

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №1 им. Г.К. Нестеренко
муниципального образования Каневской район

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического
совета от 30.08.2022 года протокол
№1
Председатель _____Сокол И.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
(социальное направление)

Срок реализации: 1 год

Уровень: 4 класс

Возраст обучающихся: 10 – 11 лет

Количество часов по учебному плану: 1 час в неделю

Количество часов в год: 34 часа

Составитель:
педагог-психолог
Булыга Ю.Н.

2022-2023 учебный год

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Программа кружка «Тропинка к своему Я» для учащихся 4-х классов составлена на основе авторской программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я»: уроки психологии в начальной школе (1-4) Москва,- Генезис, 2019г.

Главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности.

Самое важное свойство этого возраста – особенная открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают заглянуть туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребенок настолько открыт. Именно сейчас с особым успехом можно помогать ребенку решать его проблемы, влиять на него, деликатно используя это свойство возраста. Поэтому в программу психологических занятий для четвертого класса введены беседы о личностном идеале, чести и достоинстве, об интеллигентности.

Четвертый класс – последний в начальной школе. Ребенок внутренне готовится к переходу в среднюю школу, к более самостоятельной жизни, к новому этапу взросления. Некоторые дети уже в этот период по своим психическим и физиологическим характеристикам приближаются к стадии препубертата (отрочества, предпуберткового возраста). Их поведение заметно меняется: дети требуют подчеркнутого уважения к себе со стороны взрослых, настаивают на своих правах, нередко игнорируя обязанности. Поэтому необходимо уделить особое внимание теме «Права и обязанности школьника», которая помогает детям уяснить необходимость равновесия, гармоничного сочетания прав и обязанностей в жизни человека.

К окончанию четвертого школьного года дети должны обогатить представления о собственных способностях и возможностях, составить определенный личностный идеал в качестве внутреннего ориентира поведения и поступков, приобрести способность делать осознанный выбор в сложных ситуациях. Ребенок ощущает свою долю ответственности за все, что с ним происходит, становится более самостоятельным в решении проблем общения и в школьных делах. В психологических занятиях дети этого возраста охотно берут на себя роль ведущего, нередко перенося ее в реальную жизнь. Многие дети любят принимать участие в делах друзей, стараясь помочь им в трудной ситуации, оказать психологическую поддержку. Поэтому в четвертом классе более полно учитывается детская инициатива, сами дети играют активную роль в организации занятий, предполагается свободный выбор форм и приемов работы.

Цель программы:

сохранение психологического здоровья детей, психологическая поддержка, формирование УУД.

Задачи:

1. Обучение положительному самоотношению и принятию других людей, повышение самооценки. (Л)
2. Обучение рефлексивным умениям, доступным приемам саморегуляции (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности). (Р)
3. Формирование потребности в саморазвитии. (Л)
4. Развивать умения успешно взаимодействовать с окружающим социумом. (К)
5. Обучать осознанному произвольному построению речевого высказывания. (П)
6. Развивать у обучающихся компетентность в вопросах нормативного поведения и самостоятельности действий, действий по инструкции. (Р)
7. Создать атмосферу принятия и взаимопонимания в детском коллективе. (Л)
8. Формировать положительную мотивацию к учению, речевую активность у младших школьников в условиях совместной учебно-игровой деятельности. (Л), (К)
9. Сохранение психологического здоровья.(Л)
10. Ориентация детей на истинные ценности: добро, уважение (пробуждение духовного начала в детях). (Л, К, П)

Адресат программы: учащиеся 4-х классов.

В результате реализации программы организации внеурочной деятельности ожидается повышение результатов, как личностных, так и предметных, и метапредметных.

Личностные универсальные учебные действия.

У выпускника начальной школы будут сформированы:

- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- 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;
- 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:

- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- 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;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь одноклассникам.

Регулятивные универсальные учебные действия.

Выпускник научится:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Выпускник получит возможность научиться:

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Познавательные универсальные учебные действия.

Выпускник научится:

- строить сообщения в устной и письменной форме;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;

- обобщать, т. е. осуществлять выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;
- устанавливать аналогии.

Выпускник получит возможность научиться:

- осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;
- осуществлять сравнение классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.

Коммуникативные универсальные учебные действия.

Выпускник научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, владеть диалогической формой коммуникации;
- 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;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- 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;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

II. Содержание курса внеурочной деятельности (34 часа)

Кто я? Мои силы, мои возможности (12 ч)

Мое лето. Кто я? Какой я - большой или маленький? Мои способности. Мои интересы. Мой выбор, мой путь. Мой внутренний мир. Мой темперамент. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира. Кого я могу впустить в свой внутренний мир? Мои идеалы. Что значит верить?

Я расту, я изменяюсь (3 ч)

Мое детство. Важные события моей жизни. Я изменяюсь.

Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (6 ч)

Мое будущее. Планирование. Моя профессия. Хочу вырасти здоровым человеком! Что такое здоровый образ жизни? Мои хорошие привычки.

Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (4 ч)

Кто такой интеллигентный человек? Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что такое идеальное Я? Моя самооценка.

Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (9 ч)

Кто такой свободный человек? Права и обязанности школьника. Что такое «право на уважение»? Права и обязанности. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Конфликт: плюсы и минусы. Как разрешать конфликты мирным путем? Игра-практикум. Умеем ли мы спорить? Итоговое занятие.

Условия реализации программы:

1. Занятия по программе проводятся в групповой форме (10-12 человек) на базе школы 1 раз в неделю (по 30 -40 минут).
2. Занятия проводятся в 2-х кабинетах: учебном и игровом.

На занятиях у ребят есть возможность получить конкретные знания, осознать и решить свои личные проблемы, а также выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение.

Каждое занятие строится по определенному алгоритму.

Этапы занятия:

Ритуал приветствия.

Разминка - воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности (психогимнастика, музыкотерапия, цветотерапия).

Основное содержание занятия - совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (игротерапия, сказкотерапия, проигрывание ситуаций, этюды, групповая дискуссия, упражнения с ИЗО средствами).

Рефлексия занятия - оценка занятия.

Ритуал прощания.

Формы и виды контроля.

Основной формой контроля является оформление выставки творческих работ учащихся, групповое изготовление коллажей. А также данные, полученные в результате тематических диагностик.

Приемы и методы изучения:

1. Методика «Домики».
2. Опросник Н. Г. Лускановой "Оценка уровня школьной мотивации»
3. Социометрия.
4. Тест школьной тревожности Филлипса
5. Методика «Исправь ошибки»
6. Стандартизированная методика для определения уровня умственного развития младших школьников Э. Ф. Замбацявичене
7. Анкета «Оцени поступок» (дифференциация конвенциональных и моральных норм по Э.Туриелю в модификации Е.А.Корчагиной и О.А.Карабановой)
8. Методика КТО Я? (модификация методики Куна)
9. Выявление характера атрибуции успеха/неуспеха
10. Методика «Кто прав?» (Цукерман Г.А.)

III. Тематическое планирование

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			Аудиторные	Внеаудиторные	
1	Кто я? Мои силы, мои возможности	12			Оценивать свои способности, проводить наблюдения за сходствами и различиями между собой, анализировать свои возможности, осознать свою уникальность и неповторимость
2	Я расту, я изменяюсь	3			Анализировать происходящие изменения, планировать цели и пути самоизменения
3	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?	6			Осознавать возможные варианты своего будущего, развивать уверенность в себе, оценивать свое место в коллективе сверстников
4	Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?	4			Сформировать представление об идеале, оценивать свои лучшие черты
5	Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?	9			Оценивать степень своей личной свободы, осознавать свободу другого, выбирать приемлемые способы поведения, анализировать , принимать права других людей, обобщать то новое, что усвоено
Итого:		34			

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса внеурочной деятельности

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.	Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. – М.: Генезис, 2019	Д
2.	Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4 классы). – М.: Генезис, 2014	Д
3.	Лабиринт души: Терапевтические сказки / Под ред. Хухлаевой О.В., Хухлаева О.Е. – М.: Академический Проект, 2018.	Д
4.	Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития младших школьников (психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся 1-4 классов). – М.: «Ось-89», 2006.	Д
5.	Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников. – М.: «Глобус», 2007.	Д
2. Печатные пособия		
6.	Тематические обучающие карточки	К
3. Технические средства обучения		
7.	CD проигрыватель, персональный компьютер, CD диски	Д
4. Экранно-звуковые пособия		
8.	Слайды соответствующего содержания	Д
5. Игры и игрушки		
9.	Наборы ролевых игр, настольные развивающие игры	К
6. Оборудование класса		
10.	Ученические столы двухместные с комплектом стульев	К
11.	Игровые модули специализированной комнаты	К

Согласовано
 Протокол №1 заседания МО
 учителей начальных классов
 от «27» августа 2022 г.
 _____ Проценко Е.В.

Согласовано
 Заместитель директора
 _____ Юрченко О.С.
 «29» августа 2022 г.

Список учебно-методической литературы, рекомендуемой для педагога

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. – М.: Генезис, 2019.
2. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4 классы). – М.: Генезис, 2014
3. Лабиринт души: Терапевтические сказки / Под ред. Хухлаевой О.В., Хухлаева О.Е. – М.: Академический Проект, 2018.
4. Ключева Н.В., Филиппова Ю.В. Общение. – Ярославль: Академия развития: Академия холдинг, 2001.
5. Ключева Н.В. Психолог и семья: диагностика, консультации, тренинг. – Ярославль: Академия развития: Академия холдинг, 2001.
6. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1990.
7. Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития младших школьников (психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся 1-4 классов). – М.: «Ось-89», 2006.
8. Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников. – М.: «Глобус», 2007.