

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Нижнемактаминская средняя общеобразовательная школа №1»
Альметьевского муниципального района
Республики Татарстан

РАССМОТРЕНО Руководитель ШМО _____/Абдуллина С.С./ Протокол №1 от «29» августа 2023г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____/Шайхутдинова Р.Р./ «31» августа 2023г.	УТВЕРЖДЕНО Приказ от <u>31.08.2023г.</u> № <u>100-ОД</u> Директор МБОУ «Нижнемактаминская СОШ №1» _____/Хайбрахманова Ф.А./
----------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ТРОПИНКА К СВОЕМУ «Я»

на уровень начального общего образования

Составитель: учитель начальных классов 1 квалификационной категории
Абдуллина Сирина Сафуановна

2023

1 класс

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.

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.

2 класс

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото),
- делать выводы в результате совместной работы в группе,
- учиться графически оформлять изучаемый материал,
- моделировать различные жизненные и учебные ситуации,
- усваивать разные способы запоминания информации.

Коммуникативные УУД:

- учиться позитивно, проявлять себя в общении,
- учиться договариваться и приходить к общему решению,
- учиться понимать эмоции и поступки других людей,
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов.

Регулятивные УУД:

- учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников, учиться прогнозировать последствия своих поступков,
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя,
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации,
- строить речевое высказывание в устной форме.

3 класс

Познавательные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей,
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять,
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях,
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения,
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости,
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта,
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию,
- адекватно воспринимать оценку учителя.

Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии,
- учиться контролировать свою речь и поступки,
- учиться толерантному отношению к другому мнению,
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении,
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей,
- формулировать своё собственное мнение и позицию.
- учиться грамотно, задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Регулятивные УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением,
- извлекать необходимую информацию из текста,
- определять и формулировать цель в совместной работе,
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях,
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит,
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми,
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого,
- соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей,
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять,
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях,
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения,
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости,
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта,
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию,
- адекватно воспринимать оценку учителя.

Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии,
- учиться контролировать свою речь и поступки,
- учиться толерантному отношению к другому мнению,
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении,
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей,
- формулировать своё собственное мнение и позицию.
- учиться грамотно, задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Регулятивные УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением,
- извлекать необходимую информацию из текста,
- определять и формулировать цель в совместной работе,
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях,
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит,
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми, планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого,
- соотносить результат с целью и оценивать его.

Самоконтроль (рефлексия):

- осуществлять контроль процесса и результата своей деятельности; выбирать и при необходимости корректировать способы действий;
- находить ошибки в своей работе, устанавливать их причины, вести поиск путей преодоления ошибок;
- предвидеть возможность возникновения трудностей и ошибок, предусматривать

способы их предупреждения (формулирование вопросов, дополнительным средствам обучения, в том числе электронным);

- оценивать рациональность своих действий, давать им качественную характеристику.

Совместная деятельность:

- участвовать в совместной деятельности: распределять работу между членами группы (например, в случае решения задач, требующих перебора большого количества вариантов, приведения примеров и контрпримеров), согласовывать мнения в ходе поиска доказательств, выбора рационального способа, анализа информации;
- осуществлять совместный контроль и оценку выполняемых действий, предвидеть возможность возникновения ошибок и трудностей, предусматривать пути их предупреждения.

Ожидаемые результаты

	Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
Знать	<ul style="list-style-type: none"> - о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками; - правила общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению. 	<ul style="list-style-type: none"> - знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. 	<ul style="list-style-type: none"> -осознавать собственную полезность и ценность; - основные способы психологического взаимодействия между людьми; - приемы повышения собственной самооценки; - осознание своего места в мире и обществе;
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> -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 	<ul style="list-style-type: none"> - 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; 	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, в коллективе. -получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе трудности - справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и

	- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.	- формулировать собственное мнение и позицию; - находить свое место в школьной жизни;	эмоциональное состояние; -взаимодействовать с учителем, сверстниками - адекватно 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 неудачей; - 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

Формы организации занятий

Для успешной реализации используются групповые занятия.

Методы, используемые на занятиях:

- 1.Игровые методы
- 2.Беседа
- 3.Сказкотерапия
- 4.Создание личного портфолио занятий с продуктами деятельности

Программа рассчитана для 1-х классов на 33 часа в год, а 2-4-х классов рассчитана на 34 часа в год. Периодичность занятий - 1 час в неделю.

Содержание курса

1 класс.

Я – школьник (15 часов). Знакомство. Я умею управлять собой. Я умею преодолевать трудности.

Работа в парах. Игры. Я умею слушать других. Я умею учиться у ошибки. Я умею быть доброжелательным. Сказкоператия. Театрализация. Я доброжелательный. Я умею быть ласковым. Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задания вместе с другими. Я становлюсь сильным духом. Я умею слушать мнение другого. Я учусь решать конфликты. Я умею решать конфликты.

Мои чувства (18 часов). Радость. Что такое мимика. Радость. Как её доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Сказкотерапия. Страх. Страх, его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу? Обида. Разные чувства. Проектная работа. Игры.

2 класс.

Вспомним чувства (6 часов). Мы рады встрече. Понимаем чувства другого. Мы испытываем разные чувства.

Чем люди отличаются друг от друга? (16 часов) 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? (12 часов) Учимся договариваться. Какой Я? Какой Ты? Трудности второклассника в школе, дома, на улице. Школьные трудности. Домашние трудности. Сказкотерапия. Проектная работа. Игры.

3 класс.

Я – фантазер. (9 часов) Я-третьеклассник. Кого можно назвать фантазером? Я умею фантазировать! Мои сны. Я умею сочинять! Мои мечты. Фантазии и ложь

Я и моя школа (7 часов). Я и моя школа. Что такое лень? Я и мой учитель. Как справляться с «Немогучками».

Я и мои родители (5 часов). Я и мои родители. Я умею просить прощения. Почему родители наказывают детей?

Я и мои друзья (6 часов). Настоящий друг. Умею ли я дружить? Трудности в отношении с друзьями. Ссора и драка.

Что такое сотрудничество? (7 часов) Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого. Я умею договариваться с людьми. Мы умеем действовать сообща. Что такое коллективная работа?

4 класс.

Кто Я? Мои силы, мои возможности. (10 часов) Мое лето. Кто Я? Какой я- большой или маленький? Мои способности. Мой выбор, мой путь к успеху. Мой выбор, мой путь к успеху. Мой внутренний мир и мои друзья. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира. Что значит верить?

Я расту, я изменяюсь (5 часов) Мое детство, мои друзья. Мои одноклассники. Конфликты в классе.

Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (5 часов) Мое настоящее и будущее. Хочу вырасти здоровым человеком! Моя будущая профессия. Мое ближайшее будущее 5 класс. Коллективная работа. Анкетирование. Кто такой интеллигентный человек? Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что такое идеальное Я?

Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (5 часов) Кто такой интеллигентный человек? Хочу вырасти интеллигентным человеком! Что такое идеальное Я?

Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (9 часов). Права и обязанности школьника. Что такое «право на уважение»? Права и обязанности. Коллективная работа. Игры. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Инсценировки. Как разрешать конфликты мирным путем? Проектная работа. Игра.

Тематическое планирование

1 класс

№	Тема раздела программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Я – школьник	15	https://resh.edu.ru
2	Мои чувства	18	https://resh.edu.ru
Итого		33	

2 класс

№	Тема раздела программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вспомним чувства.	6	https://resh.edu.ru
2	Чем люди отличаются друг от друга?	16	https://resh.edu.ru
3	Какой Я - Какой Ты?	12	https://resh.edu.ru
Итого		34	

3 класс

№	Тема раздела программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Я – фантазер.	9	https://resh.edu.ru
2	Я и моя школа.	7	https://resh.edu.ru
3	Я и мои родители.	5	https://resh.edu.ru
4	Я и мои друзья.	6	https://resh.edu.ru
5	Что такое сотрудничество?	7	https://resh.edu.ru
Итого		34	

4 класс

№	Тема раздела программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Кто Я? Мои силы, мои возможности	10	https://resh.edu.ru
2	Я расту, я изменяюсь	5	https://resh.edu.ru
3	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?	5	https://resh.edu.ru
4	Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?	5	https://resh.edu.ru
5	Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?	9	https://resh.edu.ru
Итого		34	

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса:


Книгопечатная продукция

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, 2005.
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., 2005.
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.Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков / Под. ред. А.Д. Андреевой. М., 1997.
- 14.Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях внедрения ФГОС // Сост. И.В. Возняк, И.М. Узянова, С.В.Лебедева и др. Волгоград, 2013.
- 15.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.

Лист согласования к документу № 95 от 03.11.2023
Инициатор согласования: Хайбрахманова Ф.А. Директор
Согласование инициировано: 03.11.2023 13:25

Лист согласования

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Хайбрахманова Ф.А.		 Подписано 03.11.2023 - 13:25	-