

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» составлена на основе основной образовательной программы начального общего образования МОУ «Ирдоматская школа».

Данная программа адресована обучающимся 1-ых классов и рассчитана на 1 учебный час в неделю, что составляет 33 учебных часа в год. Курс внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» реализуется в полном объеме на русском языке.

Программа «Тропинка к своему Я» поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления. Работа по программе проводится в рамках духовно-нравственного развития и воспитания школьников, которая является первостепенной задачей современной образовательной системы и представляет собой важный компонент социального заказа для образования.

В современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека, во взаимодействии с окружающим миром. Обучающиеся разного возраста пытаются как-то разобраться в самих себе. Но их интерес к самопознанию превышает их возможности познать себя, так как никакими сведениями о богатстве или бедности внутреннего мира, о психологических особенностях человека они не располагают. Отсюда неадекватные способы познания себя и других, неудовлетворенность этим познанием, неопределенность в оценках, самооценках, намерениях и т. д.

Данная программа направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.

Основная цель программы:

- формирование позитивного отношения к себе и школе, профилактика школьной дезадаптации.

Основные задачи:

- формирование психологического здоровья.
- воспитание нравственных чувств и этического сознания.
- формирование позитивное отношение к своему «Я».
- формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
- повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
- предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
- развитие навыков социального поведения.
- знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями поведения.
- создание возможностей для самовыражения.
- выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
- развитие способности ребенка к эмпатии, сопереживанию.
- формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных навыков.
- развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
- развитие познавательной мотивации.
- раскрытие творческого потенциала.

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- проявлять заботу о человеке при групповом взаимодействии;
- формировать правила поведения в обществе, семье, со сверстниками;
- научить правилам игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.
- 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 (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).
- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.
- 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.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую на занятии с помощью учителя;
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;
- строить речевое высказывание в устной форме.

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.

Предметные результаты:

- научиться приемам повышения собственной самооценки;
- научиться осознанию своего места в мире и обществе;
- научиться получать удовольствие от процесса познания;
- научиться преодолевать возникающие в школе трудности;
- научиться психологически справляться с неудачами;
- научиться осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние;
- научиться взаимодействовать с учителем и сверстниками;
- научиться адекватно анализировать собственные проблемы;

- научиться использовать полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности;
- научиться через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления.

Обучающийся 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;
- 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.

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;
- 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.

3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№п/п	Название разделов	Форма деятельности	Вид деятельности
Тема 1. Я – школьник (17 часов)			
1.	Знакомство. Введение в мир психологии. Я - школьник. 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 задание вместе с другими. Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого. Я учусь решать конфликты. Я умею разрешать конфликты.	Игра, беседа, урок – игра. Игры-тренинги.	Познавательная деятельность
Тема 2. Мои чувства (16 часов)			
2.	Радость. Что такое мимика. 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	Беседы. Урок – игра. Игры-тренинги.	Познавательная деятельность

4. Календарно-тематическое планирование

№ урока	Содержание материала	Количество часов		Сроки изучения	
		по плану	фактически	по плану	фактически
1 четверть (8 часов)					
Тема 1. Я – школьник (17 часов)					
1/1	Я - школьник...	1			
2/2	Я умею управлять собой.	1			
3/3	Я умею преодолевать трудности.	1			
4/4	Я умею слушать других.	1			
5/5	Я умею учиться у ошибки.	1			
6/6	Я умею учиться у ошибки.	1			
7/7	Я умею быть доброжелательным.	1			
8/8	Я – доброжелательный.	1			
2 четверть (8 часов)					
9/9	Я умею быть ласковым.	1			
10/10	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими.	1			
11/11	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими.	1			
12/12	Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.	1			
13/13	Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.	1			
14/14	Я учусь решать конфликты.	1			
15/15	Я учусь решать конфликты.	1			
16/16	Я умею разрешать конфликты.	1			
3 четверть (9 часов)					
17/17	Я умею разрешать конфликты.	1			
Тема 2. Мои чувства (16 часов)					
18/1	Радость. Что такое мимика?	1			
19/2	Радость. Что такое жесты?	1			
20/3	Радость. Что такое жесты?	1			
21/4	Радость. Как ее доставить другому человеку?	1			
22/5	Радость. Как ее доставить другому человеку?	1			
23/6	Радость можно передать	1			

	прикосновением.				
24/7	Радость можно передать прикосновением.	1			
25/8	Грусть.	1			
4 четверть (8 часов)					
26/9	Грусть. Страх.	1			
27/10	Страх.	1			
28/11	Страх. Как его преодолеть?	1			
29/12	Гнев. С каким чувством он дружит?	1			
30/13	Гнев и его польза.	1			
31/14	Обида.	1			
32/15	Разные чувства.	1			
33/16	Итоговое.	1			