

<b>«Рассмотрено»</b> Руководитель МО _____/ М.Е. Сараева Протокол № <u>1</u> от « ____ » августа 2023 г.	<b>«Согласовано»</b> Заместитель директора по ВР _____/ Е.А. Пронюшкина  « ____ » августа 2023 г.	<b>«Утверждаю»</b> Директор МБОУ «Гимназия №3» _____/ А.Ю. Морозов « ____ » августа 2023 г.
--	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности  
"Хочу быть успешным"  
по социальному направлению**

**МБОУ «Гимназия №3»  
Вахитовского района г.Казани**

**Минневалеевой Анны Ивановны**

Рассмотрено на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
от «\_\_» августа 2023 г.

## "Хочу быть успешным"

Классы: 1-е классы.

Педагог – психолог высшей категории Минневалева А.И.

Количество часов: 35 занятий в год для одной группы, одно занятие 1 час в неделю 35 часов в год.

### Пояснительная записка

#### Нормативные документы для разработки программы

1. Закон Российской Федерации «Об образовании»
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897 (для V-VIII классов).
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 13.08.2013г. №1015 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования".
6. Письмо Департамента общего образования Минобрнауки России от 12.05.2011г. №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»
7. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 14.12.2015г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ"
8. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно - эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»
9. СанПиН 2.4.4.1251-03 «Санитарно - эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей»
10. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.05.2013 № ИР-352/09 «О направлении программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях»
11. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 августа 2017 г №09-1672 О направлении методических рекомендаций
12. Письмо Министерства просвещения РФ от 5 сент. 2018 г №03-ПГ-МП-42216 Об участии учеников муниципальных и государственных школ РФ во внеурочной деятельности.

**Актуальность:** Федеральный государственный образовательный стандарт второго поколения определяет личностное развитие и формирование универсальных учебных действий у школьников наряду с предметными результатами обучения.

Наряду с формированием универсальных учебных действий важной задачей становится необходимость формирования у школьников ценностных, нравственных установок и ориентиров, введение в мир большой духовной культуры. Такое непосредственное взаимодействие выстраивается в процессе внеурочной деятельности. Деятельность, общение и бытие ребенка являются теми сферами и теми основными средствами, окультуривая которые учитель осуществляет физическое, нравственное воспитание, гарантирует успешность социализации и индивидуализации современных школьников, содействует развитию их способностей.

Курс "Хочу быть успешным" призван создать условия для успешной адаптации детей в школе и повышения уровня психологической готовности детей к обучению, познавательному развитию, общению.

**Цель:** Создание условий для успешной адаптации детей, умению понимать себя, обучение конструктивному общению, и адекватному оцениванию различных жизненных ситуаций и поведения других людей.

#### Задачи:

1. Расширить представления учащихся о своих физиологических и психологических особенностях.
2. Научить контролировать и оценивать свои привычки, поведение, настроение.
3. Научить проявлять сильные стороны характера, понимать себя и других.

В младшем школьном возрасте дети располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование – одна из главных задач возрастной и педагогической психологии.

Таким образом, именно в младшем школьном возрасте необходимо проводить целенаправленную работу по обучению детей умению понимать себя.

Умение понимать себя, конструктивное общение и правильная оценка поведения людей не приходит нам сразу от рождения: необходимо активно и умело работать в этом направлении, организуя работу так, чтобы, с одной стороны, она обогащала детей знаниями, а с другой, всемерно формировала приемы равноправного взаимоотношения как со сверстниками, так и со взрослыми людьми, способствовала правильному оцениванию различных жизненных ситуаций и достойному выходу из каких-либо затруднений, которые могут возникнуть.

Игра в жизни ребенка 7-11 лет все еще занимает значительное место, применение ее в процессе обучения приучает детей самостоятельно мыслить, использовать полученные данные в различных условиях в соответствии с поставленной задачей. Более того, игры – это всегда интересно и познавательно, и они способны внести в учебный процесс стремление к знаниям и желание учиться. Воспитательное воздействие игровой деятельности общепризнано.

В данный курс включены развивающие задания и игры, расширяющие представления первоклассников о своих физиологических и психологических особенностях. Выполняя эти задания, ребята научатся контролировать и оценивать свои привычки, поведение, настроение, осознавать причины возникающих трудностей в учебе и общении со сверстниками и взрослыми.

### **Организация, формы и методы работы**

**Форма проведения занятий:** коррекционно-развивающие занятия, тренинг.

**Методические средства, используемые в программе:**

В процессе работы по программе используются приемы, содержание которых отвечает развивающим, профилактическим и коррекционным задачам программы. В программе желательнее использовать полифункциональные упражнения, с одной стороны, дающие возможность решать несколько задач, а с другой – позволяющие оказывать на разных детей различное воздействие.

**Основные средства обучения**

- игры словесно-логические;
- упражнения (подражательно-исполнительского и творческого характера);
- этюды;
- импровизации;
- анализ заданных ситуаций;
- свободное и тематическое рисование;
- чтение художественных произведений;
- беседы;
- упражнения по развитию выразительности исполнения (вербальной и невербальной).

**Ожидаемые результаты**

Занятия по программе планируют решить следующие важные психолого-педагогические задачи в гармонизации личности первоклассника:

**- Воспитательные.**

Нравственное развитие личности, усвоение этики поведения, корректного поведения, сопереживания, бережным взаимоотношениям со сверстниками.

**- Коррекционные.**

Развитие эмоционально-волевой сферы личности, позитивного образа “Я”, исчезновение неадекватных форм поведения, улучшение самооценки, взаимодействия с другими людьми.

**- Психологические.**

Появление ощущение радости, успешности, психологического комфорта в коллективе.

**- Диагностические.**

Раскрытие индивидуальности, творческого потенциала учащегося, а также выявление проблем детей «группы риска».

**- Развивающие.**

Личностный рост учащегося (самостоятельность, открытость, освоение новых форм деятельности).

**Содержание программы.**

В работе по программе используются следующие методические средства:

развивающий диалог, арт-терапевтические технологии (техника направленной визуализации, творческого самовыражения), техники саморегуляции для разминки (двигательные, дыхательные упражнения), ролевые игры, беседы, дискуссии.

**Процесс характеризуется этапами работы:** приветствие, настрой, индивидуальная и групповая работа, рефлексия, ритуал завершения. В приветствии используются психодвигательные упражнения на быстрое снятие эмоционального напряжения, обучение с профилактической целью. Настрой включает короткие упражнения, органично предшествующие последующей работе. Рефлексия включает обмен мнениями и чувствами, помогающая лучше узнать друг друга. Ритуал завершения - рефлексия.

Все занятия имеют общую структуру, наполненную разным содержанием:

- анализ сказок с рисованием по мотивам (формирование нравственного иммунитета),
- импровизация на музыкальных инструментах, прослушивание музыки и рисование (развитие эмоционального интеллекта),
- сочетание игр, движений с изобразительной деятельностью (активизация творческого потенциала),
- игры и упражнения (стимуляция к исследовательской и познавательной деятельности).

Занятия в рамках программы могут протекать в различных формах в зависимости от самой темы, особенностей личности участников и их эмоционального состояния.

Программа для 1 класса			
"Хочу быть успешным"			
Психолога Минневалеевой А.И.			
Вид занятий	Формируемые умения	Количество занятий	Дата
<b>1. Знакомство. Введение в мир психологии.</b> - Беседа о том, что такое психология и зачем она нужна человеку - Знакомство с видами мышления	<b>Личностные:</b> Положительное отношение к новому виду деятельности. Умеет делать нравственный выбор. Способен к волевому усилию. У ребенка развита рефлексия. Ценит и принимает следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «родина», «природа», «семья». <b>Познавательные:</b> Отвечает на простые вопросы учителя. Сравнивает предметы, объекты: находить общее и различие. Подробно пересказывает прочитанное или прослушанное; определяет тему, выделяет главное. <b>Регулятивные:</b> Следует режиму организации учебной и внеучебной деятельности. Определяет цель выполнения заданий на уроке, во внеурочной деятельности, в жизненных ситуациях под руководством учителя. <b>Коммуникативные:</b> Участвует в диалоге на уроке и в жизненных ситуациях. Отвечает на вопросы учителя, товарищей по классу. Соблюдает простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. Слушает и понимает речь других. Работает в паре.	1	
- Имя превратилось - Ласковое имя - Рисунок имени		1	
<b>2. Радость. Что такое мимика.</b> - Разминка - Зоопарк - Рисунок радости		1	
<b>3. Радость. Как ее доставить другому человеку.</b> - Разминка - Беседа о том, что такое психология и зачем она нужна человеку - Собираем добрые слова - Сказки мишке добрые слова		1	
<b>4. Жесты</b> - Разминка - Покажи радость - Жест учительницы - Выполни правильно		1	
- Сказка "когда молочные зубы сменились постоянными".		1	
<b>5. Радость можно передать прикосновением.</b> - Разминка - Радость можно передать прикосновением. - Котенок - Сказка "о муравьишке , который пошел в школу".		1	
<b>6. Радость можно подарить взглядом.</b> - Разминка - Радость можно подарить взглядом. - Сказка "нужная вещь"		1	
<b>7. Страх.</b> - Разминка - Темноты можно бояться. Темноты не нужно бояться.	<b>Личностные:</b> Освоена роль ученика; сформирован интерес к учению. У ребенка развита рефлексия. Оценивает жизненные ситуации и поступки с точки зрения общечеловеческих норм. <b>Познавательные:</b> Отвечает на вопросы учителя, выделяет главное.	1	
- Рисование "Темноландии" или "девочки с мишкой" (по желанию детей). - "Девочка с мишкой" - "Темноландия"		1	

<p><b>8. Страх. Его относительность.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Закончи предложение</li> <li>- "Мы просто очень боимся за вас".</li> </ul>	<p>Группирует предметы, объекты на основе существенных признаков.</p> <p><b>Регулятивные:</b> Следует режиму организации учебной и внеучебной деятельности. Оценивает выполнение заданий по следующим параметрам: легко выполнять, возникли сложности при выполнении. Корректирует выполнение заданий.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> Участвует в диалоге; слушает и понимает других, высказывает свою точку зрения на события, поступки.</p>	1	
<p><b>9. Как справиться со страхом.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Картинная галерея</li> </ul>		1	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сказка "Маленькая луна".</li> </ul>		1	
<p><b>10. Гнев. С каким чувством он дружит.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- "Гнев дружит со страхом"</li> <li>- "Гнев дружит с обидой".</li> </ul>		1	
<p><b>11. Может ли гнев принести пользу.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Закончи предложение</li> <li>- Сказка о путник и его беде"</li> </ul>		1	
<p><b>12. Разные чувства.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Закончи предложение</li> </ul>	<p><b>Личностные:</b> Освоена роль ученика; сформирована мотивация к учению. У ребенка развита рефлексия основных психологических процессов. Оценивает и разбирает жизненные ситуации и поступки с точки зрения общечеловеческих норм и своей внутренней позиции.</p> <p><b>Познавательные:</b> Подробно пересказывает прочитанное или прослушанное; составляет план, корректирует его по мере надобности. Использует дополнительные источники для поиска информации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> Следует режиму школьной деятельности. Самостоятельно определяет важность или необходимость выполнения различных задания в учебном процессе и жизненных ситуациях.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> Оформляет свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций. Отстаивает свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета.</p>	1	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ожившее чувство</li> <li>- Рисунок чувств</li> </ul>		1	
<p><b>13. Качества людей.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- "Снежная королева"</li> <li>- Сказка "Кузя".</li> </ul>		1	
<p><b>14. Люди отличаются друг от друга своими качествами.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Мы похожи - мы отличаемся</li> </ul>		1	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сказка "Туча"</li> </ul>		1	
<p><b>15. Люди отличаются друг от друга своими качествами (окончание).</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Звездочка</li> </ul>		1	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сказка "Цветок по имени незабудка"</li> </ul>		1	
<p><b>16. В каждом человеке есть светлые и темные качества.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Темные и светлые мешочки</li> <li>- Семафорики</li> <li>- Сказка "Перчатка"</li> </ul>		1	
<p><b>17. Какой я.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Цыганка</li> <li>- Сказка про дружбу</li> </ul>		1	
<p><b>18. Какой ты.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Цыганка</li> <li>- Заяц - хвоста</li> </ul>		1	
<p><b>19. Какой ты (окончание).</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка</li> <li>- Интервью</li> </ul>	1		

<b>20. Трудности первоклассника в школе, дома и на улице.</b> - Разминка - Копилка трудностей	<b>Личностные:</b> Ученик осознает смысл учения и понимает личную ответственность за будущий результат. Умеет делать нравственный выбор.	1	
- Театр - Рисунок "Трудные ситуации первоклассника"	<b>Познавательные:</b> Умеет выражать свои мысли, строить высказывание в соответствие с задачами коммуникации. Ребенок умеет выбирать наиболее подходящий способ решения проблемы, исходя из ситуации.	1	
<b>21. Школьные трудности.</b> - Разминка - Помоги Сереже - Сказка "В одном лесу жила - была..."	<b>Регулятивные:</b> Ученик перед тем, как начать действовать определяет последовательность действий. Развита произвольность волевых усилий. Развита рефлексия.	1	
<b>22. Школьные трудности (окончание).</b> - Разминка - Помоги Сереже - Сказка "Про львенка Пашу"	<b>Коммуникативные:</b> Ученик умеет договариваться несиловыми методами. Может сотрудничать с другими людьми. Может осуществлять продуктивное взаимодействия с детьми и взрослыми.	1	
<b>23. Трудности дома.</b> - Разминка - Сказка "о муравьишке". - Золотая рыбка		1	
<b>24. Трудности дома (окончание).</b> - Разминка - Сказка "Верить и стараться". - Золотая рыбка		1	
<b>25. Хочу быть успешным</b>	Подведение итогов. Рефлексия.	1	
<b>Итого:</b>	<b>35 занятий</b>		

## Предполагаемые результаты реализации программы "Хочу быть успешным"

### **Результаты формирования личностных универсальных учебных действий**

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание;
- 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;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.
- слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, понимать точку зрения другого.
- слушать собеседника, кратко излагать сказанное им в процессе обсуждения темы, проблемы;
- признавать возможность существования разных точек зрения и права каждого иметь свою.

### **Результаты формирования познавательных универсальных учебных действий**

- поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- структурирование знаний;
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- смысловое чтение; понимание и адекватная оценка языка средств массовой информации;
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

### **Результаты формирования регулятивных универсальных учебных действий**

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- 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.

### **Результаты формирования коммуникативных универсальных учебных действий**

- осознавать качества необходимые для учащегося средней школы;
- оценивать некоторые высказывания людей с точки зрения их уместности, тактичности в данной ситуации;
- объяснять значение эффективного общения, взаимопонимания в жизни человека, общества;
- осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям;
- адаптироваться применительно к ситуации общения, строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия;
- учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях;
- осознавать ответственность за своё речевое поведение;
- анализировать свои речевые привычки, избавляться от плохих привычек;
- осознавать значимость активной гражданской и социальной деятельности.

## Литература:

1. Федеральный государственный стандарт начального общего образования
2. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4). М., 2014г
3. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.
4. И.В.Стишенок. Сказка в тренинге. Коррекция, развитие, личностный рост..-Спб.:Речь,2006
5. Н.В.Самоукина. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы. - Ярославль:Академия развития, 2004.
6. Аллан Дж. Ландшафт детской души. СПб. – Минск, 1997.
7. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М., 1990.
8. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. М., 1980.
9. Вайсен Р. и др. Обучение жизненным навыкам в школах. М., 1996.
10. Жизненные навыки / Под. ред. С.В. Кривцовой. М., 2002. Панфилова М.А. Игротерапия общения. М., 2000.
11. Мухина В.С. Детская психология. М., 1997.
12. Оклендер В. Окна в мир ребёнка. Руководство по детской психотерапии. М., 1997.
13. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.
14. Практическая психология образования / Под. ред. И.В. Дубровиной. М.,1998.
15. Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков / Под. ред. А.Д. Андреевой. М., 1997.
16. Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях внедрения ФГОС // Сост. И.В. Возняк, И.М. Узянова, С.В.Лебедева и др. Волгоград, 2013.
17. Ветрова В.В. Уроки психологического здоровья. М., 2001.
18. Флейк-Хобсон К. и др. Мир входящему. Развитие ребёнка и его отношения с окружающими. М., 1992.