

**Муниципальное автономное общеобразовательное
учреждение средняя общеобразовательная школа № 66**

Рассмотрено на заседании ШМО
Руководитель ШМО
 О.В. Тропина
Протокол от 29.08.2023 г. № 1

Согласовано
Заместитель директора по УД
 О.В. Тропина
29.08.2023 г.



Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 66
В.А. Митрофанов
Приказ от 29.08.2023 г. № 79-о

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Тропинка к своему Я»,
начальное общее образование**

Составители:

А.Р. Калимуллина, учитель,
первая квалификационная категория

Екатеринбург, 2023

Содержание курса внеурочной деятельности

Цель программы курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я»: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи программы:

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. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Содержание программы для каждого класса отражает основные направления работы и включает следующие разделы:

Второй класс.

Раздел 1. Я – фантазёр (10часов)

Форма работы: рисунок, урок-беседа

- Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы?
- Школа моей мечты - какая она?
- Что такое фантазия и зачем она нужна человеку?
- Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром?
- Мои сны: что в них правда, а что –фантазии?
- Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии.
- Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

Раздел 2. Я и моя школа (9 часов)

Форма работы: занятие-диспут, просмотр видеофильма

- Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя?
- Школа на планете «Наоборот».Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе?
- Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы –коллектив!
- Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками?» Справиться с ними помогает формула : «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».

Раздел 3. Я и мои родители (6 часов)

Форма работы: интегрированное занятие

- Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная.
- Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям?
- Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости».

- Почему родители наказывают детей?
- Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.

Раздел 4. Я и мои друзья (9 часов)

Форма работы: игра, занятие-диспут

- Каким должен быть настоящий друг.
- Умею ли я дружить и можно ли этому научиться?
- Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся?
- Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере?

Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры?

Третий класс

Раздел 1. Умение владеть собой (8 часов)

Форма работы: урок-беседа, тест

- Я – третьеклассник. Как я изменился за лето?
- Умение владеть собой. Что это значит? Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками, внимательно слушать собеседника – это и есть умение владеть собой. Это умение очень важно для общения с другими людьми.

- Что значит быть хозяином своего «Я»? Какого человека называют ответственным.
- Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?

Раздел 2. Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений (8 часов)

Форма работы: интегрированное занятие

- Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают?
- Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»?
- Что такое хорошо и что такое плохо? Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?
- Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях

Раздел 3. Культура общения (7 часов)

Форма работы: игра, занятие-диспут

- Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения? Правила общения, которые вырабатывались людьми в течение многих веков, необходимо соблюдать, чтобы не обидеть собеседника и самому не попасть в неловкую ситуацию. Всегда важно помнить, что есть граница между тем, что хочется, и тем, что можно.
- Волшебные слова: приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор.
- Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине. Как эти правила помогают в общении.
- Мальчик и девочка. Культура общения полов. Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки.
- Как правильно познакомиться?
- Как правильно держать себя, чтобы понравиться?

Раздел 4. Что такое сотрудничество? (11 часов)

Форма работы: рисунок, просмотр видеофильма

- Сотрудничество – это умение делать дело вместе.
- Что значит понимать другого и как можно этому научиться?
- Как научиться договариваться с людьми?
- Что такое коллективная работа?

Четвёртый класс

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

Форма работы: урок-беседа, рисунок, тест

- 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?
- 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!

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

Форма работы: занятие-диспут

- 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?

Раздел 3. Моё будущее (5 часов)

Форма работы: рисунок, интегрированное занятие

- 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?

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

Форма работы: урок-беседа, проект

- Поведение человека зависит от его качеств.
 - Кто такой интеллигентный человек и какие качества должны у него присутствовать?
- Портрет интеллигентного человека.

- Что такое идеальное Я?

Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? (10 часов)

Форма работы: урок-беседа, проект, интегрированное занятие

- Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется?
- Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице».
- Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»?
- В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе».
- Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?

II. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные универсальные учебные действия

У учащегося будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;

Ученик получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;

- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.

Познавательные универсальные учебные действия

Ученик 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;

Ученик получит возможность научиться:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия

Ученик научится:

- 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.

Ученик получит возможность научиться:

- 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.

III. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности

Второй класс

№п/п	Раздел программы// Название темы	Кол-во часов
Раздел 1. Я – фантазёр		10 часов
1-2	Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы?	2
3	Школа моей мечты - какая она?	1
4	Что такое фантазия и зачем она нужна человеку?	1
5-6	Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром?	2
7	Мои сны: что в них правда, а что – фантазии?	1
8	Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии.	1
9-10	Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.	2
Раздел 2. Я и моя школа		9 часов
11-12	Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя?	2
13-14	Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе?	2
15-16	Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив!	2
17-19	Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками»? Справиться с ними помогает формула : «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».	3
Раздел 3. Я и мои родители		6 часов
20-21	Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная.	2
22	Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям?	1
23	Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости».	1
24	Почему родители наказывают детей?	1
25	Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.	1
Раздел 4. Я и мои друзья		9 часов
26-27	Каким должен быть настоящий друг.	2
28	Умею ли я дружить и можно ли этому научиться?	1
29-30	Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся?	2
31-32	Какие у меня есть «колочки» и как избавиться от «колочек» в моём характере?	2
33-34	Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры?	2

Третий класс

№п/п	Раздел программы// Название темы	Кол-во часов
Раздел 1. Умение владеть собой		8 часов
1-2	Я – третьеклассник. Как я изменился за лето?	2
3-4	Умение владеть собой. Что это значит? Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками, внимательно	2

	слушать собеседника – это и есть умение владеть собой. Это умение очень важно для общения с другими людьми.	
5-6	Что значит быть хозяином своего «Я»? Какого человека называют ответственным.	2
7-8	Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?	2
Раздел 2. Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений		8 часов
9-10	Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают?	2
11-12	Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»?	2
13-14	Что такое хорошо и что такое плохо? Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?	2
15-16	Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях	2
Раздел 3. Культура общения		7 часов
17-18	Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения? Правила общения, которые выработывались людьми в течение многих веков, необходимо соблюдать, чтобы не обидеть собеседника и самому не попасть в неловкую ситуацию. Всегда важно помнить, что есть граница между тем, что хочется, и тем, что можно.	2
19	Волшебные слова: приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор.	1
20	Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине. Как эти правила помогают в общении.	1
21	Мальчик и девочка. Культура общения полов. Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки.	1
22	Как правильно познакомиться?	1
23	Как правильно держать себя, чтобы понравиться?	1
Раздел 4. Что такое сотрудничество?		11 часов
24-26	Сотрудничество – это умение делать дело вместе.	3
27-28	Что значит понимать другого и как можно этому научиться?	2
29-31	Как научиться договариваться с людьми?	3
32-34	Что такое коллективная работа?	3

Четвертый класс

№п/п	Раздел программы// Название темы	Кол-во часов
Раздел 1. Мои силы, мои возможности		11 часов
1	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?	1
2	Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?	1
3	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 +	1

	трудолюбие».	
4	Мой выбор, мой путь.	1
5	Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни.	1
6	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.	1
7	Мой внутренний мир.	1
8	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.	1
9	Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно.	1
10	Что значит верить?	1
11	Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!	1
Раздел 2. Я расту, я изменяюсь		5 часов
12	Моё детство.	1
13	Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю?	1
14	Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть.	1
14	Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас.	1
16	Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?	1
Раздел 3. Моё будущее		5 часов
17	Как заглянуть во взрослый мир?	1
18-19	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.	2
20-21	Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?	2
Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно?		3 часа
22	Поведение человека зависит от его качеств.	1
23	Кто такой интеллигентный человек и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека.	1
24	Что такое идеальное Я?	1
Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?		10 часов
25-26	Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется?	2
27-28	Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице».	2
29-30	Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если	2

	нарушено моё «право на уважение»?	
31-32	В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе».	2
33-34	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?	2

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 98972918216828532255789598799073225606492451651

Владелец Митрофанов Василий Анатольевич

Действителен с 04.07.2023 по 03.07.2024