

**Цикл занятий "Я могу" как условие развития регулятивных  
универсальных учебных действий у обучающихся 4 класса  
в деятельности классного руководителя**



Автор: Неймышева М.А.

## Содержание

Предисловие.....	3
Раздел 1. Классные часы.....	5
«Я могу контролировать и оценивать свою работу».....	5
Раздаточный материал к классному часу по теме «Я могу контролировать и оценивать свою работу» .....	13
«Я могу ставить цель и планировать деятельность».....	14
Раздаточный материал к классному часу по теме «Я могу ставить цель и планировать деятельность».....	21
«Я могу принимать и сохранять учебную цель» .....	22
Раздаточный материал к классному часу по теме «Я могу принимать и сохранять учебную цель» .....	26
Раздел 2. Внеклассные мероприятия.....	27
«Мастера своих эмоций».....	27
Раздаточный материал для внеклассного мероприятия по теме «Мастера своих эмоций» .....	32
«Фильм «Дорога домой»: путь героя» .....	35
Раздаточный материал для внеклассного материала по теме «Фильм «Дорога домой»: путь героя» .....	40
«Мои сильные стороны, как ученика».....	41
Раздаточный материал для внеклассного материала по теме «Мои сильные стороны как ученика» .....	48
«Мастера времени» .....	49
Раздаточный материал для внеклассного материала по теме «Мастера времени».....	53
Раздел 3. Родительские собрания .....	54
«Роль самооценки в формировании личности» .....	54
«Саморегуляция – основа успешного обучения» .....	64

## Предисловие

Развитие регулятивных универсальных учебных действий (далее – УУД) у обучающихся является основой для успешного обучения и личностного роста. В 4-м классе особое значение приобретает формирование у детей умения управлять своей учебной деятельностью, ставить цели, планировать свои действия, контролировать их и оценивать результаты.

Сборник цикла занятий "Я могу" разработан как условие для развития регулятивных УУД у обучающихся 4 классов в деятельности классного руководителя. Занятия основаны на принципах сотрудничества, рефлексии и деятельностного подхода.

Цикл занятий "Я могу" поможет:

- развить у учащихся способность ставить перед собой учебные цели и задачи;
- формировать умения планировать и выполнять свои действия в соответствии с поставленной целью;
- обучать учащихся контролю и коррекции своей деятельности;
- способствовать развитию самооценки и саморегуляции.

Цикл занятий состоит из 8 занятий, каждое из которых посвящено развитию определенных регулятивных УУД. Занятия содержат теоретическую информацию, практические упражнения, игры и дидактический материал в виде рабочих листов.

**План работы** с циклом занятий «Я могу» для 4 класса представляет собой разработку занятий на весь учебный год, в котором ежемесячно проводятся мероприятия, направленные на развитие универсальных учебных действий. Примерное проведение занятий, направленных на развитие регулятивных УУД представлены в таблице:

Четверть	Месяц	Тип занятия, тема
I	Начало сентября	Внеклассное мероприятие «Мои сильные стороны как ученика»
	Середина октября	Внеклассное мероприятие «Фильм «Дорога домой»: путь героя»

II	Начало ноября	Родительское собрание «Роль самооценки в формировании личности»
	Декабрь	Внеклассное мероприятие «Мастера времени»
III	Январь	Внеклассное мероприятие «Мастера своих эмоций»
	Февраль	Классный час «Я могу ставить цель и планировать деятельность»
	Март	Классный час «Я могу принимать и сохранять учебную цель»
IV	Апрель	Классный час «Я могу контролировать и оценивать свою работу»
	Май	Родительское собрание «Саморегуляция – основа успешного обучения»

Регулярное проведение занятий цикла "Я могу" в деятельности классного руководителя будет способствовать эффективному развитию регулятивных УУД у обучающихся 4 классов, формируя у них навыки самостоятельной и успешной учебной деятельности.

## **Раздел 1. Классные часы**

### **«Я могу контролировать и оценивать свою работу»**

**Тема.** Я могу контролировать и оценивать свою работу

**Цель:** способствовать развитию умения контролировать и оценивать учебную деятельность в ходе решения поставленных задач.

**Задачи:**

**Воспитательная:** воспитывать чувство ответственности за качество своей работы; формировать стремление к самосовершенствованию и улучшению результатов; воспитывать уважение к чужому мнению и умение принимать конструктивную критику.

**Развивающая:** развивать навыки самоанализа и рефлексии; развивать критическое мышление и умение объективно оценивать результаты своей деятельности; развивать умение ставить цели и планировать свою деятельность.

**Образовательная:** дать понятие о самоконтроле и самооценке; познакомить с критериями оценки качества выполненной работы; научить применять критерии оценки на практике, анализировать свою работу и видеть ее сильные и слабые стороны.

**Направление:** обще интеллектуальное

**Форма занятия:** Дискуссионная (беседа), творческая.

**Оборудование:** проектор, доска, дидактический материал

**План:**

- 1) обсуждение выражения «Через тернии к звездам»;
- 2) узнаем, что такое критерии оценки;

- 3) узнаем, что такое самоконтроль;
- 4) узнаем, что такое самооценка;
- 5) проанализируем слабые и сильные стороны;
- 6) составим памятку «Как работать над собой»;
- 7) приём «Лесенка»;
- 8) самостоятельная работа по занятию;
- 9) подведение итогов.

**Ход классного часа:**

Название этапа	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
Вступительная часть	<p>- Ребята, предлагаю вам начать наше занятие с улыбки и добрых пожеланий друг другу. Давайте обратимся к латинской поговорке («Через тернии к звездам»). Как вы понимаете это высказывание? Как вы понимаете слова «звезды», «тернии»?</p> <p>— Наша жизнь – это лестница, которую необходимо пройти, чтобы добиться чего-либо, достичь до своей звезды. Пройти каждую ступеньку. А к какой звезде мы с вами идем сейчас?</p> <p>А важно ли человеку контролировать и оценивать свою работу? Почему?</p>	<p>Улыбаются, желают хорошего настроения друг другу.</p> <p>Поговорка говорит, что через любые усилия мы можем прийти к победе. Звезды – это цель, к которой стремится человек: семья, карьера, уважение в обществе, хорошие условия жизни и т. д.</p> <p>Знания, образование.</p> <p>Важно контролировать свою работу. Потому что, если человек не будет</p>

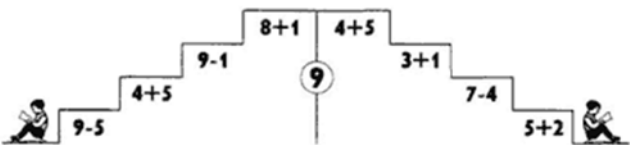
	<p>Да, действительно понятия «оценка» и «контроль» неразрывны между собой.</p> <p>Сформулируйте тему нашего классного часа.</p> <p>Тема «Я могу контролировать и оценивать свою работу»</p> <p>Как вы обычно понимаете, хорошо ли вы выполнили задание?</p>	<p>контролировать и оценивать свою работу, он не поймет правильно ли он ее выполнил.</p> <p>Если я сделал все, как сказал учитель, выучил стих без запинок, не допустил ошибок в работе и т.д.</p>
<p>Основная часть</p>	<p>Сегодня мы с вами на протяжении всего классного часа будем составлять памятку по нашей теме. Каждому ученику выдаётся рабочий лист.</p> <p><b>Шаг 1: Критерии оценки (10 минут):</b></p> <p>А вы знаете, что же такое критерии оценки?</p> <p>Критерии оценки – это параметры, по которым оцениваются результаты деятельности</p> <p>Давайте попробуем вместе составить список критериев, по которым можно оценить работу.</p> <p>Запишите заголовок в памятке в задании №2 «Критерии оценки» и критерии, которые у нас получились.</p> <p><b>Игра «Оцени друга»</b></p> <p>Ребята, сейчас я вам предлагаю поработать в паре. Один из вас пишет два-три предложения по теме</p>	<p>Предположения детей: признак, по которому можно оценить результат.</p> <p>Вместе с учителем выбирают критерии: Аккуратность, правильность, полнота, оригинальность, соответствие теме.</p>

	<p>«Как я оцениваю свою работу на уроке», а второй должен проверить по критериям, которые мы записали. Затем записать на листочке свои комментарии по каждому критерию (например, «Работа очень аккуратная», «Идея оригинальная», «Не хватает деталей»).</p> <p><b>Шаг 2: Самоконтроль (10 минут):</b> А что же такое самоконтроль?</p> <p>Верно, это способность контролировать самого себя, а еще самоконтроль – это способность контролировать свои эмоции, мысли, поведение.</p> <p>Я предлагаю вам выполнить небольшое задание нарисовать рисунок на тему «Мой любимый предмет». Во время выполнения задания я вас попрошу сверяться с критериями оценки и контролировать свою работу.</p> <p>Давайте запишем второй заголовок в №4 «Самоконтроль» и критерии, которые нужно учитывать при самоконтроле.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Эмоции</li> <li>• Мысли</li> </ul>	<p>Работают в паре. Пишут мини сочинения, проверяют работы соседа по критериям.</p> <p>Самоконтроль — это, значит, контролировать самого себя. Например, выполнил ли устное домашнее задание, и сделал ли письменные, собрал ли портфель, т.е. способность контролировать, сделал ли то или иное действие.</p> <p>Выполняют задание. Пробуют провести самоконтроль.</p> <p>Заполняют памятку.</p>
--	---	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поведение</li> </ul> <p><b>Шаг 3: Самооценка (5 минут):</b>  Как вы думаете, что такое самооценка?  Предлагаю оценить свою работу по критериям.  Вы можете использовать шкалу оценки (например, от 1 до 5) или просто отметить, какие критерии были выполнены хорошо, а какие – нет.</p> <p>Давайте запишем третий заголовок в памятку «Самооценка» и уровни самооценки.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий</li> <li>• Средний</li> <li>• Низкий</li> </ul> <p><b>«Мои сильные и слабые стороны»:</b>  В №6 вы видите солнышко, на лучах напишите свои сильные стороны, а на тучках – слабые стороны, которые мешают вам хорошо выполнять задания.</p> <p><b>«План улучшения»</b>  Как вы думаете, как можно улучшить свои слабые стороны?  Послушайте, какой план я составила для улучшения слабых сторон:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Относись к слабостям как к списку дел. Это поможет поддерживать веру в то, что ты можешь измениться, а также чётко распределять свои усилия и выбирать подходящие методы работы над собой.</li> </ol>	<p>Это то, как человек сам себя оценивает. Оценивают свою работу.</p> <p>Предполагают.</p>
--	--	--

2. Ищи образцы для подражания. Прочитай истории людей, которые имели такую же проблему, и проанализируй, как они пришли к тому, что её пора исправить.
3. Брось себе вызов. Например, откажись от любимого шоколада и других лакомств на определённый срок.
4. Используй метод воображаемого начальника. Запиши свои оправдания на бумагу, а затем раскритикуй их, словно ты свой босс.
5. Борись с чужим мнением. Займись делом, которое у тебя не очень хорошо получается, не обращая внимания, что скажут другие.
6. Ищи партнера по изменениям. Предложи бороться с этим недостатком вместе.
7. Представь себя после избавления от слабости. Опиши в блокноте свой портрет, а также какие действия ты сможешь выполнять.

Составьте небольшой план в задании №7, как вы будете работать над собой.

	<p>Мы с вами завершили работу по рабочему листу!</p> <p>В завершение предлагаю вам поиграть в игру на самоконтроль и проверить правильно ли вы усвоили сегодняшний учебный материал.</p> <p><b>Игра «Лесенка»:</b> Ребята в парах выполняют №8, меняясь сторонами лесенки</p>  <p>Примеры составлены таким образом, что ответ одного является началом другого. Ответ каждого примера учащиеся записывают на соответствующей ступеньке. Каждый ученик может сам себя проконтролировать.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- А сейчас проведем самостоятельную работу. Посмотрите на №9. Вам нужно ответить на вопрос и отметить галочкой верный ответ.</li> <li>- Отлично, посмотрите на экран и проверьте свои ответы, поставьте +, если задание выполнено верно</li> </ul>	<p>Составляют план.</p> <p>Заполняют лесенку.</p> <p>- Выполняют самостоятельно №9</p> <p>- Ставят +</p>
<p>Заключительная часть</p>	<p>Давайте подведём итоги классного часа.</p>	

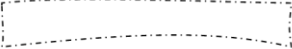
	<p>Вернемся к выражению «через тернии к звездам», как вы думаете, мы сегодня приложили усилия на занятии?</p> <p>Что вы узнали сегодня на классном часу?</p> <p>Знания, которые мы получили, можно считать на сегодняшнем занятии звездами, потому что мы поставили цель, шли к ней и добились её</p> <p>Как вы будете применять полученные знания в своей учебе?</p> <p>Вы большие молодцы! Оцените свою работу на уроке, поднимите красную карточку - если плохо работали и ничего не поняли, желтую - если хорошо работали, но еще остались вопросы по теме, зеленую - если все было понятно, и вы хорошо работали.</p>	<p>Ответы детей.</p> <p>Поднимают сигнальные карточки.</p>
--	--	--

# Раздаточный материал к классному часу по теме «Я могу контролировать и оценивать свою работу»

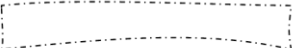
7 занятие      Фамилия, имя \_\_\_\_\_

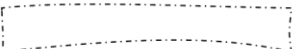
Тема. Я могу контролировать и оценивать свою работу

1 Как ты понимаешь выражение «через тернии к звездам»? Запиши.

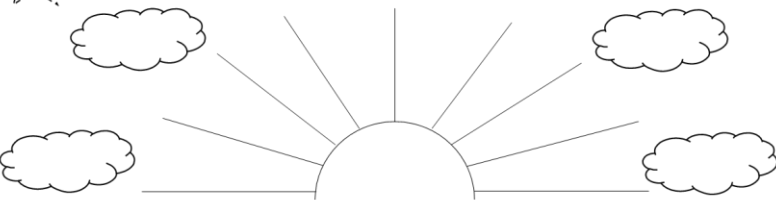
2 

3 Напиши 2-3 предложения «Как я оцениваю свою работу на уроке». В паре со своим одноклассником проверь предложение по критериям из №2.

4 

5 

6 Напиши в центре солнца свою главную сильную сторону, а на лучах остальные сильные качества. В тучки впиши слабые стороны.



7 занятие      Тема. Я могу контролировать и оценивать свою работу

7 Создай план-памятку «Как работать над собой».

Сначала я начну с \_\_\_\_\_

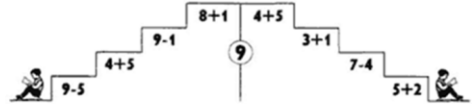
Затем нужно обратить внимание на \_\_\_\_\_

Мне нужно «бросить себе вызов», например, \_\_\_\_\_

Обязательно нужно \_\_\_\_\_

А также \_\_\_\_\_

8 Лесенка.  
В паре с одноклассником продвигайся по ступенькам все выше и выше, вычисляя выражения.



9 Прочитай вопросы, а затем отметь  верный ответ.

<b>Самоконтроль - это...</b>	<b>Самооценка - это...</b>
<input type="checkbox"/> способность родителей контролировать своих детей;	<input type="checkbox"/> значимость, которой человек наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения;
<input type="checkbox"/> способность контролировать свои эмоции, мысли, поведение;	<input type="checkbox"/> значимость, которой наделяют человека другие люди;
<input type="checkbox"/> способность, когда человек умеет контролировать других людей.	<input type="checkbox"/> способность оценивать других людей.

**Критерии оценки - это...**

- параметры, по которым нельзя оценить деятельность;
- план работы;
- ключевые параметры, по которым оценивается результат деятельности.

## **«Я могу ставить цель и планировать деятельность»**

**Тема.** Я могу ставить цель и планировать деятельность

**Цель:** способствовать развитию умения ставить цель и планировать деятельность в процессе решения учебных задач.

**Задачи:**

***Воспитательная:** повысить мотивацию к учебе; воспитывать чувство ответственности за свой учебный процесс; воспитывать стремление к самосовершенствованию; воспитывать позитивное отношение к учебе.*

***Развивающая:** развивать навыки самоанализа; способствовать развитию критического мышления; развивать навыки самоорганизации и самоконтроля; развивать креативность.*

***Образовательная:** разъяснить разницу между желанием и конкретной целью; научить формулировать учебные цели, используя SMART-подход; познакомить с инструментами планирования; показать, как связаны между собой цель, план и результат.*

**Направление:** общеинтеллектуальное

**Форма занятия:** дискуссионная (беседа), творческая

**План:**

- 1) узнаем, зачем нам ставить цели;
- 2) учебные цели: «от мечты к реальности!»;
- 3) «Планируем, как супергерои»;
- 4) самоконтроль: «на пути к успеху!»;
- 5) создание чек-листа успеха;
- 6) подведение итогов.

### Ход классного часа:

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
<p>Вступительная часть</p>	<p>- Ребята, предлагаю вам начать наше занятие с улыбки и добрых пожеланий друг другу.</p> <p><b>«Зачем нам цели?» (5-7 минут):</b>  <b>Игра «Машина времени»:</b> Дети, представьте, что попали в будущее. Учитель задаёт вопросы: "Кем ты стал? Чему ты научился? Что тебе помогло добиться успеха?".          Какие цели помогают учиться?          Я дополню ваш список целей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развить усидчивость и концентрацию: например, "сосредотачиваться на уроке и не отвлекаться".</li> <li>• Научиться лучше планировать свое время: например, "выполнять домашние задания вовремя".</li> <li>• Стать более организованным: например, "содержать свои учебные материалы в порядке".</li> <li>• Развить навыки самообучения: например, "самостоятельно изучать новые темы".</li> <li>• Повысить уверенность в своих силах: например, "не бояться отвечать на уроках".</li> </ul> <p>Чем отличается просто желание от конкретной цели?</p>	<p>Улыбаются, желают хорошего настроения друг другу.</p> <p>Ответы детей: я стал ..., я научился ..., мне помогло добиться успеха...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Повысить оценку по определенному предмету: например, "получить "5" по математике за четверть".</li> <li>• Освоить новый навык: например, "научиться бегло читать на английском языке".</li> <li>• Углубить знания в интересующей тебя теме: например, "узнать больше о динозаврах".</li> <li>• Подготовиться к контрольной, тесту, экзамену: например, "успешно сдать экзамен по русскому языку".</li> <li>• Участвовать в олимпиаде или конкурсе: например, "занять призовое место в школьной олимпиаде по истории".</li> </ul> <p>Предполагают.</p>

	<p><b>Желание</b> — это как мечта о путешествии. Представь, ты говоришь: "Хочу поехать в Париж!". Это прекрасно, но пока не понятно, как ты туда попадешь. Нет ни маршрута, ни сроков, ни понимания, что тебе для этого нужно. А вот <b>цель</b> — это спланированное путешествие. Ты не просто мечтаешь о Париже, а говоришь: "Я поеду в Париж на майские праздники на 5 дней. Для этого я куплю билеты, забронирую отель, получу визу, составлю план экскурсий". Видите разницу?</p> <p>- Запишите определения в чек листы в №1 Теперь я вам буду называть действие, а вы мне скажите, это цель или желание. "Хочу хорошо учиться". "Получить "4" и "5» по математике за эту четверть". А нужны ли нам цели в учёбе? Итак, как вы думаете, какая тема нашего классного часа.</p>	<p>Да. Записывают определение</p> <p>Желание. Цель.</p> <p>Да. Тема: «Я могу ставить цель и планировать учебную деятельность»</p>
Основная часть	<p><b>«Учебные цели: от мечты к реальности!» (10-15 минут):</b> Работа с чек-листом: в чек-листах в №2 написаны различные учебные цели, ваша задача выбрать ту цель, которая вам больше подходит.</p> <p><b>Методика SMART-целей:</b></p>	<p>Работа с карточками: Дети выбирают карточку с учебной целью (например, "написать сочинение без ошибок", "выучить таблицу умножения", "подготовиться к контрольной по окружающему миру").</p>

- Конкретизируем: "Что именно я хочу сделать?"
- Измеряем: "Как я пойму, что цель достигнута?"
- Достижимость: "Реальна ли эта цель для меня?"
- Актуальность: "Зачем мне это нужно?"
- Время: "Когда я хочу этого достичь?"

Чтобы нам с вами не забыть, как правильно ставить цель, мы заполним памятку.

### **Приём «Кластер»**

Посмотрите на №3

В первом квадратике вам нужно записать слово «Цель». Далее идут стрелочки от цели, давайте вместе подумаем, что нам нужно для достижения целей.

Правильно, запишем это во втором квадратике.

Что нужно сделать дальше, чтобы поставить цель?

Молодцы, запишем это в третий квадратик.

Что запишем в четвёртый?

Правильно! Записываем в четвёртый квадратик.

Идем дальше, заполняем пятый квадратик.

Запишем в пятый квадратик.

И последнее что мы запишем, как вы думаете?

Молодцы! Эта памятка пригодится вам в будущем.

**«Планируем, как супергерои!» (15 минут):**

Предполагают: что именно я хочу сделать?

Понять, реальна ли для меня эта цель?

Зачем мне это нужно?

Когда я хочу достичь этой цели?

Как я пойму, что цель достигнута?

	<p>Учитель предлагает разбиться на группы и решить конкретную учебную задачу (например, подготовить проект по литературному чтению, решить сложную задачу по математике, выучить стихотворение).</p> <p><b>«Суперплан»:</b> Дети в группах составляют план действий, используя стикеры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разбить задачу на этапы.</li> <li>• Определить, какие ресурсы нужны (учебники, помощь родителей, дополнительные материалы).</li> <li>• Распределить время на выполнение каждого этапа.</li> <li>• Продумать, как отслеживать прогресс и не терять мотивации.</li> </ul> <p><b>«Самоконтроль: на пути к успеху!» (5-7 минут):</b>  Как понять, двигаюсь ли я к цели?  Что делать, если что-то не получается?  Как поддержать свою мотивацию?</p> <p><b>«Чек-лист успеха»:</b> Составьте список вопросов для самоконтроля (например, "Какие этапы плана я выполнил?", "Какие трудности у меня возникли?", "Что мне помогло справиться с задачей?").</p> <p>Теперь под кластером напишите свою цель, которую вы хотели бы реализовать, и по нашему плану на кластере ответьте на вопросы.</p>	<p>Дети в группах составляют план действий, используя стикеры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разбить задачу на этапы.</li> <li>• Определить, какие ресурсы нужны (учебники, помощь родителей, дополнительные материалы).</li> <li>• Распределить время на выполнение каждого этапа.</li> <li>• Продумать, как отслеживать прогресс и не терять мотивации.</li> </ul> <p>Я выполняю все поставленные задачи. Не сдаваться, и продолжать идти к цели. Найти плюсы в своей цели, и вспомнить для чего мы ее ставили.</p> <p>Дети составляют список вопросов для самоконтроля (например, "Какие этапы плана я выполнил?", "Какие трудности у меня возникли?", "Что мне помогло справиться с задачей?").</p>
--	---	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конкретизируем: "Что именно я хочу сделать?"</li> <li>• Измеряем: "Как я пойму, что цель достигнута?"</li> <li>• Достижимость: "Реальна ли эта цель для меня?"</li> <li>• Актуальность: "Зачем мне это нужно?"</li> <li>• Время: "Когда я хочу этого достичь?"</li> </ul> <p>«Дерево целей»: на стене, где классный уголок, клеится большое дерево, нарисованное на ватмане. Дети будут записывать свои учебные цели на протяжении учебного процесса.</p>	<p>Приклеивают дерево к стене, записывают на стикерах цели и приклеивают на дерево</p>
<p>Заключение</p>	<p>Давайте подведём итоги классного часа.</p> <p><b>«Рефлексия: что мы узнали?» (5 минут):</b>  Дети делятся своими мыслями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как постановка целей помогает в учёбе?</li> <li>• Что нового я узнал о планировании?</li> <li>• Что мне было интересно/сложно/полезно?</li> </ul> <p>Вы большие молодцы! Оцените свою работу на уроке, поднимите красную карточку - если плохо работали и ничего не поняли, желтую - если хорошо работали, но еще остались вопросы по теме, зеленую - если все было понятно, и вы хорошо работали.</p> <p><b>Мотивирующая цитата:</b> «Цель без плана — это просто мечта" (Антуан де Сент-Экзюпери)</p>	<p>Делятся своими мыслями.</p> <p>Оценивают себя, поднимают сигнальные карточки.</p>

	Каждый может стать "стратегом" своей учебы! Спасибо за классный час!	
--	---	--

# Раздаточный материал к классному часу по теме «Я могу ставить цель и планировать деятельность»

5 занятие      Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Тема. Я могу ставить цель и планировать деятельность

1      Желание — это \_\_\_\_\_  
Цель — это \_\_\_\_\_

2      Выбери цель, которую ты хочешь достичь.

<input type="checkbox"/> Написать сочинение без ошибок	<input type="checkbox"/> Получить 1 место за олимпиаду
<input type="checkbox"/> Выучить стихотворение	<input type="checkbox"/> Выступить на школьной сцене
<input type="checkbox"/> Подготовиться к к/р	<input type="checkbox"/> Выучить таблицу умножения
<input type="checkbox"/> Получить 5 по любому предмету	<input type="checkbox"/> Узнать новое в хобби

3      \_\_\_\_\_ → \_\_\_\_\_ → \_\_\_\_\_  
→ \_\_\_\_\_ → \_\_\_\_\_ → \_\_\_\_\_

Моя цель: \_\_\_\_\_

4      Запиши 3 цели на ближайший год. Отмечай  после того, как достиг(-ла) цели.

<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____

## **«Я могу принимать и сохранять учебную цель»**

**Тема.** Я могу принимать и сохранять учебную цель.

**Цель:** способствовать развитию умения принимать и сохранять учебную цель в ходе занятия.

**Задачи:**

**Воспитательная:** повысить мотивацию к учебе; воспитывать чувство ответственности за свой учебный процесс; воспитывать стремление к самосовершенствованию; воспитывать позитивное отношение к учебе.

**Развивающая:** развивать умение учащихся ставить реалистичные и достижимые учебные цели; развивать навыки планирования и самоконтроля; развивать навыки рефлексии и самоанализа; способствовать развитию критического мышления.

**Образовательная:** дать определение понятию «учебная цель»; показать, как принимать и сохранять учебную цель.

**Формы проведения:** беседа, игра.

**Направление:** общеинтеллектуальное.

**План:**

- 1) «Путешествие»;
- 2) беседа «Что такое учебная цель?»;
- 3) игра «Угадай профессию»;
- 4) «Моя цель на сегодня»;
- 5) «История успеха»;
- 6) подведение итогов.

## Ход классного часа

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
Вступительная часть	<p>- Ребята, предлагаю вам начать наше занятие с улыбки и добрых пожеланий друг другу.</p> <p><b>Упражнение «Путешествие».</b></p> <p>Представьте, что мы отправляемся в путешествие. Куда мы поедem?</p> <p>Чтобы наше путешествие было удачным, нам нужно четко знать, куда мы хотим попасть. В учебе тоже так: чтобы добиться результата, нужно поставить перед собой цель!</p>	<p>Улыбаются, желают хорошего настроения друг другу.</p> <p>Дети высказывают идеи.</p>
Основная часть	<p><b>Беседа «Что такое учебная цель?»</b></p> <p>Что такое учебная цель?</p> <p>Зачем она нужна?</p> <p>Приведите примеры учебных целей.</p>	<p><b>Учебные цели</b> – это план действий в учёбе.</p> <p>Они нужны, чтобы:</p> <p>Понимать, куда ты движешься.</p> <p>Оставаться сосредоточенным. Цель помогает не отвлекаться на неважные вещи и концентрироваться на главном.</p> <p>Оценивать свой прогресс. Испытывать удовлетворение от результатов.</p> <p>Достижение цели – это всегда приятно!</p> <p>Это значит, что ты хорошо поработал и многому научился.</p> <p>Пример: «Хочу получить пятерку» — это желание. "Выучить таблицу умножения</p>

	<p>Молодцы! Вы хорошо усвоили материал прошлого классного часа!</p> <p><b>Игра «Угадай профессию».</b> Учитель показывает карточки с изображениями разных профессий (врач, учитель, строитель, повар и т.д.). Ученики должны угадать профессию и назвать, какие учебные цели нужно достичь, чтобы ее получить.</p> <p><b>Упражнение «Моя цель на сегодня».</b> Ученики записывают на стикерах свою учебную цель на сегодняшний день (например: "Научиться решать задачи на движение", "Запомнить названия столиц европейских стран" ). Стикеры крепятся на ватман под названием «Наши цели».</p> <p><b>Упражнение «История успеха».</b> Учитель просит учеников вспомнить случай, когда они успешно достигли какой-то цели. Предлагает им написать короткую историю об этом, ответив на вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какая была ваша цель?</li> <li>• Какие шаги вы сделали для её достижения?</li> <li>• С какими трудностями вы столкнулись и как их преодолели?</li> <li>• Что вы чувствовали, когда достигли цели?</li> </ul>	<p>на 3, чтобы решать примеры без ошибок" — это учебная цель.</p> <p>Угадывают профессию и называют, какие учебные цели нужно достичь, чтобы ее получить.</p> <p>Выполняют упражнение «Моя цель на сегодня»</p> <p>Выполняют упражнение «История успеха»</p>
--	--	--

	<p>Чтение историй: пусть желающие ученики зачитают свои истории вслух.</p> <p>Какие качества помогают достигать учебных целей?</p>	<p>Зачитывают истории вслух.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Внимательность</li> <li>• Усидчивость</li> <li>• Любознательность</li> <li>• Ответственность</li> <li>• Самостоятельность</li> <li>• Уверенность в себе</li> <li>• Стрессоустойчивость</li> </ul>
<p>Заключение</p>	<p>Давайте подведём итоги классного часа.</p> <p>Что нового вы узнали сегодня?</p> <p>Легко ли держать в голове учебную цель?</p> <p>Что может помочь вам не отвлекаться от цели?</p> <p><b>«Секреты успеха»:</b></p> <p>Ученики делятся советами, как не забывать про цель. Советы записываются.</p> <p>Вы большие молодцы! Оцените свою работу на уроке, поднимите красную карточку - если плохо работали и ничего не поняли, желтую - если хорошо работали, но еще остались вопросы по теме, зеленую - если все было понятно, и вы хорошо работали.</p>	<p>Делятся своими мыслями.</p> <p>Чтобы не забывать про цель нужно повторять её про себя, представлять результат, записывать.</p> <p>Оценивают себя, поднимают сигнальные карточки.</p>

# Раздаточный материал к классному часу по теме «Я могу принимать и сохранять учебную цель»

6 занятие

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Тема. Я могу принимать и сохранять учебную цель

1 Учебная цель — это \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2 Чтобы стать врачом, мне нужно...  
\_\_\_\_\_  
Чтобы стать учителем, мне нужно...  
\_\_\_\_\_  
Чтобы стать поваром, мне нужно...  
\_\_\_\_\_

Подумай, кем бы ты хотел стать в будущем. Напиши, что тебе нужно для этого сделать.  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3 Напиши свою историю успеха, ответив на вопросы.

- Какая у тебя была цель?
- Какие шаги ты сделал(а) для её достижения?
- С какими трудностями ты столкнулся(ась) и как их преодолел(а)?
- Что ты чувствовал(а), когда достиг(ла) цели?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4 Составь памятку «Секреты успеха»

_____	_____	_____	_____
-------	-------	-------	-------

## **Раздел 2. Внеклассные мероприятия**

### **«Мастера своих эмоций»**

**Тема.** Мастера своих эмоций

**Продолжительность:** 1 час

**Цель:** способствовать развитию эмоциональной сферы, умения понимать эмоциональное состояние других людей и учитывать его в процессе общения; создавать условия для раскрытия значения положительных и отрицательных эмоций в жизни человека, ознакомления с некоторыми элементарными приёмами управления собой.

**Задачи:**

**Воспитательная:** воспитывать нравственные качества, воспитывать бережное отношение к своему здоровью, умение сочувствовать другим, воспитывать культуру поведения

**Развивающая:** развивать коммуникативные навыки; монологическую речь и диалогическую, расширять словарный запас, умение анализировать, делать выводы, классифицировать.

**Образовательная:** ввести понятия «настроение», «эмоции»; расширить представление о том, что влияет на настроение человека.

**Место проведения:** кабинет

**Форма проведения:** беседа, игра, практическая деятельность.

**Материалы и оборудование:** видеофрагменты, компьютер, колонки, экран, карточки с заданиями.

**План проведения:**

1) узнаем, что такое эмоции;

- 2) узнаем, какими бывают эмоции;
- 3) выясним, от чего зависит настроение;
- 4) создадим чек-лист, как добиться того, чтобы настроение чаще всего было отличным;
- 5) подведение итогов.

### Ход внеклассного занятия:

Этап	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
Вступительная часть	<p>- Здравствуйте, ребята! Звучит, музыка: Часто наши чувства нам не предсказать: То хочется смеяться Или весь мир обнять... То вдруг возьмет кручина – Всё это не без повода, На то ведь есть причина... -Как вы думаете, какова тема нашего занятия? (изображение различных эмоций: радость, грусть, злость, восторг, обида) Тема занятия: «Мастера своих эмоций» <b>Цели занятия:</b> о чем пойдет речь на занятии? Что мы должны выяснить сегодня? О чем узнать?</p> <p><b>Понятие эмоции</b> - Что такое эмоция?</p> <p>- Самостоятельно запишите определение под №1 - Какие эмоции вы знаете? Все эмоции делятся на положительные и отрицательные. - Запишите какие эмоции бывают и напишите их примеры</p> <p><b>Видео</b> (фрагмент из мультфильма «Малыш и Карлсон») <a href="https://www.youtube.com/watch?v=00U1tlj9NaU">https://www.youtube.com/watch?v=00U1tlj9NaU</a></p>	<p>Приветствуют учителя, настраиваются на работу!</p> <p>Эмоции.</p> <p>Сегодня на занятии мы поговорим о том, что такое эмоции и чувства, какие виды эмоций можно выделить, а также о том, какую роль они играют в жизни человека.</p> <p>Яркие и бурные переживания называются эмоциями.</p> <p>Страх, гнев, удивление, радость, восторг...и т.д.</p> <p>Грусть, стресс, печаль, горе.</p>

	<p>- Посмотрите фрагмент из мультфильма, и ответьте на вопрос: Какие эмоции испытывает Малыш?</p> <p>-А Карлосон?</p> <p>- Дополните в рабочем листе примеры эмоций</p>	<p>Спокойствие, сдержанность.</p>
<p>Основная часть</p>	<p><b>Упражнения на закрепление темы занятия.</b></p> <p><b>Инсценировка «История друга»</b></p> <p>Мой друг Дима – самый весёлый человек, которого я знаю! Он всегда в хорошем настроении и умеет находить радость в самых простых вещах. Хотите, расскажу вам историю, которая случилась с ним недавно?</p> <p>Однажды Дима проснулся с отличным настроением. Солнце светило ярко, птицы пели за окном, и он чувствовал, что этот день будет особенным. - Доброе утро, мир! Как же я рад новому дню! Дима подошёл к окну и посмотрел на улицу. - Погода просто замечательная! Нужно обязательно погулять и встретиться с друзьями.</p> <p>Дима подошёл к столу, где его ждут родители. - Доброе утро, сынок! С днем рождения! Мы приготовили тебе сюрприз! Родители вручили Диме подарок. - Ух ты! Спасибо! Это же та самая книга, которую я давно хотел! Дима обнял родителей. - Вы – самые лучшие!</p> <p>После этого Дима вышел на улицу, где его ждут друзья.</p> <p>Друзья дарят Диме подарки, играют в игры, веселятся. - Спасибо, ребята! Как же здорово, что вы у меня есть! Дети играют в мяч, катаются на велосипедах, смеются. Дима возвращается домой, уставший, но счастливый.</p> <p>Это был лучший день рождения в моей жизни! Спасибо всем, кто сделал его таким замечательным! Дима ложится спать с улыбкой на лице.</p>	<p>Ученик читает историю, произошедшую с мальчиком, а двое других учащихся инсценируют ситуацию.</p>

	<p>Вот такая история произошла с моим другом Димой. Он умеет ценить простые радости жизни и делиться своим счастьем с другими. И это делает его по-настоящему счастливым человеком.</p> <p>- Какие эмоции испытывал мальчик, когда шел домой?</p> <p>- При каких обстоятельствах мы радуемся, испытываем положительные эмоции?</p> <p>Когда мы испытываем отрицательные чувства, огорчаемся?</p> <p>Спасибо за сценку, можете садиться на свои места!</p> <p><b>Групповая работа.</b></p> <p><b>а) «Угадай эмоции»</b> Определите эмоцию, переживание человека на иллюстрации и придумайте короткую историю о том, как эта эмоция, переживание возникло. №3 в рабочем листе</p> <p><b>б) Кроссворд «Мои эмоции».</b> Учащиеся по группам разгадывают кроссворд. №4 в рабочем листе</p> <p>Проверка ответов.</p> <p><b>Упр. «Изобрази эмоцию»</b> На столе лежат карточки с разными эмоциями. По очереди выходят ученики и изображают эмоции, остальные должны ее угадать.</p> <p><b>Упр. «Покажи эмоцию. Море волнуется раз...»</b> Настроение меняется раз, настроение меняется два, настроение меняется три: Эмоцию гнева мне покажи и на месте замри! (радости, удивления, смех, страх)</p>	<p>Положительные эмоции (радость, восторг, улыбку).</p> <p>Когда происходит что-то хорошее, например, получаешь подарок, похвалу, встретил друга.</p> <p>Когда получаешь плохую оценку, кто-то обидел и т.д.</p> <p>Работают в группе, определяют эмоции, придумывают истории, затем каждая группа по очереди рассказывает, что у них получилось.</p> <p>Разгадывают кроссворд «Мои эмоции».</p> <p>Ученики выполняют упражнение «Изобрази эмоцию» 4-5 человек.</p> <p>Ученики выполняют упражнение «Покажи эмоцию» на своём месте, показывая нужную эмоцию.</p> <p>Ученики выполняют упражнение «Конверт откровения» пока не закончатся все карточки.</p>
--	--	--

	<p><b>Упр. «Конверт откровения»</b> В конверте лежат карточки с незаконченными предложениями, которые начинаются с фразы: «Откровенно говоря...». Учащиеся по очереди вытягивают карточку и продолжают фразу, долго не задумываясь. (Приложение 1)</p> <p><b>Упр. «Прочитай стихотворение».</b> Учащиеся читают всему классу стихотворения А. Барто, изображая человека, испытывающего разные эмоции (страх, грусть, радость, гнев). (Приложение 2)</p> <p>Завершите мою фразу:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Чтобы у нас все получалось, мы должны всегда быть в...</li> <li>- Чтобы было хорошо, интересно и не скучно жить, мы должны всегда быть в...</li> <li>- Чтобы наше здоровье было крепким, мы должны всегда быть в...</li> <li>- Чтобы преодолеть все трудности, мы должны всегда быть в...</li> <li>- Чтобы сохранить дружбу, мы должны всегда быть в...</li> </ul> <p>А теперь я вам раздам памятки секретов хорошего настроения.</p>	<p>Ученики выполняют упражнение «Прочитай стихотворение» изображая эмоции, которые используются в стихотворении.</p> <p>В хорошем настроении.</p>
<p>Заключительная часть</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Нужны ли эмоции человеку?</li> <li>- Что интересного вы узнали на занятии?</li> </ul> <p>Каждому ребенку раздаются смайлики.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Нарисуйте эмоции, которые вызвало у вас занятие.</li> <li>- Я рада, что у всех поднят улыбающийся смайлик.</li> <li>- До новых встреч! Спасибо за работу!</li> </ul>	<p>Да. Чтобы другие люди, которые общаются с человеком, лучше его понимали.</p> <p>Узнали, какие бывают эмоции и как их контролировать.</p> <p>Рисуют смайлики.</p>

# Раздаточный материал для внеклассного мероприятия по теме «Мастера своих эмоций»

4 занятие

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

## Тема. Мастера своих эмоций



Что такое эмоции? Запиши определение

---



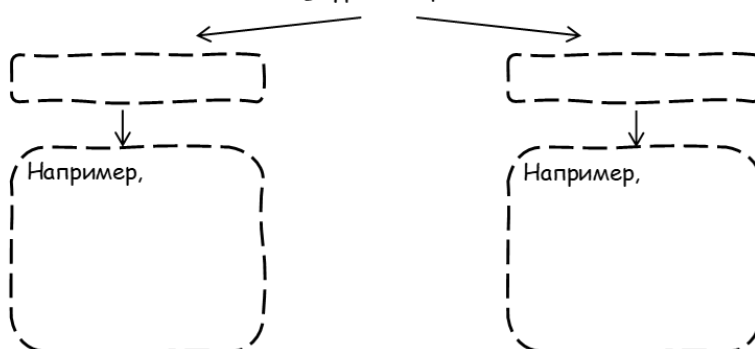
---



---



Виды эмоций



Определи эмоцию, переживание человека на иллюстрации, запиши её. Обсуди в паре с одноклассником какие эмоции ты испытываешь в школе.



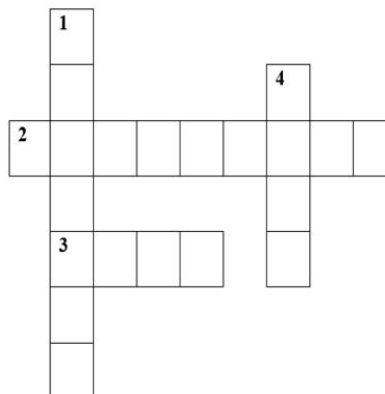
Разгадай кроссворд «Мои эмоции» в группе со своими одноклассниками.

2. Мои брови приподняты.  
Рот слегка приоткрыт, округлен.  
Глаза широко раскрыты.  
Я восклицаю: «О-о-о!» или «Ах!».

3. Я опускаю и отворачиваю голову в сторону.  
Я прячу глаза.  
У меня краснеют лицо и уши.

1. Я улыбаюсь.  
Мои глаза слегка прищурены.  
Уголки рта слегка приподняты.  
Я смеюсь.  
Я хохочу.  
Я пою.

4. Мои брови нахмурены и сдвинуты.  
Зубы стиснуты.  
Губы плотно сжаты.  
Ноздри расширены и дрожат.  
Я сжимаю кулаки.  
Я хочу ударить.  
Я кричу.



Откровенно говоря, когда я иду в школу, я испытываю чувство...	Откровенно говоря, когда я ем мороженое, я испытываю чувство...
Откровенно говоря, когда я иду домой из школы, я испытываю чувство...	Откровенно говоря, когда мне дарят подарки, я испытываю чувство...
Откровенно говоря, когда должна быть контрольная, я испытываю чувство...	Откровенно говоря, когда я получаю плохую оценку, я испытываю чувство...
Откровенно говоря, когда учитель спрашивает домашнее задание, я испытываю чувство...	Откровенно говоря, когда родители меня просят помочь по хозяйству, я испытываю чувство...
Откровенно говоря, если я не выучил стихотворение, я испытываю чувство...	Откровенно говоря, если мне пришлось обмануть кого-нибудь, я испытываю чувство...
Откровенно говоря, когда кто-то обзывается на меня, у меня возникает чувство...	Откровенно говоря, когда я проигрываю в каком-либо соревновании, я испытываю чувство...
Откровенно говоря, когда я вижу, что мальчики обижают девочек, у меня возникает чувство...	Откровенно говоря, когда я вижу, что кто-то ссорится, у меня возникает чувство...

## Стихи А. Барто

**Гнев**

Я противной становлюсь,  
 Когда я злюсь,  
 Я свирепой становлюсь,  
 Когда я злюсь!  
 Я сама себя боюсь,  
 Когда я злюсь!  
 Я не знаю, как мне быть,  
 Я пылаю в гневе!  
 Не смогла бы нагрубить  
 Только королеве!

**Страшная птица**

На окошко села птаха,  
 Брат закрыл глаза от страха:  
 Это что за птица?  
 Он ее боится!  
 Клюв у этой птицы острый,  
 Встрепанные перья.  
 Где же мама? Где же сестры?  
 Ну, пропал теперь я.  
 — Кто тебя, сынок, обидел? —  
 Засмеялась мама. —  
 Ты воробышка увидел  
 За оконной рамой.

**У меня — веснушки**

— Почему ты так грустна? —  
 Машеньку спросила я.  
 И ответила она:  
 — Я же некрасивая.  
 У меня же на носу  
 Рыжие веснушки,  
 Портят всю мою красу  
 Рыжие веснушки.  
 Я их тру, я их свожу,  
 Я от них с ума схожу!  
 Даже Петя Соколов  
 Не нашел хороших слов  
 Для такой дурнушки...  
 Постоял — и сразу прочь.  
 Мне ничем нельзя помочь,  
 У меня веснушки.  
 Я их тру, я их свожу,  
 Я от них с ума схожу!  
 А в один из летних дней  
 Стало мне еще грустней.  
 Шла зеленым садом,  
 Вижу — Петя Соколов.  
 Он высок и чернобров,  
 С ним девчонка рядом.  
 Между прочим, на носу  
 У нее веснушки,  
 Портят всю ее красу  
 Рыжие веснушки.  
 Почему же Соколов  
 Говорит ей столько слов?

**Дядя Вова и Медведь**

Мы сегодня в цирк поедем!  
 На арене нынче снова  
 С дрессированным Медведем  
 Укротитель дядя Вова.  
 От восторга цирк немеет.  
 Хохочу, держась за папу,  
 А Медведь рычать не смеет,  
 Лишь сосет потешно лапу,  
 Сам себя берет за шкурки,  
 Важно кланяется детям.  
 До чего забавно в цирке  
 С дядей Вовой и Медведем!

## **«Фильм «Дорога домой»: путь героя»**

**Тема.** Фильм «Дорога домой»: путь героя

**Продолжительность:** 1 час

**Цель:** способствовать развитию умений осознавать и принимать собственные жизненные вызовы, и преодолевать трудности на пути к достижению своей цели.

**Воспитательная:** формировать ценностное отношение к моральным ценностям, формировать эмпатию и сочувствие к героям фильма, проявить понимание и уважение к их переживаниям и действиям

**Развивающая:** развивать навыки анализирования; развивать умение видеть и оценивать поступки других людей; развивать навыки эмоционального интеллекта, умение сопереживать и понимать чужие чувства.

**Образовательная:** формировать понимание у детей, что такое "пути героя", познакомить с основными этапами развития и изменения героев в процессе их жизненного пути; расширить кругозор, знакомя с моральными темами.

**Место проведения:** кабинет

**Форма проведения:** беседа, обсуждение

**Материалы и оборудование:** видеофрагмент, компьютер, колонки, экран, рабочий лист, краски/цветные карандаши, листы А4

**План проведения:**

- 1) представление детей «как бы я себя чувствовал, если бы оказался в незнакомом месте совсем один?»;
- 2) просмотр фрагментов фильма «Дорога домой»;
- 3) обсуждение фильма;
- 4) работа по рабочему листу;

- 5) творческая деятельность: рисуют дом;  
 6) подведение итогов.

**Ход внеклассного мероприятия:**

Название этапа	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
Вступительная часть	<p>Здравствуйте, ребята!            Садитесь на свои места.            Закройте глаза и представьте, что произошла такая ситуация: вы потерялись в незнакомом месте, никого из людей вы не знаете, телефона нет и даже не предполагаете приблизительное местоположение. Какие чувства вы испытываете? Как бы вы хотели, чтобы им помогли?            Сегодня наше занятие мы проведем не одни, кроме нас здесь будут звери, посмотрите, кто догадался откуда они? (приклеиваю на доску зверей из фильма «Дорога домой»            - Вы уже смотрели этот фильм?            Сегодня наше занятие мы посвятим фильму «Дорога домой» и будет говорить о том, как звери преодолевают трудности, чтобы вернуться домой.</p>	<p>Приветствуют учителя, садятся за парты</p> <p>Ответы детей</p> <p>— Это из мультфильма/фильма звери</p> <p>- Да, дома с родителями</p>
Основная часть	<p>Дома вы полностью посмотрели фильм «Дорога домой». Давайте сейчас вспомним, что происходило в мультфильме (показывает фрагменты)            Обсуждение:</p>	Смотрят фрагменты

	<p>Какие чувства вы испытывали, когда смотрели фильм?  Какие трудности пришлось преодолеть герою?  Что помогло ему не сдаться?  Как изменились герои на протяжении фильма?  Что для вас значит «дом»?  Как вы думаете, что значит пословица «Трудностей боишься - вперед не пойдешь»  - Подходит ли эта пословица к фильму?</p> <p>- А теперь положите перед собой рабочий лист  - Посмотрите на задание №1. Напишите 2-3 предложения, как вы понимаете смысл фильма «Дорога домой».</p> <p>- Давайте вспомним, что происходило в фильме и составим план (пишет на доске)  - А теперь самостоятельно пронумеруйте последовательность в задании №2</p> <p>Вспомните свои ощущения, когда вы представляли, что оказались в незнакомом месте. Подумайте, какие ваши качества помогли бы вам вернуться домой?</p>	<p>Отвечают на вопросы учителя</p> <p>- Трудности двигают нас вперед  - Да, звери, преодолевая трудности, добрались до дома</p> <p>- Герои совершают не только физический, но и внутренний путь, в завершении которого принимают себя, осознают истинную ценность дружбы и неожиданно находят семью.  - Говорят, что происходило в фильме</p> <p>Нумеруют последовательность в рабочих листах</p> <p>Ответы детей</p>
--	---	---

	<p>А теперь вспомните фильм и подумайте, какие качества помогли зверям добраться до дома, отметьте их в №3</p> <p>Сейчас прочитайте задание №4. Подумайте, на какие мысли натолкнул вас этот фильм? Чему он научил вас?</p> <p>- Сформулируйте 3-4 предложения и запишите их в рабочий лист</p> <p><b>Творческая деятельность (10-15 минут)</b></p> <p>У вас лежит на парте чистый лист бумаги, краски/цветные карандаши и пинал. Сейчас представьте, как выглядит дом, который ассоциируется у с теплом, уютom, безопасностью.</p> <p>А сейчас нарисуйте дом, который вы представили, дом, в который хочется возвращаться снова и снова, преодолев все трудности.</p> <p>Составь рассказ: Ученики придумывают короткий рассказ о том, как герой фильма вернулся домой, используя свои рисунки в качестве иллюстраций.</p>	<p>Отмечают качества зверей</p> <p>Ответы детей</p> <p>Записывают предложения в рабочий лист</p> <p>Представляют и рисуют дом</p> <p>Несколько учеников делятся своими рассказами</p>
<p>Заключительная часть</p>	<p>А теперь все ваши дома давайте вывесим на доску</p> <p>О каком фильме мы сегодня говорили?</p> <p>Какая пословица подходит к этому фильму?</p> <p>Какие качества важны для работы в команде?</p>	<p>Вывешивают дома на доску</p> <p>Дорога домой</p> <p>Трудностей боишься - вперед не пойдешь</p> <p>Ответы детей</p>

	<p>Какие качества важны для достижения целей?</p> <p>Каждому ребенку раздаются смайлики.</p> <p>- Нарисуйте эмоции, которые вызвало у вас занятие.</p> <p>- Наш классный час подошёл к концу. Используйте полученную информацию в правильном направлении. Достигайте своих целей, цените людей рядом и не бойтесь трудностей!</p> <p>- До новых встреч! Спасибо за работу!</p>	<p>Отвага, упорство, любовь к семье, готовность помогать другим.</p> <p>Показывают смайлики</p>
--	--	---

# Раздаточный материал для внеклассного материала по теме «Фильм «Дорога домой»: путь героя»

2 занятие

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Тема. Фильм «Дорога домой»: путь героя



Как ты понял смысл фильма «Дорога домой»? Напиши о чём он.

---

---

---



Пронумеруй в правильной последовательности путь героев.

- Встреча с Ясинтой
- Сбегают на фургоне для мороженого
- Выбираются из канализации
- Друзья встречают Милашку
- Друзья достигают гор
- Возвращение домой
- Попадают в автобус
- Мэдди предлагает сбежать из зоопарка
- Угон пожарной машины
- Встреча с Джеки

Подчеркни красным карандашом испытание, которое на твой взгляд было самым сложным на пути героев.



Какими умениями обладали главные герои, чтобы достичь цель? Отметь  несколько вариантов

- Слушать и слышать друг друга
- Быть в стороне, когда нужна помощь
- Заводить друзей
- Критиковать
- Быть на равне со всеми
- Не брать ответственность за свои действия
- Просить помощи и искать поддержку
- Верить в себя



На какие мысли натолкнул тебя фильм «Дорога домой»? Напиши свои рассуждения.

---

---

---

---

---

## **«Мои сильные стороны, как ученика»**

**Тема.** Мои сильные стороны, как ученика

**Продолжительность:** 1 час

**Цель:** способствовать развитию умения осознавать важность признания и использования своих сильных сторон.

**Задачи:**

**Воспитательная:** воспитывать уважительное отношение к себе и окружающим; воспитывать уверенность в себе и своих силах; создать в классе атмосферу поддержки и взаимопонимания.

**Развивающая:** развивать навыки самоанализа и самопознания; развивать умение видеть и ценить сильные стороны других людей; развивать навыки работы в команде и взаимодействия друг с другом.

**Образовательная:** формировать у детей понимание, что такое «сильные стороны личности».; познакомить с различными типами сильных сторон; научить детей анализировать свои личные качества и выделять среди них сильные стороны.

**Место проведения:** кабинет

**Форма проведения:** беседа, игра, практическая деятельность


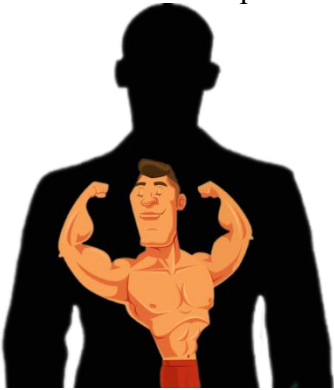
**Материалы и оборудование:** видеотрекеры, компьютер, колонки, экран, карточки с заданиями.





**План проведения:**

- 1) разминка: «Поймай комплимент»;
- 2) узнаем, что такое сильные стороны;
- 3) «Мои суперсилы!»;
- 4) «Сила в команде!»;
- 5) «Солнечные лучики!»;

б) подведение итогов.

### Ход внеклассного мероприятия:

Название этапа	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
Организационно-мотивационный	<p>- Здравствуйте, ребята! Я рада вас видеть! Садитесь на места. - Посмотрите на слайд. Что изображено на иллюстрации?</p>  <p>- Что вы можете теперь сказать об этом изображении?</p>  <p>- Предположите тему сегодняшнего урока!</p>	<p>Приветствуют учителя, настраиваются на работу!</p> <p><b>Анализируют</b> наглядность и <b>высказывают</b> своё мнение: на иллюстрации сильный человек.</p> <p><b>Предполагают:</b> сильные стороны в человеке.</p> <p>Формулируют тему: <b>«Мои сильные стороны»</b></p>
Вводная часть	<p><b>Разминка: «Поймай комплимент» (5 минут)</b></p> <p>Вы по очереди должны сказать любой комплимент своему соседу.</p>	

	<p>Молодцы! Скажите, пожалуйста, легко ли было говорить комплименты?</p> <p>Приятно ли было их получать?</p> <p>Что мы чувствуем, когда нам говорят о наших хороших качествах?</p>	<p>Дети по очереди говорят комплимент своему соседу.</p> <p>Легко.</p> <p>Приятно.</p> <p>Радость, смущение, улыбку.</p>
<p>Основная часть</p>	<p><b>«Что такое сильные стороны?» (10 минут)</b></p> <p>Что значит «быть сильным»? (не только физически!)</p> <p>«Быть сильным» — это не только про мускулы и поднятие тяжелых вещей! Настоящая сила идет изнутри.</p> <p>Вот что значит быть сильным:</p> <p> <b>Сила духа:</b> это умение не сдаваться перед трудностями, преодолевать препятствия, верить в себя даже когда сложно.</p> <p> <b>Сила ума:</b> это способность мыслить, анализировать, находить решения, учиться новому.</p> <p> <b>Сила сердца:</b> это доброта, сострадание, умение любить и прощать, заботиться о других.</p> <p> <b>Сила слова:</b> это способность говорить правду, защищать свои убеждения, вдохновлять других.</p> <p>Что такое таланты и способности?</p>	<p>Верить в себя, ставить цели и идти к ним, не бояться мечтать и делать шаги к своей мечте, помогать другим, оставаться собой.</p> <p><b>Талант</b> – это как драгоценный камень, который достался тебе от природы. Это врожденная склонность к чему-то, то, что дается легко и</p>

	<p>Какие качества помогают нам добиваться успеха?</p> <p><b>Работа с карточками:</b> Дети выбирают карточки с описанием качеств, которые считают своими сильными сторонами. Сила воли, лидерство, терпение, честность, креативность, доброта. (24 карточки по 4 шт.)</p> <p><b>«Мои суперсилы!» (15 минут)</b></p> <p><b>«Волшебное зеркало»:</b> Дети рисуют себя в образе супергероя, наделяя его своими сильными сторонами. Рядом с рисунком можно написать список своих «суперспособностей».</p> <p>Теперь я вам предлагаю разделиться на команды исходя из способностей, которые вы выбрали на карточках, должно получится 6 групп по 4 человека.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сила воли</li> <li>2. Лидерство</li> <li>3. Терпение</li> <li>4. Честность</li> <li>5. Креативность</li> </ol>	<p>приносит удовольствие. Например: красивый голос – талант к пению; хорошая координация – талант к танцам или спорту; живое воображение – талант к писательству или рисованию.</p> <p><b>Способности</b> – это инструменты, которые помогают развивать талант и достигать мастерства. Это навыки, которые можно приобрести и улучшить с помощью обучения и практики. Например: усидчивость и терпение помогут развить талант к рисованию; дисциплина и трудолюбие помогут развить талант к музыке. Сила воли, лидерство, терпение, честность, креативность, доброта.</p> <p>Выбирают карточки.</p> <p>Рисуют себя в образе супергероя.</p> <p>Класс делится на группы.</p>
--	---	---

	<p>6. Доброта</p> <p><b>«Сила в команде!» (15 минут)</b></p> <p>Каждой команде выдаётся ватман, и группа получает задание создать плакат со своей сильной стороной. Дети заранее из дома принесли фотографии своих сильных сторон, фломастеры и написали подходящий текст. Ватман разделить на 4 части, в каждой части дети напишут качества, которые у них реализуют сильные стороны. Так же приклеивают свои рисунки супергероев. В процессе работы дети используют свои сильные стороны: кто-то рисует, кто-то конструирует, кто-то придумывает идеи, кто-то координирует работу.</p> <p>После завершения дети представляют и защищают свои плакаты, так же всем командам выдан рабочий лист, который заполняется в процессе защиты плакатов.</p>	<p>Создают плакат «Мои сильные стороны»</p> <p>Заполняют рабочий лист.</p> <p>Ответы детей.</p>
--	--	---

	<div data-bbox="510 118 949 746" style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>1 задание      Фамилия, имя, _____</p> <p>Тема: Мои сильные стороны</p> <p>1 ★ Что такое сильная сторона человека? Запиши определение.</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>2 ★ Выпиши все свои сильные стороны. Подчеркни синим карандашом ту сторону, которую считаешь главной.</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>3 ★ Что помогло тебе развить твою сильную сторону? Напиши об этом.</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>4 ★ Какие сильные стороны есть у твоих одноклассников? Отметь <input type="checkbox"/></p> <table border="0"> <tr> <td><input type="checkbox"/> Оптимизм</td> <td><input type="checkbox"/> Терпение</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Ответственность</td> <td><input type="checkbox"/> Лидерство</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Решительность</td> <td><input type="checkbox"/> Дисциплина</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Креативность</td> <td><input type="checkbox"/> Упорство</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Сильная воля</td> <td><input type="checkbox"/> Честность</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Доброта</td> <td><input type="checkbox"/> Стрессоустойчивость</td> </tr> </table> <p>5 ★ Слушая одноклассников, запиши, что помогает развивать сильные стороны?</p> <p>Сильная воля _____</p> <p>Лидерство _____</p> <p>Терпение _____</p> <p>Честность _____</p> <p>Креативность _____</p> <p>Доброта _____</p> </div> <p>Как помогли нам наши сильные стороны в этой игре?</p> <p>Как важно уметь работать в команде и использовать сильные стороны друг друга?</p>	<input type="checkbox"/> Оптимизм	<input type="checkbox"/> Терпение	<input type="checkbox"/> Ответственность	<input type="checkbox"/> Лидерство	<input type="checkbox"/> Решительность	<input type="checkbox"/> Дисциплина	<input type="checkbox"/> Креативность	<input type="checkbox"/> Упорство	<input type="checkbox"/> Сильная воля	<input type="checkbox"/> Честность	<input type="checkbox"/> Доброта	<input type="checkbox"/> Стрессоустойчивость	<p>Когда мы объединяем сильные стороны друг друга: мы достигаем больших целей, решаем сложные задачи, движемся вперед быстрее, и конечно, получаем больше удовольствия от совместной работы!</p>
<input type="checkbox"/> Оптимизм	<input type="checkbox"/> Терпение													
<input type="checkbox"/> Ответственность	<input type="checkbox"/> Лидерство													
<input type="checkbox"/> Решительность	<input type="checkbox"/> Дисциплина													
<input type="checkbox"/> Креативность	<input type="checkbox"/> Упорство													
<input type="checkbox"/> Сильная воля	<input type="checkbox"/> Честность													
<input type="checkbox"/> Доброта	<input type="checkbox"/> Стрессоустойчивость													
<p>Заключительная часть</p>	<p>- Нужны ли сильные стороны человеку?</p> <p>- Что интересного вы узнали на занятии?</p> <p><b>«Солнечные лучики»:</b> Каждый ребенок пишет на «лучике» свои сильные стороны, которые он открыл сегодня. Лучики приклеиваются на ватман, создавая «солнце» из талантов и способностей всего класса.</p> <p>Каждому ребенку раздаются смайлики.</p> <p>- Нарисуйте эмоции, которые вызвало у вас занятие.</p> <p>- Я рада, что у всех поднят улыбающийся смайлик.</p>	<p>Да. Сильные стороны: помогают нам преодолевать трудности, добиваться успеха, раскрывать свой потенциал, чувствовать себя уверенно и счастливо.</p> <p>Пишут сильные качества.</p> <p>Рисуют смайлики.</p>												

	<p>- Наш классный час подошёл к концу. Сегодня вы смогли проанализировать себя, узнать свои сильные стороны. Используйте полученную информацию в правильном направлении. Стремитесь преодолевать слабости и использовать свои преимущества!</p> <p>- До новых встреч! Спасибо за работу!</p>	
--	--	--

# Раздаточный материал для внеклассного материала по теме «Мои сильные стороны как ученика»

1 занятие

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

## Тема. Мои сильные стороны как ученика



Что такое сильная сторона человека? Запиши определение

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Выпиши все свои сильные стороны, которые помогают тебе в школе. Подчеркни синим карандашом ту сторону, которую считаешь главной.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Что помогло тебе развить твою сильную сторону? Напиши об этом.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Какие сильные стороны есть у твоих одноклассников? Отметь

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> оптимизм        | <input type="checkbox"/> терпение            |
| <input type="checkbox"/> ответственность | <input type="checkbox"/> лидерство           |
| <input type="checkbox"/> решительность   | <input type="checkbox"/> дисциплина          |
| <input type="checkbox"/> креативность    | <input type="checkbox"/> упорство            |
| <input type="checkbox"/> сильная воля    | <input type="checkbox"/> честность           |
| <input type="checkbox"/> доброта         | <input type="checkbox"/> стрессоустойчивость |



Слушая одноклассников, запиши, что помогает развивать сильные стороны?

Сильная воля \_\_\_\_\_

Лидерство \_\_\_\_\_

Терпение \_\_\_\_\_

Честность \_\_\_\_\_

Креативность \_\_\_\_\_

Доброта \_\_\_\_\_

## «Мастера времени»

**Тема.** Мастера времени

**Основная идея:** участвуя в мероприятии, учащиеся 4 класса получают определённые знания о том, как планировать и организовывать свою деятельность по времени

**Тип:** малое КТД

**Вид:** познавательное

**Цель:** способствовать развитию умения планировать и организовывать свою деятельность по времени в ходе мероприятия.

**Задачи:**

**Воспитательная:** воспитывать ответственность и культуру в процессе организации своей деятельности.

**Развивающая:** развивать память, внимание, мышление.

**Образовательная:** закрепление знаний учащихся по умению планировать свою деятельность

### Ход коллективно-творческой деятельности

<b>Первая стадия</b> - предварительная работа	На этой стадии происходит обсуждение с детьми понятие "время". Учитель говорит о том, что время – ценный ресурс, который нужно уметь использовать эффективно. Вместе с детьми обсуждает, почему важно уметь организовывать своё время и свою деятельность. Приводят примеры из жизни, когда умение планировать помогло добиться успеха.
<b>Вторая стадия</b> - коллективное планирование КТД	На этом этапе каждому предоставляется возможность участия и обсуждения, предстоящего КТД. Каким быть делу? Как к нему готовиться? Кому, что поручить? Чтобы каждый высказал свое мнение, ответил на вопросы. Ребята распределяются на творческие группы, составляют план проведения. Представители групп задают, по необходимости вопросы. Дети вместе с педагогом подбирают материал: 1 группа «Время с пользой дома» 2 группа «Время с пользой на прогулке» 3 группа «Время на хобби» 4 группа «Время с пользой на перемене в школе» Выбор названия и девиза команды: учитель предлагает придумать название и девиз своей команды, связанные с темой времени.

<p><b>Третья стадия -</b> коллективная подготовка КТД</p>	<p>Создаётся совет-дело. Составленный план уточняется и конкретизируется педагогом совместно с группами. Группы планируют выполнение своих заданий. Педагог участвует в сборах групп, где распределяется общая работа между участниками, решается, кто и что конкретно сделает, поддерживая инициативу, обращая внимание на какие-то упущенные детали, убеждая их в необходимости добросовестного участия в общей творческой заботе об улучшении окружающей жизни. За это время участники групп: Находят материал по темам: 1. Время с пользой дома 2. Время с пользой на прогулке 3. Время на хобби 4. Время с пользой на перемене в школе</p> <p>Создают чек-лист по своей теме.</p>
<p><b>Четвертая стадия -</b> проведение КТД</p>	<p>Дети выходят под детскую песню про время. Ученики 1 группы выходят с чек-листом по теме «Время с пользой дома» 1 группа: Чтобы организовать время с пользой дома можно заняться уборкой (помыть окна и зеркала, разобрать гардероб, поменять постельное бельё и тд.); почистить свои гаджеты (удалить приложения, которыми не пользуешься); заняться саморазвитием (почитать книгу); написать план на ближайший месяц; заняться здоровьем (сделать зарядку); коммуникация (провести время с домашними питомцами, друзьями, семьёй); научиться чему-то новому (шить, рисовать, танцевать, сажать цветы).</p> <p>2 группа: Ученики 2 группы выходят с чек-листом по теме «Время с пользой на прогулке» Чтобы организовать время с пользой на прогулке можно поиграть в бадминтон, выгулять собак в приюте, попрыгать на скакалке, собрать мусор в парке, составить маршрут идеальной прогулки по вашему городу, поучаствовать в бесплатном забеге, сходить на внимательную прогулку, наблюдать и описывать запахи, звуки и цвета которые встретите.</p> <p>3 группа: Ученики 3 группы выходят с чек-листом по теме «Время на хобби»</p>

	<p>Чтобы организовать время с пользой на хобби можно заняться танцами, пробежать 10 км, слепить что-нибудь из глины, научиться петь или рисовать, кататься на коньках или роликах, устроить пикник, прокатиться на велосипеде, почитать книгу.</p> <p>4 группа: Ученики 4 группы выходят с чек-листом по теме «Время с пользой на перемене в школе»</p> <p>Чтобы организовать время с пользой в школе можно поиграть в различные игры «Золотые ворота», «Крестики нолики», «Морской бой», «Шашки», «Домино», «Слова», «Кошки-мышки», «Пустое место», «Шишки, жёлуди, орехи», так же можно почитать книгу, помыть доску, подготовить рабочее место, привести в порядок внешний вид и т.д.</p> <p>- Все отлично справились, молодцы!</p> <p>Игра «Волшебные минутки»</p> <p>Цель игры: закрепить навыки выполнения режима дня, учить беречь своё и чужое время.</p> <p>Учитель на доске прикрепляет картинки режима дня школьника. Просит команд расставить в определённой последовательности сюжетные картинки, отражающие режимные моменты, и воспроизвести распорядок дня.</p> <p>Задание 1: Запишите, на что вы тратите больше всего времени. Каждая группа записывает, на что он тратит свое время. Затем, в классе проводится анализ записей и обсуждение, как можно более эффективно использовать время.</p> <p>Задание 2 «Похитители времени»: Вместе с детьми определите "похитителей времени" (отвлекающие факторы, мешающие сосредоточиться на задачах). Обсудите способы борьбы с ними.</p> <p>Задание 3 «Планирование дня»: Попробуйте составить свой план на день, определяя приоритетные задачи и выделяя время на отдых и развлечения.</p> <p>Ребята, мы с вами проделали огромную работу, получили новые знания и поделились ими с другими!</p>
<p><b>Пятая стадия -</b> подведение итогов КТД</p>	<p>Подведение итогов можно провести сразу после мероприятия, а можно и в другой день. Педагог беседует с детьми: «Мы все принимали участие в творческом мероприятии, сегодня хочется обсудить его. Что вам понравилось? Что запомнилось? Что усвоили для себя? Чему научились?».</p> <p>Педагог побуждает детей сопоставлять мнения и предложения, уточняет вопросы, стимулирует поиск причин успехов и неудач, словом, осуществляет товарищескую заботу о том, чтобы</p>

	действительно каждый воспитанник участвовал в общих размышлениях.
<b>Шестая стадия -</b> последствие	<p>Дети вместе с педагогом обсуждают, какие мероприятия они могли бы еще организовать.</p> <p>Педагогу важно поддержать и развить хорошие начинания, закрепить и способствовать, улучшению тех отношений - отношении дружбы творческого сотрудничества взрослых и детей, отношений взаимопонимания, подлинного товарищества, - которые были рождены и создавались в процессе подготовки и проведения КТД.</p>

# Раздаточный материал для внеклассного материала по теме «Мастера времени»

3 занятие

Тема. Мастера времени

Состав группы и обязанности (фамилия, имя)

Тема выступления

Название команды

Девиз

Запиши в чек-лист, чем можно заняться в определенное время ☹

### Чек-лист

Время с пользой дома	Время с пользой на прогулке	Время на хобби	Время с пользой в школе на перемене
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____

## **Раздел 3. Родительские собрания**

### **«Роль самооценки в формировании личности»**

**Тема.** Роль самооценки в формировании личности

**Цель:** повысить осведомленность родителей о важности самооценки в развитии личности ребенка и о том, как она влияет на его учебную успеваемость, социальные отношения и личное благополучие.

#### **Задачи:**

##### 1. Теоретическая:

Дать родителям четкое определение самооценки и ее составляющих (самовосприятие, саморегуляция, уровень притязаний).

Объяснить механизмы формирования самооценки в детстве и подростковом возрасте.

Продемонстрировать влияние самооценки на успеваемость ребенка, его поведение и отношения с окружающими.

Рассмотреть типы самооценки (заниженная, завышенная, адекватная) и их влияние на развитие личности.

##### 2. Практическая:

Предоставить родителям практические советы по формированию у ребенка адекватной самооценки.

Показать, как можно помочь ребенку в преодолении заниженной самооценки.

Представить методы, которые помогут родителям и учителям поддерживать и развивать адекватную самооценку у ребенка.

##### 3. Дискуссионная:

Создать условия для открытого диалога между родителями и учителями о роли самооценки в развитии ребенка.

Обсудить типичные ошибки родителей, которые могут привести к формированию заниженной или завышенной самооценки у ребенка.

Поощрить родителей к обмену опытом и идеями по воспитанию самооценки у детей.

### Ход родительского собрания:

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность родителей
Вступительная часть	<p>Уважаемые родители! Я рада приветствовать Вас. Спасибо, что, отложив все дела, Вы пришли на эту встречу.</p> <p>Впереди нас ждет очень важный разговор на тему «Роль самооценки в формировании личности». Наверное, возникает естественный вопрос: чем обусловлен выбор темы и насколько ли актуальна эта проблема в начальной школе. Хочется, надеется, что каждый из вас сможет ответить на этот вопрос, прослушав информацию по этой теме.</p>	
Основная часть	<p>Уважаемые родители! Предлагаю вам посмотреть небольшой видеоролик по нашей теме. <a href="https://youtu.be/DHV7CQz3d9g">https://youtu.be/DHV7CQz3d9g</a></p> <p><b>Что такое самооценка?</b></p> <p>Самооценка – отношение человека к своим способностям, возможностям, личностным качествам, а также к внешнему облику. Она может быть правильной (адекватной), когда мнение человека о себе совпадает с тем, что он в действительности собой представляет. В тех случаях, когда человек оценивает себя необъективно, когда его мнение о себе резко расходится с тем, каким его считают другие, самооценка чаще всего бывает неправильной, или, как ее называют психологи, неадекватной.</p> <p>Если человек недооценивает себя по сравнению с тем, что он в действительности есть, то у него самооценка пониженная. В тех случаях, когда он переоценивает свои возможности, результаты деятельности, личностные качества, наружность, характерной для него является</p>	<p>Смотрят видеоролик.</p> <p>Высказывают свои предположения.</p>

повышенная самооценка. Как повышенная, так и пониженная самооценка очень затрудняет жизнь человека.

От самооценки зависят взаимоотношения ребёнка с окружающими, требовательность к себе, отношения к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности ребёнка и на дальнейшее развитие его личности.

Как и почему у детей формируется та или иная самооценка?

В детстве круг общения ребёнка предельно сужен, и в основном родители влияют на самооценку ребёнка.

Если родители любят ребёнка, уважают, ценят его успехи, то у него, естественно, формируется позитивная самооценка.

Если ребёнок в семье сталкивается с пренебрежением, с неприязнью, если находится в зависимом, подчинённом положении, то в будущем он не избежит неприятностей, связанных с негативной самооценкой.

В семьях, где у детей формируется высокая самооценка, чётко определены авторитеты, распределена ответственность. Ребёнок учится успешно решать встающие перед ним в повседневной жизни задачи, так как чувствуют уверенность в своих силах. Его всё время поддерживают и одобряют.

Родители заведомо снижают самооценку ребёнка, когда пытаются поставить его в зависимое положение, требуют от ребёнка послушания. Родители боятся положиться на него, недооценивают его способности, защищают от трудностей, контролируют его действия. В результате ребёнок становится неуравновешенным, не верит в свои силы, ему не хватает ощущения, что он значим, ценен.

Участвуют в обсуждении.

### **Возможные последствия низкой самооценки**

- Чувство неполноценности, возникающее у детей с заниженной самооценкой, снижает эффективность учёбы. Не нужно доказывать тот факт, что отметки и качество работы напрямую зависят от того, насколько уверенно или неуверенно ребёнок себя чувствует.
- Низкая самооценка не только искажает представления ребёнка о себе, но и снижает способность любить и понимать других. Современные учёные пришли к выводу, что человек не может любить другого, если не обладает здоровым чувством любви к себе. Если ребёнок сомневается в собственной значимости, может ли он уважать других?
- Если ощущение неполноценности терзает ребёнка, он начинает подсознательно придумывать прикрытия, которые помогут спрятаться от мира. Прикрытиями могут стать сарказм и грубая речь, высокомерие. Прикрытием может служить и уход от реальности. Ребёнок создаёт свой особый вымышленный мир, в котором нет проблем, и, следовательно, не нужно искать пути их решения.

### **Определение уровня самооценки**

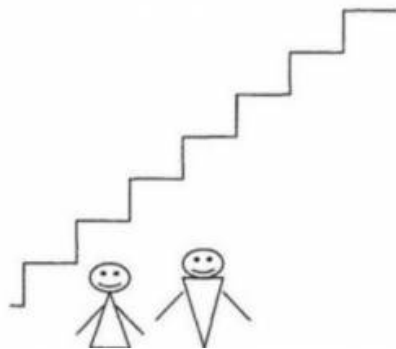
На чистом листе нарисовать лесенку из 10 ступенек. Ребёнку дают инструкцию: «Представь себе, что на верхней ступеньке этой лесенки находятся самые лучшие дети на свете: самые красивые, самые умные; у них всё быстро получается, хорошо, легко; их любят родители, их хвалят учителя, у них много друзей.

Записывают приём как определить уровень самооценки.

А на самой нижней ступеньке - те, кто прогуливает школу, плохо учится, не слушает родителей, с кем никто не хочет дружить, кого часто ругают родители, а папа и мама не очень любят.

Все остальные дети находятся на других ступеньках: кто выше, кто ниже.

Подумай, где твоё место на этой лесенке в данный момент, и нарисуй себя на ступеньке»



**Ребёнок поместил себя на одной из трёх нижних ступенек** — это тревожный симптом. Уважаемые родители, значит, настало время спросить себя: когда и за что я последний раз говорила своему ребёнку «ты у меня молодец». Вероятно, необходимо что-то пересмотреть в отношениях с ребёнком. Очень важно не спешить уверять ребёнка в том, самый, самый лучший. Ребёнок вряд ли поверит в это с первого слова — ведь он укрепился в собственной никчёмности.

- Похвалите его за искренний ответ. Ведь ребёнок продемонстрировал высокую критичность, честность.
- Скажите, что принимаете его таким, какой он есть.

- Принимая мнение ребёнка о себе, попытайтесь сосредоточить его внимание на том хорошем, что в нём есть, на тех успехах, которые были. Необходимо быть искренним в беседе с ребёнком.
- Отмечайте его достижения, проявляйте заинтересованность к его делам, с уважением относитесь к его мнению.
- Сравнивать нужно только со своими успехами, а не с успехами других ребят.

### **Ребёнок видит себя на одной из верхних ступенек**

Важно не торопиться с выводами.

Что позволят претендовать на верхние ступеньки? В каких областях высокие результаты?

Если ребёнок с уважением относится к сверстникам, если его достижения объективны, то нет причин для волнения.

Но если вам кажется, что ребёнок преувеличивает свои заслуги, если ставит себя выше своих одноклассников, то следует задуматься и пересмотреть отношения, но при этом тоже не стоит поддаваться импульсам. Чтобы ребёнок не возгордился, необходимо повторять: Ты молодец, но только в том, где действительно наблюдаются успехи. А вот кто-то решает медленнее, но он тоже старается.

Признав исключительность ребёнка, предоставьте возможность самостоятельно действовать в тех ситуациях, где такая исключительность необходима для достижения успеха. Синяки и шишки, в которых придётся винить только себя – лучшее лекарство от излишней самоуверенности.

### **Формирование адекватной самооценки.**

Необходимо помочь ребенку, с одной стороны, в обретении здоровой, спокойной уверенности в себе, с другой – в обретении столь же здоровой самокритичности.

Нужно использовать всякий удобный случай, чтобы «повернуть» каждого ребенка разными сторонами к коллективу, сделать его на некоторое время центром активного внимания. Каждый человек должен найти себя в этой жизни.

Для этого нужно помочь ребенку проявить себя – осуществить свои возможности в той области, в которой у него наметились особые успехи. Это поможет ему заслужить уважение учителя, товарищей. Неспособных детей нет, каждый к чему-то имеет особые склонности.

Необходимо предлагать ученикам показывать свои успехи вне школы. На праздниках могут выступить дети, которые хорошо поют, танцуют, играют на музыкальных инструментах, занимаются художественной гимнастикой. Дети, у которых есть живой уголок, могут принести в класс альбомы с фотографиями любимых животных. Спортсмены рассказывают о своих достижениях. Для того чтобы ребёнок имел возможность выбрать лучшие свои работы, целесообразно периодически устраивать классные выставки работ, рисунков, поделок и других продуктов учебного или творческого труда младших школьников. В детском коллективе можно организовать «Ярмарку успехов», на которой ученики представят свои лучшие работы. Родители должны содействовать тому, чтобы их ребенок открылся товарищам своими лучшими сторонами. Младшие школьники, особенно те из них, кто испытывают затруднения в учении, очень чувствительны к внешним оценкам, чутко улавливают отношение окружающих. Поэтому, любая

поддержка со стороны, похвала особенно важны для них. Ребенок, уверенный в себе, не боится трудностей, не пасует перед ними, находит в себе силы для их преодоления.

Забота об одарённых детях – одна из особенностей нашего времени. Многочисленные конкурсы, олимпиады, выставки детских работ свидетельствуют о пристальном внимании к достижениям детей и подростков. И это, конечно же, очень важно, так как открывает детям возможность проявить свои неординарные способности, получить одобрение от авторитетных людей, наконец, осознать, что они не одиноки в этом мире и есть другие ребята с подобными увлечениями, интересами, дарованиями. Завышенная самооценка способных детей становится адекватной.

Ученик должен пробовать (испытывать) себя в различных видах деятельности, выбирать то, что ему больше нравится, в чём он наиболее успешен.

Ведение **портфолио** способствует формированию адекватной самооценки ученика, максимальному раскрытию индивидуальных возможностей каждого ребёнка, развитию мотивации дальнейшего творческого роста.

Пополняя копилку своих успехов, он наблюдает за своим ростом, продвижением вперёд, формируется сознательное отношение к результатам учебного труда или внеурочной деятельности.

Работа с портфолио предоставляет следующие возможности:

- Учащиеся учатся замечать собственные успехи, а следовательно, саморазвиваются;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учащиеся, которым трудно учиться, могут преуспевать в других видах деятельности, а, значит, повысить самооценку и успешно социализироваться в классном коллективе;</li> <li>• Родители видят, в какой сфере их ребёнок наиболее успешен, в какой области ему интересней. В дальнейшем это может помочь в профессиональном самоопределении.</li> <li>• Учителю портфолио помогает определить зону ближайшего развития для каждого ученика, поддержать ситуацию успеха, оказывать педагогическую помощь конкретным детям.</li> </ul> <p>Только реальные и достаточно полные знания о себе дадут ребенку настоящую опору в жизни, помогут ему повысить свой статус, реализовать свои возможности, состояться как личности.</p> <p>Групповая работа:</p> <p>Разделиться на группы по 3-4 человека. Обсудить, какие факторы могут способствовать формированию у ребенка адекватной самооценки. Предложить конкретные действия для родителей и учителей, которые помогут ребенку развить уверенность в себе.</p> <p>Предоставление информации о ресурсах, которые могут быть полезны для родителей (книги, сайты, статьи).</p> <p>Вопросы и ответы:</p> <p>Время для родителей задать вопросы по теме самооценки, получить индивидуальные рекомендации.</p>	<p>Обсуждение в общем кругу: Обмен идеями и опытом.</p> <p>Задают вопросы по теме.</p>
--	--	--

<p>Заключительная часть</p>	<p><b>Заключительное слово:</b>  Оценки взрослых, укореняясь в сознании ребёнка, становятся их собственными оценками. Похвала, поощрение, одобрение, раскрытие возможностей ребёнка повышают его самооценку. И наоборот, постоянные упрёки, указания на ошибки и недочёты, выражение недовольствия, негативная критика ведут к снижению уровня самооценки ребёнка.</p> <p><b>Поэтому общая рекомендация такова:</b> принимайте своего ребёнка таким, какой он есть, со всеми его недостатками, странностями, отмечайте его достижения, подчёркивайте его положительные качества, проявляйте глубокую заинтересованность к его делам, его успехам и вы почувствуете его уверенность в себе, в своих силах.</p> <p>Подведение итогов собрания.  Благодарность родителям за активное участие.  Рекомендации по дополнительным ресурсам и материалам по теме самооценки.</p>	
<p>Эмоциональная рефлексия</p>	<p>Прошу вас перейти по Q-коду и написать отзыв о нашем родительском собрании.  - Спасибо, уважаемые родители, собрание окончено!</p>	

## «Саморегуляция – основа успешного обучения»

**Тема.** Саморегуляция – основа успешного обучения

**Цель:** познакомить родителей с понятием саморегуляции, ее значимостью для успешного обучения детей, а также предоставить практические советы по развитию саморегуляции у школьников.

**Задачи:**

1. Теоретическая:

Объяснить родителям, что такое саморегуляция и какие ее компоненты важны для обучения.

Показать, как саморегуляция влияет на успеваемость, отношения в школе, а также на личное развитие ребенка.

2. Практическая:

Представить и продемонстрировать родителям простые и эффективные техники саморегуляции, которые они могут использовать дома с детьми.

Предоставить родителям информацию о дополнительных ресурсах и материалах по развитию саморегуляции у детей.

3. Дискуссионная:

Обеспечить платформу для обсуждения родителями своих вопросов и проблем, связанных с развитием саморегуляции у детей.

Поощрить родителей к обмену опытом и идеями по развитию саморегуляции у детей.

4. Совместная:

Согласовать с родителями совместные действия по развитию саморегуляции у детей.

Создать положительную и вдохновляющую атмосферу для сотрудничества родителей и учителей в воспитании саморегуляции у детей.

### Ход родительского собрания:

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность родителей
Вступительная часть	<p>Уважаемые родители! Я рада приветствовать Вас. Спасибо, что, отложив все дела, Вы пришли на эту встречу.</p> <p>Впереди нас ждет очень важный разговор на тему «Саморегуляция – основа успешного обучения». В современном мире, полном информации, стресса и вызовов, саморегуляция становится необходимым навыком для успешной жизни. Это особенно важно для детей, которые находятся в процессе формирования своей личности и учебы.</p>	
Основная часть	<p>Давайте поговорим про <b>влияние саморегуляции на успеваемость:</b></p> <p><b>Концентрация внимания:</b> Саморегулирующийся ребенок способен сосредоточиться на учебном материале, отфильтровывать отвлекающие факторы, лучше запоминать и усваивать информацию.</p> <p><b>Управление эмоциями:</b> В трудных ситуациях ребенок способен спокойно анализировать проблему, не поддаваться панике или отчаянию, что позволяет ему продолжить учебный процесс эффективно.</p> <p><b>Мотивация:</b> Саморегуляция помогает установить цели, мотивировать себя на их достижение, планировать учебу и отслеживать прогресс, что ведет к увеличению интереса к обучению.</p> <p><b>Влияние саморегуляции на отношения в школе:</b></p> <p><b>Социальные навыки:</b> Саморегулирующийся ребенок способен контролировать свое поведение в коллективе, строить здоровые</p>	

отношения со сверстниками, избегать конфликтов и решать их конструктивно.

**Уважение к авторитетам:** Ребенок с развитой саморегуляцией способен управлять своим поведением в классе, слушать учителя, выполнять его инструкции, что способствует положительным отношениям с учителями.

**Самостоятельность:** Ребенок с развитой саморегуляцией способен брать на себя ответственность за свои действия, принимать решения и действовать самостоятельно, что способствует его независимости и самостоятельности в школе.

**Влияние саморегуляции на личное развитие ребенка:**

**Уверенность в себе:** Саморегулирующийся ребенок способен эффективно справляться с вызовами, контролировать свои эмоции, принимать решения, что формирует у него уверенность в своих силах и способностях.

**Устойчивость к стрессу:** Ребенок, овладевший навыками саморегуляции, способен управлять тревогой и стрессом, что позволяет ему чувствовать себя более спокойно и уверенно в различных ситуациях.

**Ответственность:** Саморегуляция воспитывает в ребенке ответственность за свои действия и решения, способствует формированию нравственных ценностей и уважения к себе и другим.

Что такое саморегуляция?

**Этапы саморегуляции:**  
Осознание эмоции.

Объяснение понятия:  
умение управлять  
своими эмоциями,

	<p>Выбор стратегии управления эмоцией.  Реализация выбранной стратегии.  <b>Важность саморегуляции для обучения:</b>  Улучшение концентрации внимания и памяти.  Повышение учебной мотивации и самостоятельности.  Снижение уровня стресса и тревожности.  Формирование навыков самоорганизации и планирования.</p> <p>Практическая часть</p> <p><b>Техники саморегуляции:</b>  <b>Дыхательные упражнения:</b> "Дыхание бабочки", "Дыхание по квадрату".  <b>Релаксационные техники:</b> "Прогрессивная релаксация», «Визуализация".  <b>Методы самоконтроля:</b> «Стоп-сигнал», «Проговаривание эмоций".  <b>Техники позитивного мышления:</b> "Перефразирование негативных мыслей", "Аффирмации".  Практическое задание для родителей: попробовать выполнить несколько простых упражнений на саморегуляцию.</p> <p><b>Прием «Найди мои ошибки»</b>  Родители могут сформировать операции контроля у своего ребенка с помощью такого простейшего приема.  Сначала взрослый пишет небольшие тексты (желательно занимательные для ребенка) с множеством грубых ошибок. Нельзя делать ошибки на орфографические правила, еще не известные ребёнку. Можно использовать не только орфографический, но и математический</p>	<p>поведением, вниманием и мотивацией для достижения поставленных целей.</p> <p>Повторяют техники на саморегуляцию.</p>
--	--	---

материал: выписывать столбики примеров с решениями, примерно треть которых неверна.

Ребенок должен выполнить роль учителя: красным карандашом исправить ошибки.

После того как ребёнок научится находить по крайней мере половину ошибок, сделанных взрослым, малышу предлагается взять на себя роль взрослого: «Давай-ка теперь ты сам будешь делать ошибки. Сегодня спиши вот эти три предложения, но сделай в них побольше ошибок, чтобы завтра или послезавтра тебе было что исправить. Только смотри, чтобы ты смог догадаться, что должно было быть написано. А то если ты вместо «береза» напишешь «осина», то потом сам не догадаешься, что там было».

Теперь ребёнок сам пишет тексты с нарочитыми ошибками и на несколько дней откладывает эти задания самому себе, а потом проверяет собственную работу.

### **Советы родителям**

Памятка «**Как помочь ребенку развить саморегуляцию**»:

Создайте спокойную и поддерживающую атмосферу в семье.

Научите ребенка распознавать свои эмоции и называть их.

Показывайте ребенку позитивные примеры саморегуляции.

Включайте ребенка в планирование и организацию своего времени.

Хвалите и поддерживайте ребенка за его усилия в развитие саморегуляции.

Обсуждение:

Ответы на вопросы родителей.

	Обсуждение совместных действий по развитию саморегуляции у детей.	Задают вопросы учителю. Участвуют в обсуждении.
Заключительная часть	Заключительное слово Подведение итогов собрания. Благодарность родителям за активное участие. Рекомендации по дополнительным ресурсам и материалам по теме саморегуляции.	
Эмоциональная рефлексия	Прошу вас перейти по Q-коду и написать отзыв о нашем родительском собрании. - Спасибо, уважаемые родители, собрание окончено!	

