

Краснодарский край, Белоглинский район, с. Белая Глина
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №12 имени первого героя Советского Союза А.В.
Ляпидевского Белоглинского района



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Тип программы: тематическая

Кружка «Тропинка к своему Я»

В 1 – 4 классах

Количество часов: 1 класс – 33 часа, 2-4 класс – 34 часа

социальный педагог : О.В.Наумова

Программа разработана на основе пособия для 1-4 классов «Тропинка к своему Я». Автор Хухлаева О.В. Издательство «Генезис», 2004 год.



Пояснительная записка

Важная роль в современном образовательном обществе отводится здоровьесберегающим технологиям, психологическому сопровождению детей в образовательных учреждениях, сохранению и укреплению психологического здоровья. Сегодня проблема психологического здоровья является актуальной и разрабатывается рядом исследователей (В.А.Ананьев, А. Н. Леонтьев, А.М. Степанов, А.Б.Холмогорова и др.). Проблеме психологического здоровья детей посвящены труды И.В.Дубровиной, В.В.Давыдова, О.В.Хухлаевой, Г.С.Никифорова, и др.).

Быстро меняется социальная ситуация, увеличивается информационный поток, в котором находятся дети, семьи в основном однодетные, распались дворовые сообщества, снизилась ценность ролевой игры. Всё чаще можно встретить ребёнка с признаками взрослости (интеллектуализм, излишний рационализм) при внутренней социальной незрелости и инфантилизме. Внедрение раннего обучения тоже играет свою роль. Это приводит к ухудшению здоровья детей: физическому, психическому, социальному. Не вызывает сомнений, что практически всем им требуется та или иная психологическая поддержка.

Психологическое здоровье является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, обеспечивает возможность непрерывного развития в течение всей его жизни. Психологически здоровый человек – это, прежде всего человек творческий, жизнерадостный, весёлый, открытый, познающий себя и окружающий мир, адекватно приспосабливающийся как к благоприятным, так и неблагоприятным условиям, воздействиям. Широко распространено понимание психологического здоровья в рамках адаптационного подхода (О.В.Хухлаева, Г.С.Никифоров). В данном подходе здоровый человек – это успешно адаптирующийся и имеющий гармоничные отношения с окружающими.

По мнению О.В.Хухлаевой, понимая психологическое здоровье как наличие динамического равновесия между индивидом и средой, следует считать его критерием гармонии между ребенком и социумом. Дополнительная общеобразовательная программа «Тропинка к своему Я» направлена на создание условий для сохранения и формирования психологического здоровья дошкольников, обеспечения эмоционального благополучия, развития адекватного социального поведения, формирования положительного самоотношения и отношения к другим людям, раскрытия внутреннего потенциала в разных видах детской деятельности, умения делать выбор и нести за него ответственность, готовности к школьному обучению на начальном этапе образования.

Программа дополнительного образования «Тропинка к своему Я» разработана и реализуется для детей младшего школьного возраста на основе программы Хухлаевой О.В., Хухлаевой О.Е., Первушиной И.М. Актуальность данной программы заключается в том, что она позволяет решать проблему психопрофилактики психологического состояния здоровых детей-дошкольников в дошкольных образовательных учреждениях, снизить риск отрицательно влияющих факторов (социально-психологических, социально-культурных и социально-экономических) на психологическое здоровье ребенка.

Новизна дополнительной общеобразовательной программы «Тропинка к своему Я» в том, что основная программа дополнена диагностическими и мониторинговыми исследованиями, которые в свою очередь позволяют отследить психическое здоровье детей на трех воз-

растных уровнях и определить направления дальнейшего психологического сопровождения. Тем самым создаются оптимальные условия для сохранения психологического благополучия детей, их всестороннего, полноценного развития, формирования основных новообразований, успешной адаптации к меняющимся условиям.

Цель – создание условий для сохранения и поддержания психологического здоровья дошкольников.

Задачи: - обучение положительному самоотношению и принятию других людей - обучение рефлексивным умениям - формирование потребности в саморазвитии - содействие росту, развитию детей.

Особенности и новизна образовательной программы в том, что в неё включено много полуфункциональных упражнений, с одной стороны, дающих возможность решать несколько задач с другой – позволяющих оказывать на разных детей различное влияние; охватывает все стороны формирования психологического здоровья дошкольников; учитывает гендерные различия.

Планируемые результаты освоения курса «Тропинка к своему Я»

Личностные результаты

Гражданско-патриотическое воспитание:

- становление ценностного отношения к своей Родине — России;
- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам; первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственное воспитание:

- признание индивидуальности каждого человека;
- проявление сопереживания, уважения и доброжелательности к другому человеку;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

Эстетическое воспитание:

- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
- стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудовое воспитание:

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, бережное отношение к результатам труда, интерес к различным профессиям.

Экологическое воспитание:

- бережное отношение к природе;
- неприятие действий, приносящих ей вред.

Формирование представлений о ценности научного познания:

- первоначальные представления о научной картине мира;
- познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

1 класс

Регулятивные УУД:

Обучающиеся научатся:

- 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

Познавательные УУД:

Обучающиеся научатся:

- 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:

Обучающиеся научатся:

- 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.

2 класс

Регулятивные УУД:

Обучающиеся научатся:

- 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:

Обучающиеся научатся:

- 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:

Обучающиеся научатся:

- 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.

3-4 класс

Регулятивные УУД:

Обучающиеся научатся:

- 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:

Обучающиеся научатся:

- 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:

Обучающиеся научатся:

- 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.

На занятиях обучающиеся начальной школы **научатся:**

- развивать доброжелательность и эмоциональную отзывчивость, понимать других людей и сопереживать им;
- формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления;
- развивать навыки организации и осуществления сотрудничества с педагогами, сверстниками, родителями, старшими детьми в решении общих проблем;
- формировать способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, принятию ответственности за их результаты;
- повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
- формировать способности, открыто выражать и отстаивать свою нравственную позицию, проявлять критичность к собственным намерениям, мыслям и поступкам;
- представлениям о добре и зле;
- развивать основы нравственного самосознания личности (совести) - способности формулировать собственные нравственные обязательства, осуществлять нравственный самоконтроль, требовать от себя выполнения моральных норм, давать нравственную оценку своим и чужим поступкам;
- развивать гуманистические и демократические ценностные ориентации.

Узнают:

- об эмоциональной сфере человека;
- о качествах людей;
- о качествах настоящего друга;
- о своих возможностях и способностях;
- понятие «жизненный выбор»;

- понятие «интеллигентный человек»;
- понятия «права и обязанности».

В результате занятий по данной программе учащиеся получают возможность:

- развивать воображение
- расширить знания
- познакомиться с новыми технологиями
- совершенствовать навыки коммуникативной деятельности
- сформировать навыки работы с информацией

2. Содержание программы.

1 год обучения.

1.Тема: Введение. (1 ч)

Знакомство с обучающимися. Установление атмосферы дружелюбия. Введение в мир психологии.

2.Тема : Я – школьник.(14 ч)

Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

3. Тема: Страх и как его преодолеть.(4 ч)

Страх. Страх, его относительность. Как справиться со страхом.

4 .Тема: Мои чувства (14 ч)

Радость. Как её доставить другому человеку. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Что такое мимика. Жесты. Грусть. Гнев. С какими чувствами он дружит? Может ли гнев принести пользу? Обида. Разные чувства.

2 год обучения.

1. Тема: Вспомним чувства. (5 ч)

Мы рады встрече. Понимаем чувства другого. Мы испытываем разные чувства.

2.Тема: Чем люди отличаются друг от друга?(21 ч)

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. Очищаем своё сердце. Какие качества нам нравятся друг друге. Какими качествами мы похожи. Какими качествами мы отличаемся. Люди отличаются своими качествами. В каждом человеке есть светлые и тёмные качества.

3.Тема: Какой Я – Какой Ты? (4 ч)

Какой Я ? Какой ты?.

4.Тема: Школьные трудности.(4 ч)

Школьные трудности. Домашние трудности. Трудности второклассника в школе, дома, на улице.

3 год обучения.

1.Тема: Я – фантазёр (13 ч).

Я – третьеклассник. Кого можно назвать фантазёром. Я умею фантазировать! Мои сны. Я умею сочинять! Мои мечты. Фантазии и ложь.

2.Тема: Я и моя школа. (8 ч)

Я и моя школа. Что такое лень ? Я и мой учитель. Как справляться с «немогучками».

3.Тема: Я и мои родители. (4 ч)

Я и мои родители. Я умею просить прощения. Почему родители наказывают детей?

4.Тема: Я и мои друзья. (4 ч)

Настоящий друг. Умею ли я дружить? Трудности в отношениях с друзьями. Ссора и драка.

5.Тема: Что такое сотрудничество? (5 ч)

Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого. Я умею договариваться с людьми. Мы умеем действовать сообща.

4 год обучения

Тема 1. Введение (1 час)

Беседа о значимости психологии. Ознакомление с содержанием программы. Психология изучает мысли и чувства людей. Для чего это необходимо знать? Для того чтобы научиться понимать себя и окружающих, уметь жить дружно и весело, помогать друг другу.

Тема 2: Кто я? Мои силы, мои возможности. (14 часов)

Исследование своих способностей и возможностей. Разминки, упражнения, выполнение различных ролей, обыгрывание и разбор жизненных ситуаций. прослушивание сказок, выполнение творческих работ к ним.

Тема 3: Я расту, я изменяюсь. (9 часов)

Планирование целей и путей самоизменения. Обсуждение вопросов о детстве, воспоминаниях детства. Разминки: «Если ребенок плачет...», «Имя - цветок..». Работа со сказкой. Методика неоконченного предложения. Преодоление трудностей у каждого человека. Выполнение рисунков.

Тема 4: Хочу вырасти интеллигентным человеком. (3часа)

Разминка: « Антонимы», «Если ты корабль», и т д. Рассуждения о изменении себя. Работа со сказкой. Обсуждение идеального Я. Методика неоконченного предложения по теме каждого занятия. Работа с рисунком. Применение различных видов деятельности.

Тема 5:Хочу вырасти свободным человеком. Что для этого нужно? (7 часов)

Разминка. Работа со сказкой. Изучение правил поведения. Использование рисуночных методик. Использование метода неоконченного предложения.

Тематическое планирование программы.

1 год обучения (33 часа)

Раздел	Ко- л- во ча- сов	Темы	Кол- во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Введение	1	Введение. Знакомство. Введение в мир психологии	1	познавательная	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания
Я - школьник	14	Как зовут ребят моего класса	2	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, патриотическое воспитание
		Зачем мне нужно ходить в школу	2		
		Мой класс	2		
		Какие ребята в моем классе	2		
		Мои друзья в классе	2		
		Мои успехи в школе	2		
		Моя учебная сила	2		
Страх и как его преодолеть	4	Страх, его относительность	1	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание
		Как справиться со страхом	2		
		Страх и как его преодолеть	1		
		Радость	1		Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного по-
		Радость. Как ее доставит другому человеку	1		

Мои чувства	14	Радость можно передать прикосновением	1	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	знания, трудовое воспитание, гражданское воспитание
		Радость можно передать взглядом	1		
		Грусть	1		
		Гнев	1		
		С какими чувствами дружит гнев	1		
		Может ли гнев принести пользу	2		
		Обида	1		
		жесты	1		
		Что такое мимика	1		
		Разные чувства	2		

2 год обучения (34 часа)

Раздел	Ко- ло- во ча- сов	Темы	Кол- во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Вспомним чувства	5	Мы рады встрече	1	познавательная	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание
		Понимаем чувства другого	2		
		Мы испытываем разные чувства	2		
Чем люди отличаются друг от друга	21	Люди отличаются друг от друга своими качествами	2	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Хорошие качества людей	2		
		Кто такой сердечный человек	1		
		Кто такой доброжелательный человек	2		
		Трудно ли быть доброжелательным челове-	2		

		ком			
		Я желаю добра ребятам в классе	2		
		Очищаем свое сердце	2		
		Какие качества нам нравятся друг в друге	2		
		Какими качествами похожи и чем отличаемся	2		
		Люди отличаются друг от друга своими качествами	2		
		В каждом человеке есть светлые и темные качества	2		
Какой Я – Какой Ты?	4	Какой Я?	2	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Какой Ты?	2		
Школьные трудности	4	Школьные трудности	2	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Домашние трудности	2		

3 год обучения (34 часа)

Раздел	Количество часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Я – фантазер	13	Я - третьеклассник	1	Познавательная	Духовно-нравственное воспитание,

		Кого можно назвать фантазером	2		эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Я умею фантазировать	2		
		Мои сны	2		
		Я умею сочинять	2		
		Мои мечты	2		
		Фантазии и ложь	2		
Я и моя школа	8	Я и моя школа	2	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Что такое лень	2		
		Я и мой учитель	2		
		Как справиться с «немогучками»	2		
Я и мои родители	4	Я и мои родители	2	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Я умею просить прощения	1		
		Почему родители наказывают детей	1		
Я и мои друзья	4	Настоящий друг	1	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Умею ли я дружить	1		
		Трудности в отношениях с друзьями	1		
		Ссора и драка	1		
Что такое сотрудничество	5	Что такое сотрудничество?	1	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Я умею понимать другого	1		
		Я умею разговаривать с людьми	1		
		Мы умеем действовать сообща	1		
		Что такое коллективная работа	1		

4 год обучения (34 часа)

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Введение	1	Введение. Знакомство. Введение в мир психологии	1	познавательная	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание
Кто я? Мои силы, мои возможности.	14	Мое лето	2	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Кто я?	2		
		Какой я – большой или маленький?	1		
		Мои способности	2		
		Мой выбор, мой путь	2		
		Мой внутренний мир	2		
		Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира	1		
		Кого я могу впустить в мой внутренний мир	1		
Что значит верить?	1				
Я расту, я изменяюсь	9	Мое детство	2	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание
		Я изменяюсь	1		
		Мое будущее	2		
		Мое будущее. Каким я хотел стать в будущем?	2		
		Хочу вырасти здоровым человеком	2		

Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?	3	Кто такой интеллигентный человек?	1	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, экологическое воспитание
		Хочу вырасти интеллигентным человеком	1		
		Что такое идеальное Я?	1		
Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?	7	Кто такой свободный человек?	1	Познавательная, досуговая, трудовая, проектная деятельность, коллективное творчество	Духовно-нравственное воспитание, эстетическое, ценности научного познания, трудовое воспитание, гражданское воспитание, патриотическое воспитание
		Права и обязанности школьника	1		
		Что такое «право на уважение»?	1		
		Права и обязанности	1		
		Нарушения прав других людей может привести к конфликтам	1		
		Как разрешить конфликты мирным путем	1		
		Итоговое занятие	1		

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического объединения учителей начальных классов
МБОУ СОШ № 12
от _____ 2021 года № 1

подпись руководителя МО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР
_____ Балабанова Т.Б.
_____ 2021 года

Ф.И.О.