

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 8 имени Героя Советского Союза А.Ф.Щербакова»**

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол от 31.08.2023 г. № 1

Утверждена и введена в действие
приказом директора
МБОУ «Средняя школа № 8»
от 31.08.2023 г. № о/д

Рабочая программа

Кружка *«Тропинка к своему «Я»*

в рамках организации внеурочной деятельности

(социальное направление)

обучающихся 4 класса А

на 2022-2023 учебный год.

Руководитель: Замуруева Е. Г.

г. Рославль,

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» разработана в соответствии

- Федерального закона об образовании от 29 декабря 2012 г №273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 20019 года №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
- программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе (1-4). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2012г.
- учебно-методического пособия О. В. Гайвас, Л. Н. Урбанович «От добрых слов – к добрым делам»

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Духовно-нравственный кризис современного общества, утрата духовно-нравственных ориентиров, система складывающихся в молодежной субкультуре идеалов и ценностей имеет деструктивный, а порой и социально опасный характер.

Явный приоритет приобрели материальные ценности по сравнению с духовными. Это ведет к формированию ложных целей жизни, изменению ценностных ориентаций, и, как следствие, к искаженному пониманию категорий добра и зла. В значительной степени утрачены идеалы служения ближним, чести, долга. Основные устремления человека сосредотачиваются на получении удовольствий, достижении собственного комфортного существования. Как следствие наблюдается рост социальной агрессии. В настоящее время в нашей стране недопустимо высокий уровень детской и подростковой преступности, проявляется культ силы и насилия, неадекватная агрессивность и немотивированная жестокость. Возникший духовный вакуум создал благоприятную почву для искажения нравственного сознания.

Программа также 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. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Новизна программы

Очевидно, что духовно-нравственное воспитание детей приобретает чрезвычайную значимость. Без решения этой проблемы любые позитивные шаги по преодолению существующего кризиса не дадут сколько-нибудь значительных результатов. Начальная школа играет ключевую роль в становлении личности ребёнка.

Сочетание тем курса «Тропинка к своему Я» и материалов учебно-методического пособия О. В. Гайвас, Л. Н. Урбанович «От добрых слов – к добрым делам» способствуют

- развитию духовной нравственности воспитанников, их личностных качеств
- - 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.

Цель занятий: формирование и сохранение психологического и духовно-нравственного здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.
9. Воспитание, социально-педагогическая поддержка становления и развития высоконравственного, ответственного, творческого, инициативного, компетентного гражданина России.

Описание места предмета в учебном плане

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами начального общего образования курс психологических занятий «Тропинка к своему Я» изучается с 1 по 4 класс по одному часу в неделю (34ч. в год). Общий объём учебного времени во 4 классе составляет 34 часа.

Общая характеристика предмета:

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента:

аксиологический (связанный с сознанием), **инструментально-технологический** и **потребностно-мотивационный**.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.

- 2.Развёртывание темы.
- 3.Индивидуализация темы.
- 4.Завершение темы

Формы организации учебного процесса:

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

Предполагаемые результаты

К концу обучения курса учащиеся получают возможность:

	Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
Знать	– 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.	- 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.	-осознавать собственную полезность и ценность; - основные способы психологического взаимодействия между людьми; - приемы повышения собственной самооценки; - осознание своего места в мире и обществе;
Уметь	- 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 - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах	- 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; - формулировать собственное мнение и	- работать в группе, в коллективе. -получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе трудности - справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; -взаимодействовать с учителем, сверстниками

	творческой и игровой деятельности.	позицию; - находить свое место в школьной жизни;	- 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

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

1 класс

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.

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.

2 класс

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 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.

3 - 4 класс

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,
обогащать 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.

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 4 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

Раздел 1. Мои силы, мои возможности (11 часов)

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому –четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника?

Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленишка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля! Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?

Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие».

Мой выбор, мой путь .Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь.

Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю. Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно. Что значит верить? Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

Доброслов: Д. С. Лихачев Письмо сорок шестое «Пути доброты», Д. С. Лихачев Письма о добром и прекрасном (письмо двадцать пятое «По велению совести»). Высказывания и афоризмы о верности.

Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (5 часов)

Моё детство. Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю? Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть. Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас. Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

Доброслов: Л. Н. Толстой Детство. Притчи о дружбе. Три лучших друга

Раздел 3. Моё будущее (5 часов)

Как заглянуть во взрослый мир? Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас. Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

Доброслов: Е. Пермяк Надежный человек.

Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? (3 часа)

Кто такой интеллигентный человек и какие качества должны у него присутствовать Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что такое идеальное Я? Доброслов: Д. С. Лихачев Письма о добром и прекрасном (письмо тринадцатое «О воспитанности»)

Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? (8 часов)

Кто такой свободный человек? Права и обязанности школьника. Что такое «право на уважение»? «Мое настоящее». «Мое будущее зависит от меня.». «Мой будущий дом». «Моя будущая профессия». Как можно разрешать конфликты мирным путём? «Мое будущее – 5 класс.

Доброслов: Притча о гвоздях

Для отслеживания результатов четвертого года обучения будут использованы:

В силу специфики предмета полагается целесообразным применять **диагностические методики**. Все применяемые в курсе психодиагностические методы по целевому назначению можно разделить на две группы: диагностика внутри предмета (как дидактический прием), диагностика усвоения знаний и диагностика развития личности.

Диагностика внутри предмета включается в структуру урока и позволяет быстро проиллюстрировать теоретический материал. От конкретной методики можно оттолкнуться во введении к теме, использовать ее как прием в проблемном обучении, а также показать, каким образом психологическое знание реально работает на практике. Для диагностики внутри предмета наиболее подходят популярные методики, которые достаточно просты в использовании и обработке: опросники, методики незаконченных предложений, анкеты, некоторые рисуночные методики.

Диагностика усвоения знаний предполагает использование методик, позволяющих выявить объем и структуру усвоенных знаний.

Декабрь – диагностика нравственной воспитанности обучающихся с использованием методики «Моральная дилемма» (норма взаимопомощи в конфликте с личными интересами).

Май – диагностика нравственной воспитанности обучающихся с использованием методики «Оцени поступок».

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата пл.	Дата факт.	Тема занятия
	04 09		Кто Я? Мои силы, мои возможности (12 часов)
1.	11 09		«Мое лето»
2.	18 09		«Кто Я?»
3.	25 09		«Кто Я?»
4.	02 10		«Какой Я – большой или маленький?»
5.	09 10		«Мои способности»
6.	16 10		«Мой выбор, мой путь» Доброслов Д. С. Лихачев Письмо сорок шестое «Пути доброты»
7.	23 10		«Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?»
8.	13 11		«Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?» Доброслов Д. С. Лихачев Письма о добром и прекрасном (письмо двадцать пятое «По велению совести»)
9.	20 11		Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира»
10.	27 11		«Кого я могу впустить в свой внутренний мир?»
11.	04 12		«Что значит верить?» Доброслов. Высказывания и афоризмы о верности.
			Я расту, я изменяюсь (4 ч)
12.	11 12		«Мое детство» Доброслов Л. Н. Толстой Детство.
13.	18 12		«Мое детство» Доброслов Притчи о дружбе. Три лучших друга
14.	25 12		«Я изменяюсь»
15.	15 01		«Я изменяюсь»
			Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)
16.	22 01		«Мое будущее»
17.	29 01		«Мое будущее» Доброслов Е. Пермяк Надежный человек.
18.	05 02		«Хочу вырасти здоровым человеком»
19.	12 02		«Хочу вырасти здоровым человеком»
			Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)
20.	19 02		«Кто такой интеллигентный человек»
21.	26 02		«Хочу вырасти интеллигентным человеком» Доброслов Д. С. Лихачев Письма о добром и прекрасном (письмо тринадцатое «О воспитанности»)
22.	04 03		«Что такое идеальное Я»
			Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (11 часов)
23.	11 03		«Кто такой свободный человек?»
24.	18 03		«Права и обязанности школьника»
25.	01 04		«Права и обязанности школьника»

26	08 04		«Что такое «право на уважение»?»
27	15 04		«Мое настоящее»
28	22 04		«Мое будущее зависит от меня»
29	06 05		«Мой будущий дом»
30	13 05		«Моя будущая профессия»
31	20 05		«Как разрешать конфликты мирным путем?» Доброслов. Притча о гвоздях
32	31		Диагностика нравственной воспитанности обучающихся с использованием методики «Оцени поступок».
33			«Мое близкое будущее - 5 класс»
34			Итоговое занятие. Доброслов

