

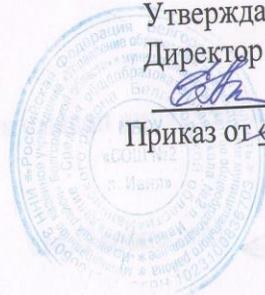
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 п. ИВНЯ»
ИВНЯНСКОГО РАЙОНА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №2 п.Ивня»

 Аксенова Е.М.

Приказ от «02» сентября 2024г. №210



**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
для обучающихся 1 класса**

на 2024-2025 год

Разработала:
педагог – психолог
Давыдова Елена Анатольевна

п. Ивня, 2024 г.

Программа дополнительного образования социально-психологического развития младших школьников,

Автор программы: Хухлаева О.В

Направление: социальное

Программа рассмотрена на заседании педагогического совета от 28.08.2024г протокол № 1__

Председатель:  /Аксенова Е.М./



Пояснительная записка

Рабочая программа социально-психологического развития личности учащихся «Тропинка к своему Я» по своей сути является комплексной развивающей программой, так как предполагает последовательный переход от воспитательных результатов первого уровня к результатам третьего уровня в процессе реализации внеурочной деятельности. Программа «Тропинка к своему Я» является модифицированной и составлена на основе типовой программы Хухлаевой О.В. **Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). М.: «Генезис», 2006**

Цели и задачи программы

Программа социально-психологического развития личности обучающихся «Тропинка к своему Я» содержит курс психологических занятий с детьми начального школьного возраста, *целью* которых является создание условий для развития познавательной, эмоционально – волевой и личностно - мотивационной сфер младших школьников, достижение ими личностных и метапредметных результатов освоения основной образовательной программы при реализации федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения.

Достижение цели реализуется через выполнение следующих *задач*:

- создание доброжелательной атмосферы в группе как необходимого условия для развития у детей уверенности в себе;
- создание условий для социально-психологической адаптации к обучению в школе, принятию и освоению социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- формирование метапредметных навыков, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе, воспитания умения учиться как способности самоорганизации с целью решения учебных задач;
- организация взаимодействия между детьми как предпосылок формирования навыков учебного и межличностного сотрудничества, развитие навыков сотрудничества и бесконфликтного взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- исследование личности ребенка, отслеживание результативности обучения детей по завершению каждого блока программы.

Режим и структура занятий

Занятия проводятся в классе – 1 час в неделю, 35 минут. Количество участников до 10 человек.

Каждое из занятий имеет трёхкомпонентную структуру:

- I. Разминка (направлена на включение детей в тренинговый процесс);

П. Основная часть (включает в себя: а) выполнение упражнений, игр, нацеленных на введение детей в тематику занятия, поиск путей решения заявленной проблемы; б) обсуждение после каждого упражнения, игры, рисуночной методики или сказки, предполагающее отреагирование упражнения на эмоциональном и рациональном уровне).

III. Заключительная часть (ритуал завершения занятия, целью которого является создание комфортного климата в коллективе, получение внимания каждым ребенком).

Требования к уровню подготовки обучающихся.

В результате работы по программе первого года обучения «Тропинка к своему Я» обучающиеся

должны знать:

- что изучает психология;
- правила школьной жизни;
- своих одноклассников;
- как выстраивать дружеские отношения со сверстниками и учителем;
- свои учебные ресурсы;
- содержательное наполнение чувств радости, грусти, страха, гнева, обиды;
- способы совладения со страхами;

должны уметь:

- осознавать свой новый статус школьника;
- контролировать школьные правила с помощью поведения;
- выстраивать дружеские отношения с одноклассниками и учителем;
- находить в себе качества, которые позволяют хорошо учиться;
- распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей;
- понимать и контролировать свои эмоциональные состояния.

Календарно - тематическое планирование программы

№ п/п	Тема занятия	Всего часов			Дата план.	Дата факт.	Характеристика видов деятельности обучающихся
			теори я	пра кти ка			
Блок I. Я – школьник (16ч)							
1.	Знакомство. Введение в мир психологии	1	1				Формировать внутреннюю позиции школьника на уровне положительного отношения к школе.
2.	Познаем правила школьной жизни	1	1				
3.	Познаем правила школьной жизни	1		1			Формировать внутреннюю позиции школьника на уровне положительного отношения к школе.
4.	Я и школа	1	1				Формировать внутреннюю позиции школьника на уровне положительного отношения к школе.
5.	Диагностика изучения адаптации первоклассников к школе	1		1			Учиться контролировать свою речь и поступки.
6.	Диагностика изучения адаптации первоклассников к школе	1		1			Учиться исследовать личность ребенка, отслеживать результативность обучения детей
7.	Зачем мне нужно ходить в школу	1	1				Учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях. Оценивать правильность

							выполнения действий и корректировать при необходимости
8.	Мой класс	1	1				Учиться выстраивать дружеские отношения с одноклассниками и учителем
9.	Какие ребята в моём классе	1	1				Учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения.
10.	Мои друзья в классе	1	1				Определять и формулировать цель в совместной работе.
11.	Мои друзья в классе	1		1			
12.	Учимся работать дружно	1	1				Определять и формулировать цель в совместной работе
13.	Мои успехи в школе	1	1				Уметь адекватно вести себя в различных школьных ситуациях. Определять и формулировать цель в совместной работе
14.	Моя «Учебная сила»	1	1				Ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии. Учиться контролировать свою речь и поступки
15.	Первоклассное путешествие	1	-	1			
16.	Первоклассное путешествие	1		1			
Блок II. Мои чувства (17ч)							
17.	Радость. Что такое мимика	1	1				Различать и уметь описывать эмоциональные состояния.
18.	Радость. Как её доставить другому человеку?		1				
19.	Жесты	1	1				Уметь распознавать и описывать свои чувства.
20.	Радость можно передать прикосновением	1	1				Уметь справляться со своими эмоциями.
21.	Радость можно подарить взглядом	1	1				Соотносить результат с целью и оценивать его. Учиться делать осознанный выбор в

							сложных ситуациях.
22.	Грусть	1	1				Соотнести результат с целью и оценивать его. Учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
23.	Страх	1	1				Уметь справляться со страхами, обидами, гневом
24.	Страх, его относительность	1	1				Уметь распознавать и описывать свои чувства.
25.	Как справиться со страхом	1		1			Уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников.
26.	Страх и как его преодолеть	1	1				Знать «качества» людей; начать изучение своих особенностей, изучить свои качества.
27.	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1	1				Актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.
28.	Может ли гнев принести пользу?	1		1			Уметь справляться с негативными эмоциями, знать «качества» людей.
29.	Обида	1	1				Уметь распознавать и описывать свои чувства.
30.	Разные чувства	1		1			Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
31.	Создание и защита социального проекта «Я – школьник. Мои первые достижения».	1		1			Учиться принимать эмоционально положительное отношение к школе. Учить самопознанию и самооценке.
32.	Создание и защита социального проекта «Я – школьник. Мои первые достижения».	1		1			Учить самопознанию и самооценке.
33.	Создание и защита	1		1			Учить самопознанию и самооценке.

	социального проекта «Я – школьник. Мои первые достижения».						
	Итого:	33ч	21	12			

Содержание учебных разделов

При составлении рабочей программы социально - психологического развития личности обучающихся «Тропинка к своему Я» учитывались:

- соответствующие требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
- психолого-педагогические аспекты работы с детьми начального школьного возраста;
- достижения в области практической психологии.

Блок I. Я – школьник (16 часов)

Цели:

- содействовать осознанию позиции школьника;
- способствовать формированию дружеских отношений в классе;
- развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях.

Оборудование и материалы: альбом, цветные карандаши, мяч, рисунок солнца, планеты, рисунок Буратино, сердечки из бумаги, магниты, открытки по числу учеников, клубок светлой шерсти.

Блок II. Мои чувства (17 часов)

Цели:

- рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева;
- обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей;
- помочь детям осознать относительность оценки чувств;

Оборудование и материалы: альбом, цветные карандаши, карточки с изображением животных, игрушка «медвежонок», музыка для медитации, мяч, контурные маски из плотной бумаги, пластилин, театральный грим, 2 куклы.

Формы, методы и приемы работы

Программа позволяет организовать практическую деятельность обучающихся в изучаемой области знаний и имеет большой развивающий потенциал, так как содержит достаточное количество активных форм и методов обучения для интеллектуального, эмоционально – волевого и личностно – мотивационного развития обучающихся.

Основная форма – занятие с элементами тренинговых технологий, арт-методов и сказкотерапии.

Элементы тренинга были включены в основные формы работы не случайно, ведь тренинг - это особая форма обучения, которая отличается от традиционных форм тем, что его участники учатся на своем непосредственном опыте. Тренинг дает знания, полученные в действии. Введение элементов тренинга позволяют создать на занятиях атмосферу доброжелательности, искренности, безопасности, погружение в ситуации выбора и способствуют раскрытию индивидуального творческого потенциала обучающихся, самопознания, самораскрытия и самоопределения.

Использование **игры**, как формы работы с детьми, предоставляет большие возможности достигнуть результата. В программе используются:

- малые игры (диагностические, учебные, развивающие, коррекционные) - занимают небольшое время и в большинстве случаев используются как средство организации отдыха, переключения с одного вида деятельности на другой, снятия напряжения, решения конкретной воспитательной или психологической задачи;

- большая психологическая игра (игровые оболочки, игры-проживания, проектные (деловые) игры) — это сложная, многоплановая, развернутая во времени деятельность участников, направленная на решение целого комплекса развивающих задач;

- ситуационно-ролевая игра - является инструментом, позволяющим избегать ролевых конфликтов, вызванных несоответствием, противоречивостью выбранных ролей, способствует социальной адаптации.

Эффективность применения **арт-методов** основана на том, что они дают возможность экспериментировать с собственными эмоциями и чувствами, исследовать их и выражать на символическом уровне. Преимущественное использование при этом «языка» визуальной и пластической экспрессии позволяет сделать зримыми и доступными для понимания даже те стороны внутреннего и внешнего мира ребенка, которые не всегда он мог описать словами. Так же преимуществом рисования является то, что оно требует симультанного согласованного участия многих компонентов психических процессов и потому в детстве экономичнее и эффективнее других видов деятельности. Использование моделей объектов в виде схематизированных образов представлений существенно оптимизирует развитие и обучение, как здоровых детей, так и детей с недостаточной интеллектуальной зрелостью, являясь необходимой предпосылкой формирования

абстрактного мышления. Арт-методы достигают статуса продуктивной формы коррекции и развития в 6-10 лет, так как в этом возрасте дети способны использовать художественные материалы для символической экспрессии и коммуникации.

Предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьёзное внимание способам формирования учебной установки в близких и доступных детям формах, прежде всего в **форме сказок**. Через сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребёнок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными.

Также используются такие формы работы как **упражнения психологического характера, творческие задания, обсуждение с детьми выполненных заданий**. В результате обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

Ведущими методами на занятиях являются:

- игра;
- тренинговые упражнения;
- творческие задания;
- арт-терапия;
- сказкотерапия;
- музыкотерапия;
- диагностика.

В процессе организации занятий используются также следующие методы работы:

исследование - получение знаний на исследовательской основе.

наблюдение - непосредственное, целенаправленное восприятие предметов и явлений с помощью органов чувств с целью формирования правильных представлений и понятий, умений и навыков.

упражнение - планомерно организованное повторное выполнение какого-либо действия с целью его освоения или совершенствования.

словесные методы – беседа, рассказ, описание, объяснение.

На занятиях используются следующие **приемы**:

- творческие задания;
- реверсированная мозговая атака;
- ассоциации;
- коллективная запись;
- эвристические вопросы;

- приемы, способствующие удержанию внимания: динамичность (интенсивный темп изложения материала, его насыщенность мыслями и аргументами, подвижная мимика и жестикация, «живой» голос); наглядность; неофициальность; прямое обращение к аудитории, диалог; использование неожиданной информации; сопоставление всех «за» и «против»; юмор.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Ожидаемыми результатами использования программы социально - психологического развития личности учащихся «Тропинка к своему Я» является достаточная сформированность:

1. готовности и способности обучающихся к саморазвитию;
2. мотивации к обучению и познанию;
3. основ гражданской идентичности;
4. ценностно-смысловых установок обучающихся, отражающих их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества.

Результатами первого уровня (приобретение школьниками социальных знаний первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение учениками знаний о себе, своем развитии, своих особенностях, интересах и склонностях, о правилах ведения социальной коммуникации, принятых в обществе нормах отношений с другими людьми, правилах конструктивной групповой и подгрупповой работы, способах взаимодействия людей, способах самостоятельного поиска и обработки информации.

Формами подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является выполнение и публичная защита социального проекта обучающихся с родителями и сверстниками.

Критерии эффективности программы

Для контроля эффективности проведенной развивающей работы по программе социально - психологического развития личности учащихся «Тропинка к своему Я» предполагается использовать различные психо-диагностические методики для изучения личности, анкетирование родителей и педагогов, а также программы, утвержденные МУ «Научно-методический информационный центр» и рекомендованные к использованию в общеобразовательных учреждениях г.Белгорода:

- «Диагностическая программа изучения адаптации первоклассников к школе»;
- «Диагностическая программа изучения уровня готовности учащихся 4 классов к переходу в среднее звено школы и адаптации учащихся 5 классов к новым условиям обучения»;
- «Программа мониторинга универсальных учебных действий обучающихся 1-4 классов (личностные и метапредметные результаты освоения основной образовательной программы начального образования)».

- «Оценка внеучебных достижений обучающихся».

Необходимое обеспечение ресурсами

Реалистичность проведения программы с точки зрения ресурсов очевидна.

Основные кадровые единицы (субъекты) реализации программы – педагог-психолог общеобразовательного учреждения.

Материально-техническая база:

- учебная аудитория, которая включает в себя учебную зону (столы и стулья) и активную зону, имеющая напольное покрытие, достаточное по размерам для размещения детей в кругу;
- технические средства: магнитофон, компьютер, различные музыкальные носители;
- для каждого учащегося необходимы альбом (24 листа); карандаши и краски.

Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1 -4). – М.: «Генезис», 2006. – 303 с.
2. Здравствуй, школа. Программа адаптационных занятий для первоклассников/ под ред. Н. Пилипко – М.: Дрофа, 2004
3. Ивашова А. Сотрудничество. Программа социального тренинга для дошкольников и младших школьников // Школьный психолог.-2003.-№28.
4. Панфилова М., Лесная школа. Коррекционные сказки для младших школьников// Школьный психолог. – 2004 - №5
Силина О. Программа психологического тренинга по адаптации младших школьников к процессу школьного обучения «Путешествие в Страну Понимания»//Школьный психолог. – 2007 – №16.

Литература

1. Антонова И., Залеская С., Орехова С., Ганжа В. Развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста. Коррекционно-развивающая программа// Школьный психолог. – 2006. - №1.
2. Ануфриев А.Ф. Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей. Психодиагностические таблицы. Психодиагностические методики. Коррекционные упражнения. – 3- е изд., перераб и доп. – М.: Издательство «Ось 89», 2003. –272 с.
3. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. – 2-е изд.- М.: Генезис, 2001.- 352 с.
4. Здравствуй, школа. Программа адаптационных занятий для первоклассников/ под ред. Н. Пилипко – М.: Дрофа, 2004

5. Ивашова А. Сотрудничество. Программа социального тренинга для дошкольников и младших школьников // Школьный психолог.-2003.-N28.
6. Панфилова М., Лесная школа. Коррекционные сказки для младших школьников// Школьный психолог. – 2004 - №5
7. Силина О. Программа психологического тренинга по адаптации младших школьников к процессу школьного обучения «Путешествие в Страну Понимания»//Школьный психолог. – 2007 – №16.
8. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: развитие познавательных способностей у младших школьников. Популярное пособие для педагогов и родителей. – Ярославль: Академия развития: академия Холдинг, 2004. – 120 с.
9. Учимся логически мыслить. Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В.. – Серия Школа для дошколят. – Тула – 2006.
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать ? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие /Пер. с нем.; В 4-х томах. – М.: Генезис, 1999.- 160 с.
11. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1 -4). – М.: «Генезис», 2006. – 303 с.