

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КАМЕНОЛОМНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА» САКСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАССМОТРЕНО

на заседании методического объединения
учителей начальных классов
Протокол № 03____
от «_30_» _августа_2023 г.

СОГЛАСОВАНО

заместителем директора МБОУ
«Каменоломненская средняя школа»
Протокол №_14_
от «_30_» августа 2023 г

УТВЕРЖДЕНО

приказом МБОУ «Каменоломненская
средняя школа» №____213____
от «31 » августа 2023 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
для начального общего образования
социального направления
срок освоения: 1 год (1 класс)

Составитель: Ширинская Л.И.,
педагог-психолог

2023 г.

Пояснительная записка

В современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека, во взаимодействие с окружающим миром. Учащиеся разного возраста пытаются как-то разобраться в самих себе. Но их интерес к самопознанию превышает их возможности познать себя, так как никакими сведениями о богатстве или бедности внутреннего мира, о психологических особенностях человека они не располагают. Отсюда неадекватные способы познания себя и других, неудовлетворенность этим познанием, неопределенность в оценках, самооценках, намерениях и т. д.

Курс «Тропинка к своему Я» поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления.

Работа по программе проводится в рамках духовно-нравственного развития и воспитания школьников. Программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования в соответствии с документами:

- Федеральный Закон «Об образовании РФ»
- Международная конвенция «О правах ребенка» 1989г.
- «Всеобщая декларация прав человека».
- Гражданский кодекс РФ.
- «Основы законодательства РФ о культуре»
- Стандарты второго поколения. Концепция под ред. А. М. Кондакова, А.А. Кузнецова.

Актуальность. В процессе обучения детей в начальной школе решаются важнейшие задачи образования (формирование универсальных способов действий, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе; воспитание умения учиться – способности к самоорганизации с целью решения учебных задач; индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития- эмоциональной, познавательной, регулятивной).

Программа «Тропинка к своему Я» имеет социальное направление и предназначена для детей в возрасте 6,5 – 7 лет. Курс рассчитан на 17 часов. Программа предусматривает оказание помощи детям в преодолении страхов, агрессии, способствует личностному развитию обучающихся.

Программа курса разработана на основе программы О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я». (Уроки психологии в начальной школе, М: Генезис, 2004г.).

Основная цель программы: формирование позитивного отношения к себе и школе, профилактика школьной дезадаптации.

Основные задачи:

- Формирование психологического здоровья.
- Воспитание нравственных чувств и этического сознания.
- Формирование позитивного отношения к своему «Я».
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
- Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
- Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
- Развитие навыков социального поведения.
- Знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями поведения.
- Создание возможностей для самовыражения.
- Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
- Развитие способности ребенка к сопереживанию.
- Формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных навыков.
- Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
- Развитие познавательной мотивации.
- Раскрытие творческого потенциала.

В программе прослеживаются межпредметные связи:

- с уроками русского языка и литературы: составление устных и письменных рассказов о персонажах прочитанных произведений, умение пользоваться основными формами речи (описание, рассуждение, повествование), участие в первых пробах письма (сочинение сказок, забавных историй и т.д.
- с уроками музыки: анализ музыкальных образов героев;
- с уроками изобразительного искусства: использование красок для передачи своего отношения к героям произведений;
- с уроками окружающего мира: наблюдение за изменениями в природе.

Методы и приемы, используемые на занятиях: комментирование, анализ содержания произведения, изобразительная деятельность (рисование, раскрашивание), игровые приемы речевая деятельность.

Формы занятий:

- групповые занятия
- тренинговые упражнения

- ролевые и ситуационные игры
- занятия с использованием художественных средств выразительности
- дискуссии

Принципы реализации программы курса:

1. *Принцип индивидуализации* предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.
2. *Принцип доступности* от уровня психологических особенностей ребёнка.
3. *Принцип наглядности* - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.
4. *Принцип систематичности и последовательности* заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.
5. *Принцип научности* лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей старшего дошкольного возраста.
6. *Принцип оздоровительной направленности* обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Режим занятий. Программа реализуется в форме занятия по внеурочной деятельности. Занятия проводятся через неделю продолжительностью 35-40 минут.

Содержание занятий внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я»

1 класс (17 часа)

Тема 1. Я — школьник.

1. Знакомство. Введение в мир психологии.
2. Как зовут ребят моего класса? Мой класс
3. Зачем мне нужно ходить в школу?
4. Какие ребята в моем классе?
5. Мои друзья в классе.
6. Мои успехи в школе.
7. Моя учебная сила.

Тема 2. Мои чувства.

1. Радость. Что такое мимика?
2. Жесты.
3. Радость можно передать прикосновением.
4. Грусть.
5. Страх.
6. Как справиться со страхом.
7. Гнев.

8. Может ли гнев принести пользу?
9. Обида.
10. Разные чувства.

Планируемые результаты

В результате изучения данного курса на ступени начального общего образования у первоклассников будут сформированы личностные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

В сфере личностных универсальных учебных действий будут сформированы внутренняя позиция обучающегося, адекватная мотивация учебной деятельности, включая учебные и познавательные мотивы, ориентация на моральные нормы и их выполнение.

В сфере познавательных универсальных учебных действий первоклассники научатся воспринимать и анализировать сообщения, тексты, овладеют действием моделирования, а также широким спектром логических действий и операций.

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий первоклассники приобретут умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию, отображать предметное содержание и условия деятельности в сообщениях, важнейшими компонентами которых являются тексты.

Личностные универсальные учебные действия

У первоклассника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- установка на здоровый образ жизни;

Первоклассник получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания

необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;

- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;

• компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;

• морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;

• установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;

• эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.

Познавательные универсальные учебные действия

Первоклассник научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;

Первоклассник получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Первоклассник научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;

- контролировать действия партнёра.

Первоклассник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Регулятивные УУД:

овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;

извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста

определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя

учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению

строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя

учиться исследовать свои качества и свои особенности

учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя

учиться наблюдать

моделировать ситуацию с помощью учителя

Коммуникативные УУД:

учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах

учиться работать в паре и в группе

выполнять различные роли

слушать и понимать речь других ребят

осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

К концу обучения курса учащиеся получают возможность:

	Личностные	Метапредметные	Предметные
Знать	– о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками;	- знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми,	- осознавать собственную полезность и ценность; - основные способы психологического взаимодействия между людьми;

	- правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.	взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.	- приемы повышения собственной самооценки; - осознание своего места в мире и обществе;
--	--	---	---

Уметь	- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели - налаживать контакт с людьми; -соблюдать правила игры и дисциплину; - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.). - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах	- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; - формулировать собственное мнение и позицию; - находить свое место в школьной жизни;	- работать в группе, в коллективе. -получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе трудности - психологически справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; -взаимодействовать с учителем и сверстниками; - адекватно
--------------	--	---	---

	творческой и игровой деятельности.		анализировать собственные проблемы;
--	------------------------------------	--	-------------------------------------

Применять	- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; -подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки. - знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития	- полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем; - приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов;	- полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения; - полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности; - через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления;
------------------	---	--	---

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тематический блок, тема	Ко лич ест во час ов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Я-школьник 1. Знакомство. Введение в мир психологии. 2. Как зовут ребят моего класса? Мой класс 3. Зачем мне нужно ходить в школу? 4. Какие ребята в моем классе? 5. Мои друзья в классе.	7	Дискуссия Элементы тренинга Ролевая игра Элементы тренинга Ролевая игра	https://www.rulit.me/books/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoj-shkole-1-4-read-472247-1.html https://www.rulit.me/books/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoj-shkole-1-4-read-472247-1.html https://www.rulit.me/books/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoj-shkole-1-4-read-472247-1.html https://www.rulit.me/books/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoj-shkole-1-4-read-472247-1.html https://www.rulit.me/books/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoj-shkole-1-4-read-472247-1.html

[illegible]

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 327766045235508045123579633876966067016845890622

Владелец Стародубцева Антонина Михайловна

Действителен с 01.10.2023 по 30.09.2024