

Северное управление министерства образования и науки Самарской области

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
с.КАЛИНОВКА МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА СЕРГИЕВСКИЙ
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

РАССМОТРЕНО
На заседании МО
учителей начальных классов
протокол № 1
от «26» августа 2022 г.
Руководитель МО
_____ Н.А.Довичева

ПРОВЕРЕНО
Заместитель
директора по УВР
_____ Е.В. Шишкина
«29» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГБОУ СОШ с. Калиновка
_____ С.В. Субаев
Приказ № 154 - од
от «30» августа 2022г.

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
1 – 4 классы**

на уровень начального общего образования

Срок реализации 4 года

Составитель: Дрогунова Ирина Алексеевна,
Учитель начальных классов

Калиновка 2022 г

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я»

Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- СП 2.4.3648-20;
- СанПиН 1.2.3685-21;
- основной образовательной программы НОО,

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» уроки психологии в начальной школе (1 – 4). – М.: Генезис, 2019г.

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.

Учебный курс предназначен для обучающихся 1-4 классов; рассчитан на 1 час в неделю 33 часа в год в 1 классе, 34 часа в год во 2,3,4 классах.

Форма организации: тренинги

Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс (33 часа)

Я – ШКОЛЬНИК

Знакомство. Я умею управлять собой.

Я умею преодолевать трудности

Я умею слушать других.

Я умею учиться у ошибки.

Я умею быть доброжелательным.

Я доброжелательный.

Я умею быть ласковым.

Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задания вместе с другими.

Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.

Я учусь решать конфликты

Я умею решать конфликты

МОИ ЧУВСТВА

Радость. Как ее доставить другому человеку.

Жесты.

Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом.

Грусть.

Страх. Страх, его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть.

Гнев. С какими чувствами он дружит? Может ли гнев принести пользу?

Обида.

Разные чувства.

Итоговое занятие.

2 класс (34 часа)

ВСПОМНИМ ЧУВСТВА

Мы рады встрече.

Понимаем чувства другого. Мы испытываем разные чувства.

ЧЕМ ЛЮДИ ОТЛИЧАЮТСЯ ДРУГ ОТ ДРУГА?

Люди отличаются друг от друга своими качествами.

Хорошие качества людей. Самое важное хорошее качество.

Кто такой сердечный человек.

Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком. «Я желаю добра ребятам в классе» Чистое сердце.

Какие качества нам нравятся друг в друге. Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.

Каждый человек уникален.

КАКОЙ Я – КАКОЙ ТЫ?

Какой Я? Какой Ты?

Учимся договариваться.

Трудности второклассника в школе, дома, на улице. Школьные трудности. Домашние трудности.
Итоговое занятие.

3 класс (34 часа)

Я – ФАНТАЗЕР

Я-третьеклассник.

Кого можно назвать фантазером? Я умею фантазировать!

Мои сны

Я умею сочинять!

Мои мечты

Фантазии и ложь

Я И МОЯ ШКОЛА

Я и моя школа.

Что такое лень?

Я и мой учитель

Как справляться с «Немогучками»

Я И МОИ РОДИТЕЛИ

Я и мои родители.

Я умею просить прощения.

Почему родители наказывают детей?

Я И МОИ ДРУЗЬЯ

Настоящий друг.

Умею ли я дружить?

Трудности в отношении с друзьями.

Ссора и драка.

ЧТО ТАКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО?

Что такое сотрудничество?

Я умею понимать другого

Я умею договариваться с людьми.

Мы умеем действовать сообща.

Что такое коллективная работа?

Итоговое занятие.

4 класс (34 часа)

КТО Я? МОИ СИЛЫ, МОИ ВОЗМОЖНОСТИ

Мое лето.

Кто Я?

Какой я- большой или маленький?

Мои способности

Мой выбор, мой путь к успеху

Мой внутренний мир и мои друзья

Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.

Мои интересы

Что значит верить?

Я РАСТУ, Я ИЗМЕНЯЮСЬ

Мое детство, мои друзья.

Мои одноклассники

Конфликты в классе

МОЕ БУДУЩЕЕ. КАКИМ БЫ Я ХОТЕЛ СТАТЬ В БУДУЩЕМ?

Мое настоящее и будущее.

Хочу вырасти здоровым человеком!

Моя будущая профессия

Мое ближайшее будущее 5 класс

ХОЧУ ВЫРАСТИ ИНТЕЛЛИГЕНТНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ: ЧТО ДЛЯ ЭТОГО НУЖНО?

Кто такой интеллигентный человек?

Хочу вырасти интеллигентным человеком.

Что такое идеальное Я?

ХОЧУ ВЫРАСТИ СВОБОДНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ: ЧТО ДЛЯ ЭТОГО НУЖНО?

Кто такой свободный человек?

Права и обязанности школьника

Что такое «право на уважение»?

Права и обязанности.

Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.

Как разрешать конфликты мирным путем?

Итоговое занятие.

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
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/не успешности 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.

1. Тематическое планирование

1 класс (33 часа)

№ занятия	Тема занятия	Всего часов	Теория	Практика
Я – ШКОЛЬНИК. (15 часов)				
1	Знакомство. Я умею управлять собой.	1	1	
2-3	Я умею преодолевать трудности	2	1	1
4	Я умею слушать других.	1		1
5	Я умею учиться у ошибки.	1		1
6-7	Я умею быть доброжелательным.	2	1	1
8	Я доброжелательный.	1		1
9	Я умею быть ласковым.	1		1
10-11	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задания вместе с другими.	2	1	1
12	Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.	1		1
13-14	Я учусь решать конфликты	2	1	1
15	Я умею решать конфликты	1		1
МОИ ЧУВСТВА (19 часов)				
16-17	Радость. Что такое мимика.	2	1	1
18	Радость. Как ее доставить другому человеку.	1		1
19-20	Жесты.	2	1	1
21	Радость можно передать прикосновением.	1		1
22	Радость можно подарить взглядом.	1		1
23	Грусть.	1		1
24	Страх.	1	1	
25	Страх, его относительность.	1	1	
26-27	Как справиться со страхом.	2	1	1
28	Страх и как его преодолеть.	1		1
29	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1	1	

30	Может ли гнев принести пользу?	1		1
31	Обида.	1		1
32	Разные чувства.	1	1	
33	Итоговое.	1		1
Итого		33 часа	12	21

2 класс (34 часа)

№ занятия	Тема занятия	Всего часов	Теория	Практика
ВСПОМНИМ ЧУВСТВА (6 часов)				
1	Мы рады встрече.	1		1
2-3	Понимаем чувства другого.	2	1	1
4-6	Мы испытываем разные чувства.	3	1	2
ЧЕМ ЛЮДИ ОТЛИЧАЮТСЯ ДРУГ ОТ ДРУГА? (16 часов)				
7-8	Люди отличаются друг от друга своими качествами.	2	1	1
9-10	Хорошие качества людей.	2	1	1
11	Самое важное хорошее качество.	1	1	
12	Кто такой сердечный человек.	1	1	
13	Кто такой доброжелательный человек	1		1
14-15	Трудно ли быть доброжелательным человеком.	2	1	1
16	«Я желаю добра ребятам в классе»	1		1
17	Чистое сердце.	1		1
18	Какие качества нам нравятся друг в друге.	1		1
19-20	Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.	2	1	1
21-22	Каждый человек уникален	2	1	1

КАКОЙ Я – КАКОЙ ТЫ? (12 часов)				
23-24	Какой Я?	2	1	1
25-26	Какой Ты? Учимся договариваться.	2	1	1
27-28	Трудности второклассника в школе, дома, на улице.	2	1	1
29-31	Школьные трудности.	3	1	2
32-33	Домашние трудности.	2	1	1
34	Итоговое занятие.	1		1
Итого		34 часа	14	20

3 класс (34 часа)

№ занятия	Тема занятия	Всего часов	Теория	Практика
Я – ФАНТАЗЕР (9 часов)				
1-2	Я-третьеклассник.	2	1	1
3	Кого можно назвать фантазером?	1	1	
4-5	Я умею фантазировать!	2		2
6	Мои сны	1		1
7	Я умею сочинять!	1		1
8	Мои мечты	1		1
9	Фантазии и ложь	1		1
Я И МОЯ ШКОЛА (7 часов)				
10-11	Я и моя школа.	2	1	1

12	Что такое лень?	1	1	
13-14	Я и мой учитель	2	1	1
15-16	Как справляться с «Немогучками»	2	1	1
Я И МОИ РОДИТЕЛИ (5 часов)				
17-18	Я и мои родители.	2	1	1
19-20	Я умею просить прощения.	2	1	1
21	Почему родители наказывают детей?	1	1	
Я И МОИ ДРУЗЬЯ (6 часов)				
22	Настоящий друг.	1	1	
23-24	Умею ли я дружить?	2	1	1
25-26	Трудности в отношении с друзьями.	2	1	1
27	Ссора и драка.	1	1	
ЧТО ТАКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО? (7 часов)				
28	Что такое сотрудничество?	1	1	
29	Я умею понимать другого	1		1
30	Я умею договариваться с людьми.	1		1
31	Мы умеем действовать сообща.	1		1
32-33	Что такое коллективная работа?	2	1	1
34	Итоговое занятие.	1		1
Итого		34 часа	15	19

4 класс (34 часа)

№ занятия	Тема занятия	Всего часов	Теория	Практика
КТО Я? МОИ СИЛЫ, МОИ ВОЗМОЖНОСТИ (10 часов)				
1	Мое лето.	1		1
2	Кто Я?	1	1	
3	Какой я- большой или маленький?	1		1
4	Мои способности	1		1
5	Мой выбор, мой путь к успеху	1		1
6	Мой внутренний мир и мои друзья	1		1
7-8	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	2	1	1
9	Мои интересы	1		1
10	Что значит верить?	1	1	
Я РАСТУ, Я ИЗМЕНЯЮСЬ (5 часов)				
11-12	Мое детство, мои друзья.	2	1	1
13-14	Мои одноклассники	2	1	1
15	Конфликты в классе	1		1
МОЕ БУДУЩЕЕ. КАКИМ БЫ Я ХОТЕЛ СТАТЬ В БУДУЩЕМ? (5 часов)				
16-17	Мое настоящее и будущее.	2	1	1
18	Хочу вырасти здоровым человеком!	1		1
19	Моя будущая профессия	1	1	
20	Мое ближайшее будущее 5 класс	1		1
ХОЧУ ВЫРАСТИ ИНТЕЛЛИГЕНТНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ: ЧТО ДЛЯ ЭТОГО НУЖНО? (5 часов)				
21	Кто такой интеллигентный человек?	1	1	
22-23	Хочу вырасти интеллигентным человеком.	2	1	1
24-25	Что такое идеальное Я?	2	1	1
ХОЧУ ВЫРАСТИ СВОБОДНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ: ЧТО ДЛЯ ЭТОГО НУЖНО? (9 часов)				
26	Кто такой свободный человек?	1	1	
27-28	Права и обязанности школьника	2	1	1

29	Что такое «право на уважение»?	1		1
30	Права и обязанности.	1	1	
31	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.	1		1
32-33	Как разрешать конфликты мирным путем?	2	1	1
34	Итоговое занятие.	1		1
Итого		34часа	14	20