

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» имени Золотарева Петра Ивановича
с. Летниково муниципального района Алексеевский Самарской области

«Одобрена»

на заседании методического объединения
учителей гуманитарного цикла
Протокол № 4
от «30» августа 2021 года

«Утверждена»

Приказ № 230
от « 30 » августа 2021 года

Директор школы _____/А.П. Дремов /

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Тропинка к своему Я»

(название)

для 1-4 классов

Составители:

Антонова Д.А., педагог-психолог

«Согласовано»

И.о. заместителя директора по ВР

_____/ Дремова Т.Н./

« 30» августа 2021 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» разработана в соответствии с Законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373; в редакции приказов от 26 ноября 2010 г. № 1241, от 22 сентября 2011 г. № 2357, а также в соответствии с рекомендациями Примерной основной образовательной программы начального общего образования, одобренной Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. №1/15) и обеспечена УМК по курсу психологических занятий «Тропинка к своему Я» на основе программы О. В. Хухлаевой, – М.: Генезис, 2015г.

Цель: помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей – установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

В результате изучения данного курса на ступени начального общего образования у выпускников 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, способность к моральной децентрации.

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

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий выпускники 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 выпускника 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;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;

Выпускник 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

Выпускник 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;

Выпускник получит возможность научиться:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник 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.

Выпускник 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 и координировать её 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.

3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.

1 – класс

Базовое содержание курса «Тропинка к своему Я» в два тематических блока - Я - школьник. Мои чувства.

Виды деятельности: игровая, познавательная, досугово-развлекательная деятельность (досуговое общение), проблемно-ценностное общение, художественное творчество, социальное творчество (социальная преобразующая деятельность)

Формы организации деятельности: библиотечные часы, конкурсы, викторины, познавательные игры.

Название занятия.	Ключевые задачи, решаемые на
-------------------	------------------------------

	занятия.
Я - школьник	
Знакомство. Я умею управлять собой	Формирование внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе. Формирование позитивного отношения к своему «Я». Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности. Формирование познавательного интерес к новому материалу и способам решения новой задачи. Развитие эмпатии как понимание чувств других людей и сопереживание им. Развитие умения формулировать собственное мнение и позицию
Я умею преодолевать трудности	
Я умею преодолевать трудности (продолжение)	
Я умею слушать других	
Я умею учиться у ошибки	
Я умею быть доброжелательным	
Я умею быть доброжелательным (продолжение)	
Я – доброжелательный	
Я умею быть ласковым	
Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими.	
Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими (продолжение)	
Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.	
Я учусь решать конфликты	
Я учусь решать конфликты (продолжение)	
Я умею разрешать конфликты	
2. Мои чувства	
Радость. Что такое мимика?	Развитие умения распознавать и описывать свои чувства и эмоций и чувства других людей, качества характера. Способствовать снижению уровня страха. Развитие умения ориентироваться в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. Формирование способности к самооценке.
Радость. Что такое мимика? (продолжение)	
Радость. Что такое жесты?	
Радость. Что такое жесты? (продолжение)	
Радость. Как ее доставить другому человеку?	
Радость Можно передать прикосновением.	
Грусть	
Страх	
Страх» (продолжение)	
Страх. Как его преодолеть?	
Страх. Как его преодолеть? (продолжение)	
Гнев. С какими чувствами он дружит?	
Гнев. С какими чувствами он дружит? (продолжение)	
Гнев и его польза	
Обида	
Обида (продолжение)	
Разные чувства	
Итоговое занятие	

2 – класс

Базовое содержание курса «Тропинка к своему Я» в три тематических блока –
Вспомним чувства. Качества людей. Какой Я - Какой Ты.

Название занятия.	Ключевые задачи, решаемые на занятии.
Вспомним чувства.	
Мы рады встрече	Актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека. Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
Понимаем чувства другого	
Мы испытываем разные чувства	
Мы испытываем разные чувства (продолжение)	
Мы испытываем разные чувства (продолжение)	
Качества людей.	
Люди отличаются друг от друга своими качествами	Познакомить детей с понятием «качества людей». Исследование своих качеств и особенностей. Формирование позитивного отношения к своему «Я». Повышение уверенности в себе.
Люди отличаются друг от друга своими качествами (продолжение)	
Хорошие качества людей	
Хорошие качества людей (продолжение)	
Самое важное хорошее качество	
Самое важное хорошее качество (продолжение)	
Кто такой сердечный человек?	
Кого называют “доброжелательным человеком”»?	
Трудно ли быть доброжелательным человеком	
Я желаю добра ребятам в классе	
Я желаю добра ребятам в классе (продолжение)	
Чистое сердце	
Какие качества нам нравятся друг в друге?	
Какие качества нам нравятся друг в друге? (продолжение)	
Какими качествами мы похожи, а какими различаемся	

Какими качествами мы похожи, а какими различаемся (продолжение)	
Каждый человек уникален	
В каждом человеке есть темные и светлые качества	
Какой Я - Какой ты	
Какой Я?	Формирование позитивного отношения к своему «Я». Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
Какой Я? (продолжение)	
Какой ты?	
Какой ты? (продолжение)	
Какой ты? Учимся договариваться	
Трудности второклассника в школе, дома, на улице	
Школьные трудности	
Школьные трудности (продолжение)	
Домашние трудности	
Домашние трудности (продолжение)	
Итоговое занятие	

3 – класс

Базовое содержание курса «**Тропинка к своему Я**» в пять тематических блока – Я – фантазер. Я и моя школа. Я и мои родители. Я и мои друзья. Что такое сотрудничество.

Название занятия.	Ключевые задачи, решаемые на занятии.
Я – фантазер.	
Я - третьеклассник	Осознание ценности умения фантазировать. Развитие креативных способностей.
Кого можно назвать фантазером?	
Я умею фантазировать!	
Я умею фантазировать! (продолжение)	
Мои сны	
Я умею сочинять!	
Мои мечты	
Фантазии и ложь	
Фантазии и ложь (продолжение)	
Я и моя школа	
Я и моя школа	Осознание особенности позиции ученика. Отреагирование своих чувств в отношении учителя.
Я и моя школа (продолжение)	
Что такое лень?	
Я и мой учитель	
Я и мой учитель (продолжение)	
Как справляться с «Немогучками»?	
Я и мои родители	

Я и мои родители	Осознание требований родителей, сопоставление их со своими возможностями и желаниями. Обучение способам разрешения конфликтов с родителями. Формирование у обучающегося уважительного отношения к родителям, осознанного, заботливого отношения к старшим и младшим. Формирование представления о семейных ценностях.
Я умею просить прощение	
Почему родители наказывают своих детей?	
Почему родители наказывают своих детей? (продолжение)	
Я и мои друзья	
Настоящий друг	Установление дружеских взаимоотношений в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке. Приобретения умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество.
Настоящий друг (продолжение)	
Умею ли я дружить?	
Умею ли я дружить? (продолжение)	
Трудности в отношениях с друзьями	
Ссора и драка	
Ссора и драка (продолжение)	
Что такое сотрудничество?	
Что такое сотрудничество?	Развитие умения учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной. Развитие умения учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию. Воспитание нравственных чувств и этического сознания.
Что такое сотрудничество? (продолжение)	
Я умею понимать другого.	
Я умею понимать другого. (продолжение)	
Я умею договариваться с людьми	
Мы умеем действовать сообща	
Что такое коллективная работа?	
Итоговое занятие	

4– класс

Базовое содержание курса «Тропинка к своему Я» в три тематических блока – Кто я? Мои способности и возможности. Мой класс и мои друзья. Мое прошлое, настоящее и будущее.

Название занятия.	Ключевые задачи, решаемые на занятии.
Кто я? Мои способности и возможности	
Как я изменился летом?	Усвоение понятия «способности»,
Кто Я?	

Кто Я?» (продолжение)	исследование своих способностей и возможностей. Осознание своей уникальности и неповторимости. Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности. Выработка адекватного отношения к ошибкам и неудачам. Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
Расту = Взрослею?	
Мои способности	
Мои способности (продолжение)	
Мои интересы	
Мой путь к успеху	
Мой внутренний мир	
Уникальность внутреннего мира	
Уникальность внутреннего мира (продолжение)	
Мой внутренний мир и мои друзья	
Мой класс и мои друзья	
Мои друзья девочки и мальчики	Помочь детям осознать происходящие в них изменения. Развитие умения планировать цели. Формирование установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках. Развитие умения формулировать собственное мнение и позицию.
Мои друзья девочки и мальчики (продолжение)	
Мой класс	
Мой класс (продолжение)	
Мои одноклассники	
Мои одноклассники (продолжение)	
Мои одноклассники – какие они?	
Мои одноклассники – какие они? (продолжение)	
Какие ученики мои одноклассники?	
Какие ученики мои одноклассники? (продолжение)	
Лидерство в классе	
Конфликты в классе	
Взаимопомощь в классе	
Мое прошлое, настоящее и будущее	
Мое детство	Осознание понятия «интеллигентный человек». Обсуждение проблемы идеалов. Осознание личной свободы и свободы другого. Осознание необходимости признавать и уважать права других людей. Развитие умения учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию.
Мое детство (продолжение)	
Мое настоящее	
Мое будущее	
Мой будущий дом	
Моя будущая профессия	
Мое близкое будущее – 5 класс	
Что нового ждет меня в пятом классе	
Итоговое	

4. Тематическое планирование.

1 класс (33 часа)

№ п/п	Название занятия	Количество часов
Раздел 1. Я — школьник.		
1-2	Знакомство. Я умею управлять собой	2
3-4	Я умею преодолевать трудности	2
5-6	Я умею слушать других	2
7-8	Я умею учиться у ошибки	2
9-10	Я умею быть доброжелательным	2
11	Я – доброжелательный	1
12	Я умею быть ласковым	1
13-14	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими.	2
Раздел 2. Мои чувства		
15-16	Радость. Что такое мимика?	2
17-18	Радость. Что такое жесты?	2
19	Радость. Как ее доставить другому человеку?	1
20	Радость Можно передать прикосновением.	1
21-22	Грусть	2
23-24	Страх	2
25-26	Страх. Как его преодолеть?	2
27-28	Гнев. С какими чувствами он дружит?	2
29	Гнев и его польза	1
30-31	Обида	2
32	Разные чувства	1
33	Итоговое	1

2

класс (34 часа)

№ п/п	Название занятия	Количество часов
------------------	-------------------------	-----------------------------

Раздел 1. Вспомним чувства.		
1	Мы рады встрече	1
2	Понимаем чувства другого	1
3-5	Мы испытываем разные чувства	3
Раздел 2. Качества людей.		
6-7	Люди отличаются друг от друга своими качествами	2
8-9	Хорошие качества людей	2
10-11	Самое важное хорошее качество	2
12	Кто такой сердечный человек?	1
13	Кого называют «доброжелательным человеком»?	1
14	Трудно ли быть доброжелательным человеком	1
15-16	Я желаю добра ребятам в классе	2
17	Чистое сердце	1
18-19	Какие качества нам нравятся друг в друге?	2
20-21	Какими качествами мы похожи, а какими различаемся	2
22	Каждый человек уникален	1
23	В каждом человеке есть темные и светлые качества	1
Раздел 3. Какой Я - Какой ты		
24-25	Какой Я?	2
26-27	Какой ты?	2
28	Какой ты? Учимся договариваться	1
29	Трудности второклассника в школе, дома, на улице	1
30-31	Школьные трудности	2
32-33	Домашние трудности	2
34	Итоговое	1

3

класс (34 часа)

№ п/п	Название занятия	Количество часов
Раздел 1. Я - фантазер		

1	Я - третьеклассник	1
2	Кого можно назвать фантазером?	1
3-4	Я умею фантазировать!	2
5	Мои сны	1
6	Я умею сочинять!	1
7	Мои мечты	1
8-9	Фантазии и ложь	2
Я и моя школа		
10-11	Я и моя школа	2
12	Что такое лень?	1
13-14	Я и мой учитель	2
15	Как справляться с «Немогучками»?	1
Я и мои родители		
16	Я и мои родители	1
17	Я умею просить прощение	1
18-19	Почему родители наказывают своих детей?	2
Я и мои друзья		
20-21	Настоящий друг	2
22-23	Умею ли я дружить?	2
24	Трудности в отношениях с друзьями	1
25-26	Ссора и драка	2
Что такое сотрудничество?		
27-28	Что такое сотрудничество?	2
29-30	Я умею понимать другого.	2
31	Я умею договариваться с людьми	1
32	Мы умеем действовать сообща	1
33	Что такое коллективная работа?	1
34	Итоговое	1

№ п/п	Название занятия	Количество часов
Кто я? Мои способности и возможности		
1	Как я изменился летом?	1
2-3	Кто Я?	2
4	Расту = Взрослею?	1
5-6	Мои способности	2
7	Мои интересы	1
8	Мой путь к успеху	1
9	Мой внутренний мир	1
10-11	Уникальность внутреннего мира	2
12	Мой внутренний мир и мои друзья	1
Мой класс и мои друзья		
13-14	Мои друзья девочки и мальчики	2
15-16	Мой класс	2
17-18	Мои одноклассники	2
19-20	Мои одноклассники – какие они?	2
21-22	Какие ученики мои одноклассники?	2
23	Лидерство в классе	1
24	Конфликты в классе	1
25	Взаимопомощь в классе	1
Мое прошлое, настоящее и будущее		
26-27	Мое детство	2
28	Мое настоящее	1
29	Мое будущее	1
30	Мой будущий дом	1
31	Моя будущая профессия	1
32	Мое близкое будущее – 5 класс	1

33	Что нового ждет меня в пятом классе	1
34	Итоговое	1