнении активных форм обучения;
- анализировать задания, планировать процесс работы, осуществлять поэтапный контроль за ходом работы;
- принимать совместное решение;
- анализировать свою работу, работу пары, группы.

Обучающиеся получают возможность научиться: ценить духовно-нравственные категории: Я для мира – мир для меня, Каким мир принимает меня?, Любовь в моем сердце, Учимся строить отношения с людьми, Родина, любимая земля!, Я – частица единой вселенной, осознавать их значение в формировании собственной культуры и мировоззрения;

- приобретать социокультурный опыт общения, управления собственной деятельностью и деятельностью группы.
- мини-сочинения, рисунки, рассказывающие о самых ярких впечатлениях школьной жизни.

Система заданий, ориентированных на формирование УУД.

Личностные УУД (целевой ориентир плана воспитательной работы из раздела «Духовно-нравственное воспитание»).

1. Действия, реализующие потребность школьника в социально-значимой и социально оцениваемой деятельности, направленность на достижение творческой самореализации.
2. Действия, характеризующие уважительное отношение к духовно-нравственным ценностям.
3. Действия, способствующие закреплению восприятия, осмысления и прочувствования материала.

Регулятивные УУД.

1. Отбор эффективных способов решения задач при выполнении тренингов.
2. Самоконтроль результата работы путем сравнения его с результатами деятельности своих одноклассников в парах, группах.
3. Анализ и самоанализ деятельности при рефлексии.

Познавательные УУД (целевой ориентир плана воспитательной работы из раздела «Познавательное воспитание»).

1. Осуществление поиска необходимой информации в учебнике, словарях, справочниках, в том числе на электронных носителях.
2. Сохранение информации на бумажных и электронных носителях в виде упорядоченной структуры.
3. Анализ полученной информации и использование ее в организации работы на уроке.
4. Выполнение активных форм обучения.
5. Выражение своих впечатлений от услышанной и прочитанной информации в виде жанровых рисунков, цветовых гамм, изображение конкретных предметов или явлений природы.
6. Составление рассказов, сообщений по заданной теме.
7. Комментированное чтение статей.
8. Поиск необходимой информации в Интернете.

Коммуникативные УУД.

1. Учет позиции собеседника (соседа по парте).
2. Умение договариваться, приходить к общему решению в совместной творческой деятельности при выполнении тренингов.
3. Умение задавать вопросы, необходимые для организации сотрудничества с партнером (соседом по парте).

Тематическое планирование

1-2 классы

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Тема учебного занятия	Ресурсы
1	Радость познания	0,5	Радость встречи	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru https://resh.edu.ru/
2-3		1	В страну самопознания мы начинаем путь	
4-5		1	Стремление к знаниям	
6-7		1	Наш дружный класс	
8		0,5	Наш общий дом	
9	Учимся общению	0,5	Учимся прощать	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru https://resh.edu.ru/
10		0,5	Я умею прощать	
11		0,5	Учимся дружить	
12		0,5	Я уважаю себя и других	
13		0,5	Азбука мудрости	
14-15		1	Кого мы любим?	
16		0,5	Любовь к Родине	
17	Быть человеком	0,5	Учимся быть ответственными	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru https://resh.edu.ru/
18-19		1	Быть честными и правдивыми	
20-21		1	Быть трудолюбивыми	
22-23		1	Быть чуткими и отзывчивыми	
24		0,5	Красота души человека	
25	Как прекрасен этот мир	0,5	Учимся понимать природу	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru https://resh.edu.ru/
26		0,5	Учимся беречь природу	
27-28		1	Быть здоровыми и счастливыми	

29		0,5	Учимся доброте	
30-31		1	Мастерская добрых дел	
32		0,5	Чему мы научились?	
33-34	Итоговое повторение	1	Что узнали? Чему научились?	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru https://resh.edu.ru/
	ИТОГО	17		

3 класс

п/п	Названия разделов	№ зан .	Темы учебных занятий	Кол-во часов	Ресурсы
1	РАДОСТЬ ПОЗНАНИЯ	1-2	Я познаю себя	1	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru https://resh.edu.ru/
		3	Изучаем общечеловеческие ценности	0,5	
		4	Учение - мой труд	0,5	
		5	Книга - источник знаний	0,5	
		6	Не имя красит человека, а человек - имя	0,5	
		7	Будущее начинается сегодня	0,5	
		8	Путь любви и добра	0,5	
2	УЧИМСЯ ОБЩЕНИЮ	9	Все начинается с любви...	0,5	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru
		10-11	Дом, в котором я живу	1	
		12	Дорожить дружбой	0,5	
		13	Культура общения	0,5	
		14	Понимать себя и других	0,5	
		15	С нами - девочки, с нами - мальчики...	0,5	https://resh.edu.ru/
		16	Правила общения	0,5	
3	БЫТЬ ЧЕЛОВЕКОМ	17	Жизнерадостность и оптимизм	0,5	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru https://resh.edu.ru/
		18	О доброжелательности	0,5	
		19	О целеустремленности	0,5	
		20	Уважение к себе и другим	0,5	
		21	Щедрость и великодушие	0,5	
		22	Честность и справедливость	0,5	
		23	Красота и гармония	0,5	
		24	Быть патриотом своей страны	0,5	
4	КАК ПРЕКРАСЕН ЭТОТ МИР!	25	Люблю тебя, мой край родной!	0,5	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru https://resh.edu.ru/
		26	Секреты здоровья	0,5	
		27-28	В гармонии с природой	1	
		29	Культурное наследие народа	0,5	

		30	Мудрость веков	0,5	
		31-32	Радость творчества	1	
		33-34	Итоговое повторение	1	
			Итого	17	

4-класс

п/п	Названия разделов	№ зан.	Темы учебных занятий	Кол-во часов	Ресурсы
1	РАДОСТЬ ПОЗНАНИЯ	1	Здравствуй мир!	0,5	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru/ https://resh.edu.ru/
		2	Доброе имя	0,5	
		3	Путь к истине	0,5	
		4-5	Цель жизни	1	
		6	Учимся видеть хорошее	0,5	
		7	Какой я	0,5	
		8	Мои увлечения	0,5	
2	УЧИМСЯ ОБЩЕНИЮ	9	Начала начал...	0,5	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru/ https://resh.edu.ru/
		10	Традиции семьи	0,5	
		11	Мой коллектив	0,5	
		12	Жить по совести	0,5	
		13-14	Учимся взаимопониманию	1	
		15	Ровесницы, ровесники...	0,5	
		16	Дорожим дружбой	0,5	
3	БЫТЬ ЧЕЛОВЕКОМ	17	Самостоятельность и ответственность	0,5	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru/ https://resh.edu.ru/
		18	Смелость и решительность	0,5	
		19	Бескорыстие и великодушие	0,5	
		20	Честность и благородство	0,5	
		21-22	Культура человека	1	
		23-24	Я гражданин!	1	
4	КАК ПРЕКРАСЕН ЭТОТ МИР!	25	Природа - источник жизни	0,5	http://kidsportal.by.ru/ http://school.edu.ru/ https://resh.edu.ru/
		26	Берегите природу!	0,5	
		27	Живая вода	0,5	
		28	Красота родной земли	0,5	
		29-30	Живительные силы природы	1	
		31-32	Радость творчества	1	
		33-34	Итоговое повторение	1	
			Итого	17	

