

Общеобразовательная автономная
некоммерческая организация
«Начальная школа Физтех-лицея»

«Жизненные навыки»

Методика составленная на основе
книги «Семь навыков активных детей»
Ш. Кови

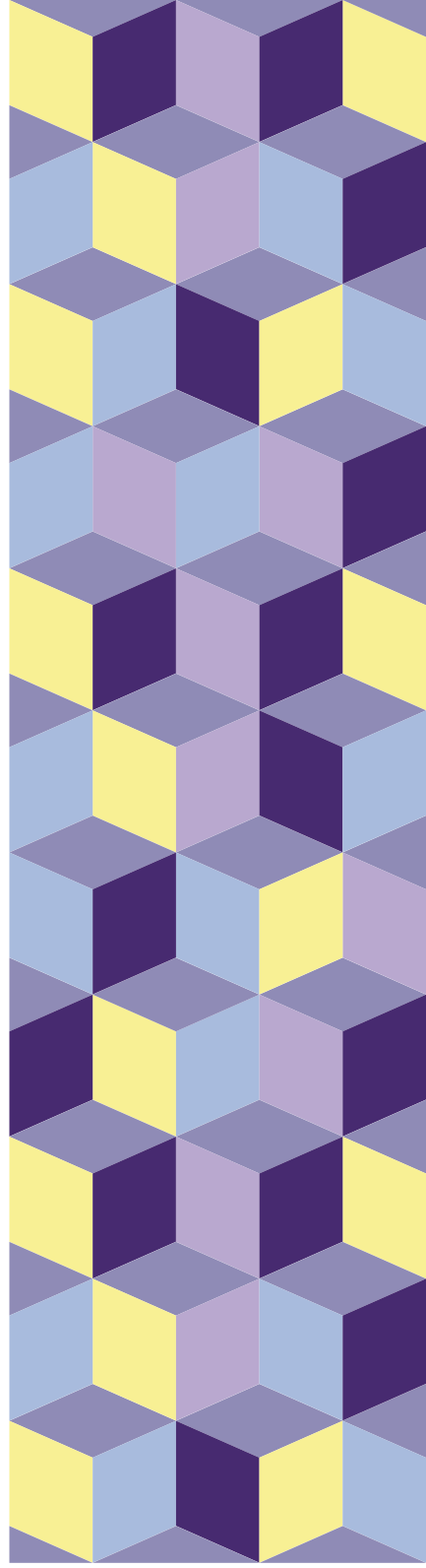
Составитель методики:

Ахматова Виктория Григорьевна

«Физтех-Начало» Долгопрудный 2020



Иннопрактика



«Жизненные навыки»

«Лидер во мне»

Программа обучения по мотивам и в общей
логике книги Шона Кови

«7 навыков активных детей»

Начальная школа ОАНО «Физтех-начало»

2 класс

Содержание

1. Постановка проблемы и обоснование почему «7 навыков?» 3
2. Нормативно-правовая основа программы 6
3. Направления программы, описание ценностных ориентиров содержания данного курса 8

1. Постановка проблемы и обоснование почему «7 навыков?»

В 2000-е годы замечательный педагог Ш. Амонашвили предлагал педагогическому сообществу избавиться от одного заблуждения. Заблуждение заключалось в тезисе о том, что *школа готовит детей, молодое поколение к будущей жизни*. Ш. Амонашвили говорил: **«У нас нет никакой уверенности, что в школьных знаниях действительно заложены основы будущей жизни. Основы наук нельзя возносить над основами жизни».**

И далее **«Школьные знания не решают насущных жизненных проблем: общения и труда, благородства и преданности, любви и верности, воспитания собственных детей и социальной активности, духовности, веры и т.д. Для школы все эти основания жизни или не существуют, или их лишь декларативно провозглашают».**

Педагогический вестник «Три ключа», № 12, 2010. Из выступления на IX Международных педагогических чтениях по гуманной педагогике.

*«Мир сложен, он постоянно меняется. Сегодня мы сталкиваемся не с теми проблемами, что встанут перед молодежью завтра. Поэтому мы решили, что самый верный способ вдохновить наших учеников — это научить их **вечным** принципам».*

Фрэнсис Фу, директор начальной школы, Сингапур

Г. Греф сравнивает Стивена Кови с Иваном Павловым, который создал теорию динамического стереотипа. Динамический стереотип — это не что иное, как складывающаяся годами, привычная для нас реакция на происходящие события. Кови дополнил эту теорию важнейшим понятием - он сказал: «Между воздействием и реакцией существует промежуток времени, когда человек может осмыслить свою реакцию и повлиять на неё. Разорвав цепочку автоматического реагирования, мы обретаем внутреннюю свободу и возможность саморазвития. Я убежден, что подлинное счастье заключается именно в саморазвитии — в восхождении на Эверест, который находится внутри у каждого человека».

С. Кови

Можно с уверенностью сказать, что обучение по книгам Стивена и Шона Кови – и есть восхождение на Эверест. (Чем раньше, тем лучше).

1. Проявляй активную жизненную позицию

Делай все, что можешь.

2. Начинай, представляя конечную цель

Знай, чего хочешь.

3. Начинай с самого важного

Делай по порядку.

4. Действуй по принципу «Выиграть-выиграть»

Сотрудничай.

5. Сначала стремись понять, а потом – быть понятым

Умей слушать и говорить.

6. Вместе - лучше

Работай в команде.

7. Развивайся

Совершенствуй себя. Соблюдай равновесие души, тела, сердца, разума.

Где ученикам взять все эти необходимые в жизни навыки? В этом-то и есть главная трудность, ведь *это не просто еще один предмет, который мы должны взять на вооружение. Это – целая цепочка взаимодействия родителей и учителей-предметников, ставших единомышленниками, действующих в единой логике 7 навыков.*

2 причины, почему мы работаем по книгам С. и Ш. Кови «7 навыков активных детей»:

1. Потому что мысли, изложенные выше, созвучны с принципами и взглядами автора данной программы: **«Лидер во мне» - это методика, как обучить ребенка принципам лидерства.**

Пусть не смущает слово «лидерство». Это не значит, что мы хотим непременно вырастить топ-менеджера, выдающегося государственно-го деятеля или генерала. Мы хотим с помощью этой, очень челове-

ской, методики, *научить детей управлять своей жизнью.*

2. Потому что современные родители, образованные и ценящие образование - хотят для своих детей не только высокого уровня знаний по базовым учебным предметам, они также хотят, чтобы мы, педагоги, привили своим ученикам базовые жизненные навыки. Такие как навыки планирования и постановки целей, принятия решений, разрешения конфликтов, навыки работы в команде и управления своим временем, оценки своих знаний и умений, способности слушать и слышать.

Используя логику и последовательность тем по книгам Шона Кови «7 навыков активных детей», мы постарались перенести систему на нашу почву, дополнив понятными примерами и рассуждениями о различных обстоятельствах жизни, свойствах характера человека, о счастье, о взаимоотношениях с родителями и одноклассниками, исходя из особенностей обучаемых детей. Конкретизируем задачи по направлениям, интересующим нас на данном этапе освоения курса.

- в работе мы учитываем, что 8-летний человек активно познает мир – расширяем понятийный ряд
- работаем на примерах из разных отраслей науки, искусства, литературы.
- в работе расширяем аспект театрализации (создаем мини-группы, маленький театр).
- учим соблюдать промежуток времени между воздействием и реакцией.
- расширяем и осмысливаем умение ребенка вдумчиво реагировать на меняющиеся обстоятельства, используя коммуникативные навыки деятельности.
- учим владению голосовым аппаратом. (тембр, динамические оттенки). Готовим для исполнения хоровые и театральные произведения.

Цель:

Осваивая этот курс, мы ставим *целью* воспитать счастливого ребенка, который знает свои сильные стороны. Мы стараемся помочь ему

найти эти сильные стороны и открыть в себе качества, позволяющие оказывать свое позитивное влияние на других людей.

Актуальность программы:

Не оспаривая необходимость оснащения детей младшего школьного возраста Жизненными навыками, мы понимаем, что без элементарных знаний по психологии наши ученики не обойдутся. Как обойти сложную терминологию из этой науки и дать основные, важные сведения и понятия?

Как мы это делаем:

- на примерах сказочных героев (становясь то автором, то артистом, то слушателем),
- на моделировании определенных конфликтных ситуаций, с последующим «мирным» их разрешением,
- используем ролевые игры, где создаем обстановку творчества.
- создаем неожиданные обстоятельства, ищем выход,
- учим слушать и только потом высказываться.
- организовываем мини-дебаты, где учим отстаивать свою точку зрения.
- Непременным условием на всех занятиях является создание атмосферы доверия, доброжелательности и заботы.

2. Нормативно-правовая основа программы

Нормативно-правовой и документальной основой программы воспитания и социализации учащихся начальной школы «**7 навыков**» являются:

- Конституция Российской Федерации
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ. (в ред. Приказа Минобрнауки России от 12.2014

№1643)

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
- Ежегодные послания Президента РФ Федеральному Собранию Российской Федерации от 26 апреля 2007 года и 5 ноября 2008 года.

Описание места курса в рабочем плане.

Курс «Жизненные навыки» или «Лидер во мне» или «7 навыков» изучается с 1 по 4 класс в рамках внеурочной деятельности.

Программа рассчитана на один час в неделю – в 1 классе 33 часа, во 2, 3 и 4 классе 34 часа. Общий объём отведенного времени составляет 135 часов.

Данная программа составлена и описывает работу во 2 классе, так как именно с него началась систематическая работа по методике С. и Ш. Кови.

Общая характеристика курса.

Программа «7 навыков» проводится в рамках внеурочной деятельности, способствуя формированию и сохранению психологически здоровой личности. Эта задача становится особенно актуальной в настоящее время, т.к. учебные нагрузки возрастают, и часто возникает несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями ребенка. А особенности характера, воспитания, слабая функциональная готовность к школе, приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса.

Данная программа занятий способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, что в конечном итоге учит умению управлять своей жизнью.

Главный акцент в программе ставится на развитие эмоционального интеллекта ребенка, который включает в себя чувства, потребности,

переживания и пристрастия, - то есть субъективный мир человеческой души. Программа формулирует жизненные задачи возраста, знакомит с ними детей и родителей, предлагает обсудить ценности и принципы, лежащие в основе выбора «правильного» способа решения той или иной задачи и предполагает наиболее адекватные способы решения.

В ходе прохождения данной программы чувства и эмоции ребенка ставятся на первый план. По мере освоения программы дети обретают внутреннюю свободу, становятся ответственными.

В рамках освоения курса происходит решение не столько познавательных, сколько *личностных* задач младших школьников, а это значит, что, скорее всего наши занятия можно назвать уроками *психологии*.

3. Направления программы, описание ценностных ориентиров содержания данного курса

Одним из результатов обучения по программе «Жизненные навыки» или «Лидер во мне» или «7 навыков» - является решение задач по формированию и осмыслению младшими школьниками системы жизненных ценностей:

Ценность жизни и человека – осознание ответственности за себя и других людей, осознание ответственности за свои поступки. (*1 навык*)

Ценность определения своей миссии и цели в жизни – обладание умением начинать с самого важного. (*2 навык*)

Ценность умения расставлять приоритеты в своей деятельности – осознание себя, как человека, умеющего управлять своим временем, ценнейшей составляющей жизни человека. (*3 навык*).

Ценность доброжелательности и взаимопонимания – осознание себя как части мира, в котором люди соединены бесчисленными связями, Понимание, что надо стараться действовать так, чтобы выиграть мог каждый. (*4 навык*)

Ценность общения – понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих эле-

ментов культуры. (5 навык)

Ценность сотрудничества и взаимодействия – осознание себя, как части команды, умение видеть свои сильные стороны и таланты своих товарищей. (6 навык)

Ценность целостности своей личности – осознание себя как человека, принявшего решение держать себя в равновесии и развиваться. (7 навык)

Содержание курса.

Все 4 года в разных вариантах осваивая 7 навыков, мы решаем важные, основополагающие задачи развития, социализации и формирования активной, сознательной и ответственной личности ребенка:

- Осознание, принятие себя, уважительное внимание к собственному Я. Кто Я, и что отличает меня от других, что для меня важно? Эта тема ведет к формированию активного
- Я, готовности к внутреннему диалогу, позитивному отношению к себе самому.
- Я и окружающий меня мир людей: праздники и ответственность, чувства, хорошее и плохое, ценное и второстепенное, радостное и пугающее, вызывающее гнев. Эти темы позволяют лучше ориентироваться в мире человеческих проблем, в том числе собственных чувств. Позволяет эмоционально чувствовать и яснее понимать мир.

Мы: я и другие, как сотрудничать? Как жить с людьми? Как быть другом, как вести себя в конфликте? Эти темы ведут к пониманию ценности отношений в жизни человека, учат заботиться о других людях, быть ответственным человеком.

Условием успешного освоения и выполнения нашей программы, является профессиональная готовность педагогов:

- учитывать развитие прирожденных задатков;
- создавать условия, направляющие развитие прирожденных задатков;

- предоставлять ребенку возможность свободно проявлять свои индивидуальные особенности;
- предоставлять ребенку возможность свободно выбирать и пробовать;
- предоставлять ему возможность знакомиться с разными культурами, точками зрения и версиями;
- слушать ребенка и давать ему возможность самостоятельно принимать решения;
- согласовывать с ребенком свои действия, чтобы он понимал, почему ему надо делать то или другое;
- создавать условия, чтобы ребенок мог осознанно следовать правилам;
- включать ребенка в создание правил, которым он должен следовать.
- создавать на всех занятиях атмосферу доверия, доброжелательности и заботы.

Основные темы программы (2 класс)

<p>I триместр Сентябрь, октябрь, ноябрь (в работе 1и 2 навык)</p>	<p>II триместр Декабрь, январь, февраль (в работе 3,4 и 5 навык)</p>	<p>III триместр Март, апрель, май (в работе 6 и 7 навык и мероприятия, обобщающие всю годовую программу. Фестиваль «Майские практики»</p>	<p>Дополнительные темы, созвучные изучаемым навыкам, моделируем их на мини-ситуациях. Импровизация детей</p>
--	---	--	---

<p>1. «Делай все, что можешь, проявляй Активную Жизненную Позицию» <i>Не будь жертвой обстоятельств.</i></p> <p>Понятие о «Круге влияния» и о «Круге забот» <u>Цель</u> – понимание, что ты сам отвечаешь за себя.</p> <p>2. «Знай, чего хочешь» <i>Начинай, представляя конечную цель.</i></p>	<p>3. «Делай по порядку» <i>Начинай с самого важного.</i> <u>Цель</u> – понимание «важного» и «неважного» для тебя.</p> <p>4. «Сотрудничай» <i>Действуй по принципу «Выиграть-выиграть».</i></p> <p>Понятие о том, как могут все выиграть. <u>Цель</u> - понимание, что надо видеть не только свои таланты, но и таланты других.</p>	<p>6. «Работай в команде» <i>Вместе лучше.</i> <u>Цель</u> – сформировать понимание, что вместе мы можем придумать лучшее решение. Понятие о возникновении синергии.</p> <p>7. «Развивайся, совершенствуй себя» <i>Соблюдай равновесие души, сердца и разума.</i></p> <p>Понятие о том, что эти 4 части в тебе должны быть единым целым.</p>	<p>«Мир начинается с меня». Первые шаги к пониманию толерантности «Другие люди могут быть не похожими на меня» «Дом моей души: забота о теле – забота о себе» философское и позитивное отношение к себе. «Собственность: Я и мое». «Разговор о печальных сторонах жизни». Помогаем детям осознать смысл печали и ее ценность.</p>
---	--	--	---

<p><u>Цель</u> – понимание, что надо планировать и ставить перед собой конечную цель.</p>	<p>5. «Умей слушать, а потом говорить» <u>Понятие о «Колесе слушания»</u> <u>Цель</u> - Сначала стремись понять, а потом быть понятым».</p>	<p><u>Цель</u> – научиться держать себя в равновесии, самосовершенствоваться.</p>	
			<p>«Жизненные навыки» Актуализируем знания за год.</p>

Программа рассчитана на учащихся 8 лет. Состав группы – 10–15 человек. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность занятия – 40 минут. Длительность программы – 1 год.

разработана и структурирована таким образом, что темы распределены по триместрам.

- Групповая работа должна проводиться в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении,
- В интерьере комнаты должны преобладать спокойные неяркие цвета.
- В комнате стулья для групповых занятий должны стоять полукругом. Так называемый «круг внимания».

Материальное обеспечение реализации программы можно разделить на две группы:

- Материалы и инструменты для самостоятельного творчества каждого ребенка.

• Все необходимое для создания совместных творческих проектов (например — ватман для общего рисунка), цветные карточки (красные, зеленые, желтые) а также для выполнения некоторых упражнений. Сюда же относятся аудио и видеозаписи, необходимые для просмотра на уроках. Очевидно, что предполагается наличие фото, аудио и видеоаппаратуры. Качество проведения программы, ее технологичность зависят от наличия всех перечисленных технических средств, поэтому следует стремиться к их приобретению в полном объеме.

Календарно-тематический план курса

№	Дата	Тема урока	Содержание	Виды контроля	Кол-во часов	Дом. задание
		Знакомство с «деревом 7 навыков». Чем будем заниматься.	Участники группы знакомятся друг с другом и вместе с ведущим придумывают и принимают правила группы, которые будут действовать все время занятий.	групповой	1 час	Нарисовать дерево «7 навыков» Формат А-3

		2 навык - знай, чего хочешь	<p>1. Использую диаграмму «Мозговой штурм»</p> <p>2. Коллективная работа. Представь, что тебя избрали Президентом Земли, что бы ты мог изменить к лучшему?</p> <p>3. Рассуждаем о биографии выдающегося человека. Смотрим, что ему удалось изменить, как он добился своей цели? (о Ю. А. Гагарине)</p>	групповой	1 час 1 час 1 час	
		3 навык - делай всё по порядку	<p>1. Самое важное – это твои «большие камни» Наполняем банку делами.</p> <p>2. Понятие, что такое «важное» и «важное, но не срочное».</p> <p>3. Квадрат управления временем.</p> <p>4. Работаем по индивидуальному заданию (квадрат управления временем)</p>	групповой	1 час 1 час 1 час 1 час	Составить для себя план на неделю. Принести в класс для обсуждения

		4 навык - сотрудни- чай	<p>1. Понятие, как добиться своей цели, учитывая интересы других.</p> <p>2. Думаем, как во время конфликта найти решение, при котором все выиграют.</p> <p>3. Рассуждаем о принципах: «проиграть-выиграть», «Выиграть-выиграть», «Выиграть-проиграть»</p> <p>4. Думаем и рассуждаем о делегировании задач, об умении договариваться</p>	группо- вой	1 час	Беседуем с родителями, учимся договариваться.
					1 час	
					1 час	
					1 час	

		5 навык - умей гово- рить и слу- шать	<p>1. Понятие «слушать» и «слышать»</p> <p>2. Организовываем мини-дебаты (правило умного микрофона)</p> <p>3. 6 правил правильного слушания.</p> <p>4. Коллективная работа. Рисуем большой плакат, который напомним бы людям, как важно слушать.</p>	группо- вой	1 час 1 час 1 час 1 час	Дома под- готовить, придумать речевки к плакату.
		6 навык - вместе лучше	<p>1. Умение выслушивать человека и видеть его хорошие качества.</p> <p>2. «Мозговой штурм» для новых идей.</p> <p>3. Формируем понятие «командный игрок».</p> <p>4. О синергии - «волшебный огонь коллективного творчества»</p>	группо- вой	1 час 1 час 1 час 1 час	Напиши письмо своему учителю, как ты со- бираешься со своей командой решить проблемы дисци- плины в классе.

		7 навык - развивайся	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формируем понимание «Совершенство-вание». 2. Как помочь себе быть в равновесии. 3. Четыре составляющих меня, о которых надо заботиться. 4. Работаем в схеме «Остановись и подумай». Какие качества надо совершенствовать в себе. 	групповой	<p>1 час</p> <p>1 час</p> <p>1 час</p> <p>1 час</p>	<p>Вместе с родителями подготовиться к созданию портрета-коллажа: вырезать несколько картинок из журналов, которые ребенок ассоциирует с собой, со своей семьей, со своими товарищами. Поговорить с ним об этом.</p>
--	--	-----------------------------	--	-----------	---	--

Формы деятельности	<ul style="list-style-type: none"> ● изучение вариативных дисциплин, ● беседа, ● экскурсия, ● конкурс, ● фестиваль, ● ярмарка, ● выставка, ● разучивание стихотворений, ● знакомство с картинами, ● участие в просмотре учебных фильмов.
---------------------------	--

Данная воспитательная модель предполагает совместную работу классного руководителя с разными участниками воспитательного процесса.

Воспитательные результаты любого из видов деятельности школьников мы распределяем по трем уровням.

- Первый уровень результатов – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

- Второй уровень результатов – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

- Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (а не просто узнает о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Сверяясь с приведенными выше, официальными уровнями воспитательных результатов школьников, можно сказать, что данная программа «Лидер во мне» или «Жизненные навыки» или «7 навыков активных детей» - вполне соответствует этим требованиям, так как на протяжении всего учебного года ставились цели и решались.

Задачи:

- Развитие активной жизненной позиции

- Формирование позитивного образа будущего
- Развитие навыков планирования и управления временем
- Развитие навыков сотрудничества
- Отработка умения слушать и выражать свое мнение
- Развитие навыков работы в команде
- Актуализация потребности в саморазвитии.

Основной целью программы была социализация как процесс усвоения ребенком образцов поведения, психологических установок, социальных норм и ценностей, знаний, навыков, позволяющих ему успешно функционировать в обществе.

