

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа № 2
городского округа Отрадный Самарской области



УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 1 от г.

Директор ГБОУ ООШ №2 Юрковская О.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Профессия – школьник»

1-4 классы

Направление: СОЦИАЛЬНОЕ

Срок реализации: 01.09.20-31.08.24

Составитель:

Должность: педагог-психолог

ФИО: Романова Наталья Викторовна

«СОГЛАСОВАНО НА ЗАСЕДАНИИ ШМО»

Рекомендуется к утверждению

Протокол № 1 от 1.

Председатель ШМО:

Юрковская О.А.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по ВР: Кострюкова О. А.

Дата: 18.08.20

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа № 2
городского округа Отрадный Самарской области

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № _____ от г.

Директор ГБОУ ООШ №2 _____ /Юрковская О.А./

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Профессия – школьник»

1-4 классы

Направление: СОЦИАЛЬНОЕ

Срок реализации: 01.09.20-31.08.24

Составитель:

Должность: педагог-психолог

ФИО: Романова Наталья Викторовна

«СОГЛАСОВАНО НА ЗАСЕДАНИИ ШМО»

Рекомендуется к утверждению

Протокол № _____ от _____.

Председатель ШМО:

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по ВР: _____ Кострюкова О. А.

Дата: _____

Аннотация к рабочей программе внеурочной деятельности

«Профессия – школьник»

2 - 4 классы

Нормативная база программы:	<ol style="list-style-type: none">1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897, в редакции приказа Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 г. № 1644, от 31 декабря 2015 г № 1577);3. Примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15);4. Основная образовательная программа основного общего образования ГБОУ ООШ №2 г.о. Отрадный;5. Концепция духовно – нравственного развития и воспитания личности гражданина России / А.Я.Данилюк, А.М.Кондаков, В.А.Тишков. – М.: Просвещение6. Битянова, М.Р. Азарова, Т.В. Земских, Т.В. Профессия – школьник. [Текст]: учебно – методическое пособие для школьных психологов/ под редакцией М.Р. Битяновой. – М.: Генезис,2000. – 107с.7. Битянова, М.Р. Азарова, Т.В. Земских, Т.В. Профессия – школьник. [Текст]: Пособие для родителей/ под редакцией М.Р. Битяновой. – М.: Генезис,2000. – 107с. <p>Битянова, М.Р. Азарова, Т.В. Земских, Т.В. Профессия – школьник. [Текст]: Рабочая тетрадь школьника/ под редакцией М.Р. Битяновой. – М.: Генезис,2000. – 107с.</p>
Общее количество часов:	136
Уровень реализации:	базовый
Срок реализации:	01.09.20-31.08.24
Автор(ы)рабочей программы:	Романова Н.В.

Учебно-методический комплект

Составляющие УМК	Название	Автор	Год издания	Издательство
Учебно – методическое пособие для школьных психологов	Профессия – школьник	Битянова, М.Р. Азарова, Т.В. Земских, Т.В.	2000	– М.: Генезис

Планируемые результаты освоения курса

№	Название раздела (темы)	Планируемые результаты					
		личностные		предметные		метапредметные	
		основная группа обучающихся	дети с ОВЗ	основная группа обучающихся	дети с ОВЗ	основная группа обучающихся	дети с ОВЗ
1.		<p><u>Учащиеся будут сформированы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • позитивная динамика эмоционального развития ребенка; удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителями • ответственное отношение к учению; • готовность и способность к саморазвитию на основе мотивации к обучению и познанию; • умения ясно, точно, грамотно излагать свои мысли в устной и письменной речи; понимать смысл 	<ul style="list-style-type: none"> • Уч-ся успешно адаптируются к условиям обучения по ФГОС в начальной школе, признакам и которой являются: удовлетворенность процессом обучения и школой в целом; снижение уровня школьной тревожност 	<p><u>Ученик научится:</u></p> <p>Учитывать требования, предъявляемых учащимся 1-4 кл; - выполнять правила поведения на уроках и в школе.</p> <p>-использовать свои возможности: характера, свои достоинства и недостатки, - особенности своего мышления, внимания и памяти для решения учебных задач;</p> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> • овладеют базовыми понятиями по основным разделам содержания; • работать в команде; • решать конфликтные ситуации; • использовать способы саморегуляции; • произвольно управлять поведением, в соответствии с 	<p><u>Регулятивные:</u></p> <p><u>Ученик научится:</u></p> <p>строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка): выделять свойства в изучаемых объектах и дифференцировать их; овладеет приемами контроля и самоконтроля усвоения изученного; работать по алгоритму, с памятками, правилами – ориентирами по формированию общих приемов учебной деятельности по усвоению понятий.</p> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> • овладеют общеучебными умениями с учетом индивидуальных возможностей; освоение умственных действий; • сформируют коммуникативные навыки, направленные на сотрудничество и конструктивное

		<p>поставленной задачи; выстраивать аргументацию; способность к эмоциональному восприятию языковых объектов, лингвистических задач, их решений, рассуждений; <u>У обучающихся могут быть сформированы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности; креативность мышления, инициативность, находчивость, активность при решении логических задач. 	<p>ти;</p> <ul style="list-style-type: none"> позитивная динамика эмоционального развития ребенка; удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителями; развитие познавательных, регулятивных, личностных и коммуникативных УУД. 	<p>-самопознанию (наблюдения и осознания происходящих в самом себе изменений);</p> <ul style="list-style-type: none"> использовать способы саморегуляции; развить навыки произвольного управления поведением, в соответствии с правилами и требованиями школьной жизни и учетом мнения сверстников и учителей; улучшить межличностное общение в группе, когда учитываются разные точки зрения внутри группы, когда договариваются и приходят к общему мнению; формулировать вопросы к взрослому с указанием на недостаточность информации или свое непонимание информации. 	<p>правилами и требованиям и школьной жизни и учетом мнения сверстников и учителей;</p>	<ul style="list-style-type: none"> Последовательно перейдет к самоуправлению и саморегуляции в учебной деятельности, обеспечивая базу будущего профессионального образования и самосовершенствования. определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учётом конечного результата; концентрироваться для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий. <p><u>Познавательные:</u> <i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> способам познания окружающего мира, построения самостоятельного процесса поиска, исследования и совокупность операций по обработке, систематизации, обобщению и использованию полученной информации: находить в различных источниках информацию, 	<p>общение и т. д.</p>
--	--	--	---	--	---	--	------------------------

					<p>необходимую для решения проблем, и представлять её в понятной форме; принимать решение в условиях неполной и избыточной, точной и вероятностной информации.</p> <p><i>Ученик получит возможность научиться:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • устанавливать причинно-следственные связи; строить логические рассуждения и делать выводы; • планировать и осуществлять деятельность, направленную на решение задач исследовательского характера; • устанавливать причинно-следственные связи, выстраивать рассуждения, обобщения. <p><u>Коммуникативные:</u></p> <p><i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками (определять цели, распределять функции и роли участников); • взаимодействовать и 	
--	--	--	--	--	--	--

						<p>находить общие способы работы; работать в группе (находить общие решения и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; слушать партнёра; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение);</p> <ul style="list-style-type: none"> • прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения; • разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников; • координировать и принимать различные позиции во взаимодействии; <p>аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

Коррекционно - развивающие задачи:

1. Развитие и коррекция внимания.

2. Совершенствование моторного развития, каллиграфических и графических навыков.
3. Развитие слуха, навыков звукового слогового анализа и синтеза.
4. Развитие оперативной памяти.
5. Совершенствование речевого развития.
6. Развитие словесно – логического мышления.
7. Развитие навыков самоконтроля и самооценки.

Тематическое планирование курса

1 класс

№	Название раздела (темы)	Содержание учебного предмета, курса	Количество часов	Форма организации		Вид учебной деятельности	
				основная группа обучающихся	дети с ОВЗ	основная группа обучающихся	дети с ОВЗ
1.	1. Какой я?	ознакомление детей с задачами и формами работы, сплочение группы, создание в ней доброжелательной атмосферы, формирование первичных навыков самоанализа и познания себя как субъекта учебной деятельности.	6	Беседа, игровые упражнения	Беседа, игровые упражнения	групповая, индивидуальная.	групповая, индивидуальная.
2.	Познавательные процессы	ознакомление детей с особенностями процессов восприятия, внимания, мышления и памяти, помочь выработать эффективные приёмы управления этими процессами в учебной деятельности.	22	Обсуждения, диагностика, игровые упражнения	Обсуждения, диагностика, игровые упражнения	Парная, групповая	Парная, групповая

				я			
3.	Ведущее полушарие мозга	ознакомление с познавательной деятельностью, которая связана с доминированием определённого полушария головного мозга	4	Обсуждения, беседа, диагностика,	Обсуждения, беседа, диагностика	групповая, индивидуальная.	групповая, индивидуальная.
4.	Итоговое занятие	Игра «Королевство внутреннего мира»	2	тренинг	тренинг	групповая	групповая
	Итого		34 часа				

2 класс

№	Название раздела (темы)	Содержание учебного предмета, курса	Количество часов	Форма организации		Вид учебной деятельности	
				основная группа обучающихся	дети с ОВЗ	основная группа обучающихся	дети с ОВЗ
1.	1. Какой я?	ознакомление детей с задачами и формами работы, сплочение группы, создание в ней доброжелательной атмосферы, формирование первичных навыков самоанализа и познания себя как субъекта учебной деятельности.	6	Беседа, игровые упражнения	Беседа, игровые упражнения	групповая, индивидуальная.	групповая, индивидуальная.
2.	Познавательные процессы	ознакомление детей с особенностями процессов восприятия, внимания, мышления и памяти, помочь выработать эффективные приёмы управления этими процессами в учебной деятельности.	22	Обсуждения, диагностика, игровые упражнения	Обсуждения, диагностика, игровые упражнения	Парная, групповая	Парная, групповая
3.	Ведущее полушарие мозга	ознакомление с познавательной деятельностью, которая связана с доминированием определённого полушария головного мозга	4	Обсуждения, беседа, диагностика	Обсуждения, беседа, диагностика	групповая, индивидуальная.	групповая, индивидуальная.

				ка,			
4.	Итоговое занятие	Игра «Королевство внутреннего мира»	2	тренинг	тренинг	групповая	групповая
	Итого		34 часа				

4 класс

№	Название раздела (темы)	Содержание учебного предмета, курса	Количество часов	Форма организации		Вид учебной деятельности	
				основная группа обучающихся	дети с ОВЗ	основная группа обучающихся	дети с ОВЗ
1.	1. Какой я?	ознакомление детей с задачами и формами работы, сплочение группы, создание в ней доброжелательной атмосферы, формирование первичных навыков самоанализа и познания себя как субъекта учебной деятельности.	9	Беседа, игровые упражнения	Беседа, игровые упражнения	групповая, индивидуальная.	групповая, индивидуальная.
2.	Познавательные процессы	ознакомление детей с особенностями процессов восприятия, внимания, мышления и памяти, помочь выработать эффективные приёмы управления этими процессами в учебной деятельности.	46	Обсуждения, диагностика, игровые упражнения	Обсуждения, диагностика, игровые упражнения	Парная, групповая	Парная, групповая
3.	Ведущее полушарие мозга	ознакомление с познавательной деятельностью, которая связана с доминированием определённого полушария головного мозга	10	Обсуждения, беседа, диагностика,	Обсуждения, беседа, диагностика	групповая, индивидуальная.	групповая, индивидуальная.

4.	Итоговое занятие	Игра «Королевство внутреннего мира»	3	тренинг	тренинг	групповая	групповая
	Итого		68 часов				

Формы контроля и критерии оценки результатов:

Входной контроль; текущий контроль – наблюдение, анализ продуктов деятельности, творческих работ, тетрадей; итоговый контроль – участие в игре «КОРОЛЕВСТВО ВНУТРЕННЕГО МИРА» - РАЗВИВАЮЩАЯ ИГРА ДЛЯ ДЕТЕЙ (МОДИФИЦИРОВАННЫЙ И АДАПТИРОВАННЫЙ ВАРИАНТ (ПРИЛОЖЕНИЕ)). Участие в данной игре позволит выявить уровень знаний и умений по всему пройденному материалу. Учащийся получает зачет по всему курсу, т.к. в игре используются вопросы по всему курсу программы. В случае выявления пробелов в освоении программы во время игры, учащийся получает памятку по теме вопроса, по которой может во время игры еще раз изучить вопрос. Данный метод выявления знаний по программе является безоценочным и более щадящим для всех групп учащихся. Такая организация итогового контроля дает возможность каждому ученику чувствовать себя включенным в групповой процесс и вместе с тем сохранять необходимую приватность. Позволяет педагогу-психологу использовать ресурсное состояние учащихся для решения вопросов актуальной зоны развития.

Календарно – тематическое планирование курса

2 класс

№ урока	№ урока в теме	Тема урока	дата
1	1	1. Какой я?	
2	2	Введение в тему « Какой я? »	
3	3	Мои сильные и слабые стороны	
4	4	Что я могу и чего не могу?	
5	5	Познание себя – познание других.	
6	6	Итоговый урок по теме, «Какой я?»	
7	1	2.Познавательные процессы: Память	
8	2	Знакомься: твоя память	
9	3	Учусь запоминать	
10	4	Как я слышу слово?	
11	5	Как мне легче запоминать: ищем новые способы	

12	6	Итоговый урок по теме «Память»
13	1	Познавательные процессы: Внимание
14	2	Знакомься: Твоё внимание.
15	3	Внимание: продолжаем знакомиться
16	4	Внимание и интерес
17	5	Я знаю, как быть внимательным
18	6	Итоговый урок по теме «Внимание»
19	1	Познавательные процессы: Восприятие
20	2	Знакомься: твоё восприятие
21	3	Что я могу воспринимать? Свойства моего восприятия
22	4	Слушатель, зритель, деятель – кто я?
23	5	Итоговое занятие по теме «Восприятие»
24	1	Познавательные процессы: Мышление
25	2	Что такое мышление?
26	3	Игры: «Загадка», «Найди такой же», «Аналогии».
27	4	Игры: «Загадка», «Найди такой же», «Аналогии».
28	5	Итоговое занятие по теме «Мышление».
29	1	Ведущее полушарие мозга. Знакомься: твоя правая рука, твоя левая рука
30	2	Кто я: левша или правша?
31	3	Теперь я знаю, кто я
32	4	Итоговое занятие по теме «Ведущее полушарие мозга»
33	1	Итоговое занятие Игра «Королевство внутреннего мира»
34	2	Итоговое занятие Игра «Королевство внутреннего мира»
Всего:	34 ч.	

Календарно – тематическое планирование курса

4 класс

№ урока	№ урока в	Тема урока	дата
---------	-----------	------------	------

	теме		
1	1	1. Какой я?	
2	2	Мои сильные и слабые стороны	
3	3	Мои сильные и слабые стороны	
4	4	Что я могу и чего не могу?	
5	5	Что я могу и чего не могу?	
6	6	Познание себя – познание других.	
7	7	Познание себя – познание других.	
8	8	Итоговый урок по теме, «Какой я?»	
9	9	Итоговый урок по теме, «Какой я?»	
10	1	2.Познавательные процессы: Память	
11	2	Знакомься: твоя память	
12	3	Учусь запоминать	
13	4	Учусь запоминать	
14	5	Учусь запоминать (продолжение)	
15	6	Учусь запоминать (продолжение)	
16	7	Как я слышу слово?	
17	8	Как я слышу слово?	
18	9	Как мне легче запоминать: ищем новые способы	
19	10	Как мне легче запоминать: составляем истории	
20	11	Как мне легче запоминать: ищем новые способы	
21	12	Как мне легче запоминать: составляем истории	
22	13	Итоговый урок по теме «Память»	
23	14	Итоговый урок по теме «Память»	
24	1	Познавательные процессы: Знакомься: Твоё внимание.	
25	2	Знакомься: Твоё внимание	
26	3	Внимание: продолжаем знакомиться	
27	4	Внимание: продолжаем знакомиться	
28	5	Внимание и интерес	
29	6	Внимание и интерес	
30	7	Наш пострел везде поспел	
31	8	Наш пострел везде поспел	
32	9	Я знаю, как быть внимательным	
33	10	Я знаю, как быть внимательным	
34	11	Итоговый урок по теме «Внимание»	
35	12	Итоговый урок по теме «Внимание»	

36	1	Познавательные процессы: Знакомься: твоё восприятие
37	2	Знакомься: твоё восприятие
38	3	Что я могу воспринимать?
39	4	Что я могу воспринимать?
40	5	Свойства моего восприятия
41	6	Свойства моего восприятия
42	7	Слушатель, зритель, деятель – кто я?
43	8	Слушатель, зритель, деятель – кто я?
44	9	Итоговое занятие по теме «Восприятие»
45	10	Итоговое занятие по теме «Восприятие»
46	1	Познавательные процессы: Что такое мышление?
47	2	Что такое мышление?
48	3	Игры: «Загадка»
49	4	Игра «Загадка»,
50	5	«Найди такой же»,
51	6	«Найди такой же»,
52	7	«Аналогии».
53	8	Игра «Аналогии».
54	9	Итоговое занятие по теме «Мышление».
55	10	Итоговое занятие по теме «Мышление».
56	1	Ведущее полушарие мозга. Знакомься: твоя правая рука, твоя левая рука
57	2	Знакомься: твоя правая рука, твоя левая рука
58	3	Кто я: левша или правша?
59	4	Кто я: левша или правша?
60	5	Теперь я знаю, кто я
61	6	Теперь я знаю, кто я
62	7	Итоговое занятие по теме «Ведущее полушарие мозга»
63	8	Итоговое занятие по теме «Ведущее полушарие мозга»
64	9	Теперь я знаю себя
65	10	Теперь я знаю себя
66	1	Игра «Королевство внутреннего мира»
67-68	2,3	Итоговое занятие Игра «Королевство внутреннего мира»

Всего 68 часов

КОРОЛЕВСТВО ВНУТРЕННЕГО МИРА
РАЗВИВАЮЩАЯ ИГРА ДЛЯ ДЕТЕЙ
(МОДИФИЦИРОВАННЫЙ И АДАПТИРОВАННЫЙ ВАРИАНТ)

Данная игра является модифицированным и адаптированным вариантом настольной игры И.В. Вачкова

Развивающая игра «Королевство Внутреннего Мира» предназначена для расширения представления детей о некоторых психологических понятиях, развития у них познавательных процессов – памяти, мышления, воображения, внимания, а так же эмоциональной сферы. В игру могут играть дети от 11 лет и старше. Всего в ней могут принимать участие от 2 до 15 игроков. Перед началом игры всех игроков необходимо разделить на 2 команды. Каждая команда по очереди бросает 2 кубика. На одном кубике выпадает игровая ячейка, на втором – номер задания (одновременно и количество баллов за правильное выполнение задания) или сюрприз.

Особенностью игры является такой подбор и такая формулировка заданий, которые позволяют одно и то же упражнение выполнять неоднократно, каждый раз наполняя его новым содержанием и заставляя детей проявлять творчество и инициативу. Игра может быть эффективно использована как способ коррекции психологического развития на классных часах, тренинговых занятиях и т. п.

МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ИГРЫ:

Игровое поле – представляет собой экран, разбитый на 6 ячеек. Каждая ячейка имеет свое название и цвет:

Внимание. Память. Мышление. Воображение. Характер. Чувства

Поле проецируется на экран с помощью мультимедиа установки. В каждой ячейке нарисовано по 6 пронумерованных воздушных шариков от 1 до 6. Каждый 6 – ой шарик отличается по цвету. Это шарик с сюрпризом.

Игральные кубики – 2 штуки. На гранях одного кубика написаны названия ячеек игрового поля, на гранях другого нарисованы точки как на обычном игральном кубике от 1 до 6.

Фишки «единицы знаний» - фишки в виде треугольников и кругов для каждой команды. На каждой фишке написан ее номинал, т. е. количество баллов от 1 до 6.

Памятки – изготовлены на основе практических советов приведенных в книге И. Вачкова «Приключения во внутреннем мире или психология для старшеклассников»

Бумага для рисования, фломастеры – для работы в конкурсах

ПЛАН - КОНСПЕКТ игры

Добрый день, дорогие друзья!

Сегодня я, волшебница Психика, предлагаю вам совершить виртуальное путешествие в Королевство Внутреннего Мира. Цель нашего путешествия, а значит и всей игры: расширение ваших знаний и представлений о себе, а так же мы будем развивать память, воображение и еще много чего.

И для начала я предлагаю вамделиться на три команды. Молодцы! Спасибо!

Давайте познакомимся с правилами игры: Игрокам нужно набрать как можно больше очков за небольшой промежуток времени. Игровое поле это 6 клеточек с разными научными названиями. В каждой ячейке нарисовано и пронумеровано по 6 воздушных шариков. В каждой ячейке есть шарик № 6, он отличается от остальных по цвету. Под этим шариком скрыт сюрприз.

Каждая команда по очереди кидает кубики. На одном кубике выпадает название ячейки, а на другом количество баллов и одновременно номер шарика из выпавшей ячейки. Если команда выполнит задание, скрытое под шариком, она получает указанное количество баллов, в случае если команда не полностью или не точно выполнит задание, она получает половину выпавших баллов.

Жеребьевка: каждая команда по очереди кидает кубик. Начинает команда, у которой выпало больше очков.

Ну, что ж, желаю вам успехов! Начинаем!

Ход игры

Молодцы! Победила команда_____.

Мне все же хотелось бы подарить вам ВСЕ памятки сегодняшней игры. А вот последнюю, итоговую памятку я обязательно хочу прочесть вам сейчас.

ПРИЛОЖЕНИЕ

**КАРТОЧКИ С ЗАДАНИЯМИ
«ВНИМАНИЕ»**

1

Закрой глаза и опиши, во что одеты любые 2 из остальных игроков вашей команды.

2

Закрой глаза и перечисли все звуки, которые ты слышишь.

3

Закрой глаза и скажи, какого цвета глаза и волосы у сидящих по бокам от тебя.

4

Закрой глаза и назови игроков вашей команды, распределив их по росту от самого маленького до самого высокого

5

Не поворачиваясь, назови все предметы за своей спиной и опиши их форму, размеры и цвет.

«ПАМЯТЬ»

1

Каждый из игроков вашей команды «выбрасывает» случайное число пальцев на руке. Должно быть не меньше шести показов. Назови количество показанных пальцев в той же последовательности. 1 балл получаешь, если названо правильно не менее 5 чисел.

2

Сосед слева выполняет на листке несложный рисунок (например, дом, рожицу, деревья) и показывает его в течение 5 секунд. Ты должен как можно точнее скопировать.

3

Каждый из игроков вашей команды по очереди называет любые слова. Слов должно быть не менее шести. Повтори слова в той же последовательности. «Единицу знаний» получишь, если названо, верно, не менее 5 слов.

4

Закрой глаза. Сосед справа называет 6 любых предметов, находящихся в его поле зрения – в комнате или за окном. Ты должен запомнить и назвать эти предметы, не открывая глаза. Не менее 5 предметов.

5

Каждый из игроков вашей команды должен показать тебе определенный жест (всего должно быть не менее пяти жестов). После этого ты называешь игроков по очереди и повторяешь их жесты.

«МЫШЛЕНИЕ»

1

Придумайте загадку про любой предмет из окружающей обстановки, указав его форму, то, из чего он сделан, и величину (больше чего – то меньше чего - то). Балл присуждается, если загадка составлена правильно и кто – то из игроков ее разгадает.

2

Назови пять предметов, которые имеют форму (по выбору соседа слева): 1) круга; 2) прямоугольника; 3)

треугольника
<p>3</p> <p>Придумайте новые названия трем предметам, которые тебе предложат игроки из команды противников (например, кисточка – рисовалка, утюг – гладюг и т. д.).</p>
<p>4</p> <p>Пусть кто - то из противников предложат вам название любого предмета. Вы должны назвать не менее чем по три пункта, что в этом предмете хорошего и что плохого.</p>
<p>5</p> <p>Пусть кто - то из противников задумает любой предмет, находящийся в этой комнате. Вы должны, задав не более 5 вопросов, на которые можно ответить только «да» или «нет», отгадать, какой предмет задуман.</p>

«ВООБРАЖЕНИЕ»

<p>1</p> <p>Вообразите, что вы превратились в: 1) тигра, пробирающегося в джунглях; 2) робота; 3) парящего над скалами орла; 4) английскую королеву; 5) инопланетянина; 6) кипящую кастрюлю; 7) авторучку, в которой кончились чернила. Изобразите это движениями</p>
<p>2</p> <p>Пусть противники назовут наугад любой предмет. Назовите не меньше трех предметов или существ, которые похожи на названное. Объясните, в чем это сходство.</p>

3

Противники называют по одному сказочному или литературному персонажу (из разных произведений). Придумайте и расскажите короткую выдуманную историю, где действовали бы оба эти героя.

4

Противники называют, не договариваясь, по одному предмету. Ваша задача – найти между этими предметами слово – «мостик», которое каким-то образом соединяло бы эти предметы (например: «карандаш» и «блокнот», слово – «мостик» - «писать», «карандаш пишет в блокноте»).

5

Противники называют любой предмет из окружающей обстановки. Придумайте не меньше трех способов его необычного использования (например, из бутылок можно построить дом).

1

Какой сегодня день недели? Назовите несколько качеств характера, начинающегося с той же буквы, что и название сегодняшнего дня недели.

2

Пусть противники назовут любого сказочного героя. Придумайте очень короткую «сказку - наоборотку», в которой у этого героя качество характера совсем не такое, как в известной сказке (Людоед – очень добрый, Колобок – злощий – презлющий, Золушка - лентяйка).

«ХАРАКТЕР»

3

Вспомните самый последний сериал, мультфильм, который вы видели вчера. Какие качества вы можете назвать у героев?

4

Противники называют любое качество характера. Вы должны вспомнить не менее двух сказочных героев, обладающих этим качеством.

5

Каждый из игроков команды соперников должен назвать качества характера, а каждый из игроков вашей команды – качество, противоположное ему (например, злой - добрый)

«ЧУВСТВА»

1

Пусть сосед слева назовет любое животное, а сосед справа – любое чувство или эмоцию (например, «слон» и «радость»). Ты должен пройтись по комнате так, как ходит животное, переживающее это чувство.

2

Какую последнюю фразу ты услышал сейчас, перед прочтением задания от своих партнеров по игре? Повтори эту фразу с теми же чувствами, что и произнесший ее человек. А теперь с чувством страха. И с чувством обиды.

3

Придумай и сделай что –нибудь такое, чтобы все игроки развеселились.

НАКЛЕЙКИ НА КУБИК

ВНИМАНИЕ	МЫШЛЕНИЕ
ЧУВСТВА	ПАМЯТЬ
ВООБРАЖЕНИЕ	ХАРАКТЕР

Экран



ПАМЯТКИ

Избегай давать воображению полную свободу. Не приучайся СЛЕДОВАТЬ за своим воображением, а учиcь УПРАВЛЯТЬ им.

Тренируй способность целенаправленно вызывать четкий зрительный образ, например, так: посмотри на стакан с водой, закрой глаза и воспроизведи как можно точнее этот образ, снова открой глаза, корректируй образ вплоть до совпадения с конкретным восприятием.

Богатое, яркое, сочное воображение нам необходимо в жизни. Бывая на природе, у речки, в лесу, запоминай какое наслаждение ты испытываешь от обстановки. Дома, когда устанешь, сядь в кресло на несколько минут, закрой глаза и попытайся вызвать эти образы – речки, леса, чтобы вновь пережить тот покой и то блаженство. И ты отлично отдохнешь.

ДЕВЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ МНЕМОЗИНЫ (ПАМЯТИ)

Внимание – резец памяти: чем оно острее, тем глубже следы. Чем больше желания, заинтересованности в новых знаниях, тем лучше запоминается.

Приступая к запоминанию, поставь перед собой цель – запомнить надолго, лучше – навсегда. Установка на длительное сохранение информации обеспечит условия для лучшего запоминания.

Откажись от зубрежки в пользу осмысленного запоминания/ запоминания по смыслу. А для этого нужно: понять; установить логику изложения; соответственно разбить материал на логические куски и найти в каждом из них «ключевую фразу» или «опорный момент».

Воспользуйся следующим эффектом: запоминается лучше та задача, решение которой не удалось довести до конца, чем та, которую благополучно решили.

Лучше два раза прочесть и два раза воспроизвести, чем пять раз читать без воспроизведения.

Начинай повторять материал по «горячим следам», лучше перед сном и с утра.

Учитывай «правило края»: обычно лучше запоминаются начало и конец информации, а середина «выпадает».

Настоящая мать учения не повторение, а применение.

Иногда используй мнемотехнику – искусственные приемы запоминания. Например, запоминаем спектр радуги: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый – «каждый охотник желает знать, где сидит фазан».

КАК УПРАВЛЯТЬ СВОИМИ ЭМОЦИЯМИ?

Полностью избавляться от эмоций и не разумно, и невозможно. Нет эмоций плохих или хороших.

Необходимое условие радостного настроения – хорошие взаимоотношения с людьми. И наоборот: радостное восприятие жизни – залог симпатии и расположения к тебе других. Дай себе установку на доброе и уважительное отношение к людям.

Не пытайся просто подавить в себе эмоции. Подавленные чувства все равно вырвутся наружу тем или иным способом или могут стать причиной заболевания. Лучше «отыграй» эти эмоции внешне, но без вреда для окружающих. Например, после глубокого вдоха сделай очень глубокий и медленный выдох. Это способствует угасанию негативных эмоций.

ОСНОВЫ ВНИМАНИЯ ПРИ ОБУЧЕНИИ

Надо ХОТЕТЬ быть внимательным!

Нельзя быть внимательным без перерыва одинаково в течение всех 45 минут урока. Наше внимание всегда колеблется – то оно слабое, то сильное. Поэтому и на занятии, если ты так хочешь быть внимательным в самые важные моменты, когда учитель объясняет самое важное, ты должен на короткое время «уменьшить» свое внимание в те моменты, когда объяснения менее важны.

Это не значит, что сразу нужно начинать болтать или думать о чем-то постороннем, нет! Но можно исправить что-нибудь в тетради, посмотреть на кого – ни будь в классе, не уходя от темы урока. Таким способом, попеременно немного ослабляя и усиливая внимание, его можно удержать в течение всего урока.

Используй перемены! Перемены даются для того, что бы прыгать, скакать, бегать, кричать, играть и так далее (конечно, соблюдая правила «дорожного движения в школе»). Но не думать, не говорить об уроках! Не сидеть за партами, не стоять у стены! ДВИЖЕНИЕ! ДВИЖЕНИЕ!

КАК РАЗВИВАТЬ СВОЙ УМ

Помни: ум нельзя свести к размеру памяти, скорости мышления, объему знаний. Ум – это и ответственность за свои решения и поступки. Мыслит не мозг, а человек – посредством мозга.

Немногие умы гибнут от перегрузки, больше умов ржавеет от не востребованности. Пользуйся любой возможностью, чтобы пошевелить извилинами.

Упорство и настойчивость могут компенсировать недостаточную скорость мышления. Низкий уровень интеллекта – это не клеймо на человеке.

Анализируй – себя, других людей, поступки, ситуации, явления. Все время ставь перед собой вопросы: почему? как? а могло быть иначе? в чем причины? каковы возможные последствия? И отвечай на них, делай выводы.

Будь самокритичнее к своим умственным возможностям и доброжелательнее к таковым у других. Очерти границы своих знаний, своей компетентности, но не превозноси, и не принижай своих возможностей.

«Не позволяй своему языку опережать твою мысль», - советовал древнегреческий философ. А Шекспир говорил: «Где мало слов, там вес они имеют».

КАК ВОСПИТЫВАТЬ ВОЛЮ

Понаблюдай за собой в течение какого-то времени. Четко определи, от каких привычек или черт характера ты хочешь избавиться. Это – твоя Цель.

«Сражение выигрывает тот, кто твердо решил выиграть», - писал Лев Толстой. Будь уверен в себе и в том, что добьешься цели. Без такой уверенности не стоит начинать.

Овладей тремя самовоздействиями: самоободрением, самоубеждением и самоприказам.

Умей и отступать. Но всегда помни, что тактические поражения не должны поколебать уверенности в стратегической победе.

Старайся сопровождать воздействия на самого себя положительными эмоциями, подкреплять свои победы приятными переживаниями.

Дорогой друг

Главное, что ты должен запомнить, закончив это приключение: на самом деле не существует отдельно взятых Характера или Памяти, Внимания или Мышления. Все это едино в бурном потоке психической жизни и разделяется только для удобства изучения.

Никогда нельзя забывать о неразрывном единстве Внутреннего Мира.

Тебе удалось лишь чуть – чуть приоткрыть волшебный занавес и бросить беглый взгляд на карту бесконечного, безграничного Внутреннего Мира. Ты только едва прикоснулся к покрывалу самой загадочной тайны на Земле – человеческой психики. Ты получил отдельные Памятки – некоторые общие советы-рекомендации по саморазвитию. Учти, что это только ничтожная часть нужного для тебя. Эти рекомендации даны без комментариев и сжаты до предела – они не могут охватить все стороны многогранной работы над собой. Но не забудь главное правило: нет универсальных правил человеческой деятельности! Нет готовых рецептов, как надо жить. Эти советы могут только подсказать тебе одно из возможных направлений.

Я надеюсь, мой друг, что наши приключения пробудили в тебе жажду знаний и желание глубже и лучше разобраться в себе, в своих особенностях, в твоей Личности. А потому вот названия и авторы научно-популярных книг по психологии, материал которых был использован и которые я рекомендую тебе прочитать:

Вачков И.В. Приключения во Внутреннем Мире. Практическая психология. СПб.: Питер, 2008

Вачков И.В., Битянова М.Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников. Питер; СПб.; 2009.

Вацлавик П. Как стать несчастным без посторонней помощи. – М., 1990.

Венгер Л. А., Венгер А.Л., Домашняя школа мышления. – М., 1985.

Грановская Р.М. Психология в примерах. - Издательство: Речь, 2007.

Зощенко М. М. Повесть о разуме. – М., 1990.

Леви В. Искусство быть другим. – М., 1980.

Леви В. Искусство быть собой. – М., 1977.

Носрат Пезешкиан. Если хочешь иметь то, что никогда не имел, тогда сделай то, что никогда не делал. - «Институт позитивной психотерапии», 2005 г.

Петровский А. В. Что мы знаем и чего не знаем о себе? – М., 1988.

Платонов К. К. Занимательная психология. – М., 1986.

Рувинский Л. И., Хохлов С. И. Как воспитывать волю и характер. – М., 1986.

Сергеев Б. Стать гением. – Л., 1991.

Чурбанов В. Б. В чьих ранцах маршальские жезлы, или Несколько правил развития способностей. – М., 1980.

С уважением Волшебница Психея.