

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Архангельской области
Управление образования Устьянского округа
МБОУ «ОСОШ №2»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Тропинка к своему «Я»»

для обучающихся 2 класса

п. Октябрьский 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности для обучающихся начальных классов разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе (1-4). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2012г. Т.А. Аржакаева, И.В.Вачков, А.Х. Попова «Психологическая азбука», программа развивающих занятий

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы. Предлагаемая рабочая программа реализуется в учебно-методическом пособии, созданном кандидатом психологических наук О.В.Хухлаевой.

Рабочая программа определяется следующими нормативными документами:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373 (с изменениями).
2. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011 №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».

Программа разработана для обучающихся 2 класса

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

Курс психологических занятий с младшими школьниками направлен на формирование следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- способность справляться со страхами, обидами, гневом;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение справляться с негативными эмоциями;

- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме

Содержание программы «Тропинка к своему Я»»

Описание места предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом курс психологических занятий «Тропинка к своему Я» изучается во 2 классе 17 часов с расчетом на учебный год;

Программа реализуется во 2б классе МБОУ «ОСОШ №2». «Тропинка к своему Я» преподается за счёт часов плана внеурочной деятельности.

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 2 класс» (17ч., 1 ч в неделю)

Раздел 1. Я – фантазёр (5 часов)

1. Я – второклассник. 2. Что случится, если на свете не будет ни одной школы? 3. Школа моей мечты - какая она? 4. Мои мечты. О чём я мечтаю? 5. Фантазии и ложь.

Раздел 2. Я и моя школа (5 часов)

6. Учителя и ученики. 7. Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? 8. Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе? 9. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив! 10. Что такое лень и откуда она берётся?

Раздел 3. Я и мои родители (3 часа)

11. Я и мои родители. В чём мы похожи? 12. Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? 13. «Урок мудрости».

Раздел 4. Я и мои друзья (4 часа)

14. Каким должен быть настоящий друг. 15. Умею ли я дружить и можно ли этому научиться? Ссора. Ссора между друзьями 16. Какие у меня есть «колючки», и как избавиться от «колючек» в моём характере? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры? 17. Итоговое занятие.

Планируемые результаты

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Поэтому ключевым

критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Методы: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), *метод творческого самовыражения* (литературное, художественное и др. виды творчества), *методы психической саморегуляции и тренировки психических функций* (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

Личностными результатами изучения курса «Тропинка к своему я» является формирование следующих умений:

1. Принимать новый статус «ученик», внутреннюю позицию школьника на уровне положительного отношения к школе, принимать образ «хорошего ученика».
2. Внимательно относиться к собственным переживаниям и переживаниям других людей; нравственному содержанию поступков.
3. Выполнять правила безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах.
4. Адекватно воспринимать оценку учителя.
5. Проявлять уважение к своей семье, ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей.
6. Внимательно относиться к красоте окружающего мира, произведениям искусства.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Познавательные УУД:

1. Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника (под руководством учителя).
2. Понимать информацию, представленную в виде текста, рисунков, схем.
3. Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.
4. Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям.

Регулятивные УУД:

1. Организовывать свое рабочее место под руководством учителя.
2. Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.

3. Вносить необходимые дополнения, исправления в свою работу, если она расходится с эталоном (образцом).

4. В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».

5. Умение излагать мысли в четкой логической последовательности, отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию и самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений.

Коммуникативные УУД:

1. Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить.
2. Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное).
3. Сотрудничать с товарищами при выполнении заданий в паре: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, корректно сообщать товарищу об ошибках.
4. Участвовать в коллективном обсуждении учебной проблемы.
5. Сотрудничать со сверстниками и взрослыми для реализации проектной деятельности.

Ожидаемые результаты:

Ожидаемые предметные результаты:

1. обогащение личного опыта общения детей;
2. ориентация на выполнение нравственных норм - заповедей в процессе общения;
3. овладение нормами речевого этикета и культуры поведения.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

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

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 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

Планируемый уровень подготовки учащихся на конец учебного года:

1. Мотивирование детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Умение детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формирование адекватной установки в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышение уровня самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
6. Формировать терпимости к мнению собеседника.
7. Корректирование у детей нежелательные черты характера и поведения.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Электронные ресурсы
1	Я – второклассник.	https://rosuchebnik.ru/material/spisok-eor-nachalnaya-shkola/
2	Что случится, если на свете не будет ни одной школы?	https://rosuchebnik.ru/material/spisok-eor-nachalnaya-shkola/
3	Школа моей мечты - какая она?	
4	Мои мечты. О чём я мечтаю?	
5	Фантазии и ложь.	
6	Учителя и ученики.	

7	Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия?	
8	Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе?	
9	Мы такие разные, но вместе мы – коллектив!	
10	Что такое лень и откуда она берётся?	
11	Я и мои родители. В чём мы похожи?	
12	Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением?	
13	«Урок мудрости».	
14	Каким должен быть настоящий друг.	
15	ли я дружить и можно ли этому научиться? Ссора. Ссора между друзьями	
16	Какие у меня есть «колючки», и как избавиться от «колючек» в моём характере? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры?	
17	Итоговое занятие	

Список литературы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования
2. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я»: уроки психологии в начальной школе (1 – 4). М., 2015.
3. Овчарова Р.В. «Практическая психология в начальной школе», Москва, «Сфера», 2001.
4. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.
5. Жизненные навыки / Под. ред. С.В. Кривцовой. М., 2002. Панфилова М.А. Игротерапия общения. М., 2000.

6. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли: пособие для учителя / А.Г. Асмолов (и др); под ред. А.Г. Асмолова. М., 2010.
7. Никифорова В.В. «Графические диктанты». М., 2012.
8. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.
9. Практическая психология образования / Под. ред. И.В. Дубровиной. М., 1998.
10. И.В. Стишенков. Сказка в тренинге. Коррекция, развитие, личностный рост..- Спб.: Речь, 2006
11. Н.В. Самоукина. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы.- Ярославль: Академия развития, 2004.
12. Аллан Дж. Ландшафт детской души. СПб. – Минск, 1997.
13. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М., 1990.
14. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. М., 1980.
15. Вайсен Р. и др. Обучение жизненным навыкам в школах. М., 1996.
16. Мухина В.С. Детская психология. М., 1997.
17. Оклендер В. Окна в мир ребёнка. Руководство по детской психотерапии. М., 1997.
18. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.
19. Практическая психология образования / Под. ред. И.В. Дубровиной. М., 1998.
20. Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков / Под. ред. А.Д. Андреевой. М., 1997.
21. Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях внедрения ФГОС // Сост. И.В. Возняк, И.М. Узянова, С.В. Лебедева и др. Волгоград, 2013.
22. Ветрова В.В. Уроки психологического здоровья. М., 2001.
23. Флейк-Хобсон К. и др. Мир входящему. Развитие ребёнка и его отношения с окружающими. М., 1992.