

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа пос. Степняки муниципального района
Приволжский Самарской области**

Рассмотрено:

на педагогическом совете

№ 1 от «30» августа 2021г

Проверено:

И.ф. Зам. директора по УВР

«27» августа 2021г

_____ Л.В. Миллер

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ пос. Степняки

«30» августа 2021г

_____ О.Н. Харитонова

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ТРОПИНКА К СВОЕМУ- Я

2021-2022 учебный год

Рабочая программа для 1-4 класса разработана на основе программы формирования духовно- нравственных чувств младших школьников «Тропинка к своему- Я».

Рабочая программа - индивидуальный инструмент педагога, в котором он определяет наиболее оптимальные и эффективные для определенного класса содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям стандарта. Учитель может внести коррективы во все структурные элементы программы с учетом особенностей своего образовательного учреждения и особенностей обучающихся конкретного класса.

Актуальность программы определена тем, что одной из важнейших задач образования в настоящее время является освоение детьми духовных ценностей, накопленных человечеством.

Уровень нравственности человека отражается на его поведении, которое контролируется его внутренними побуждениями, собственными взглядами и убеждениями. Выработка таких взглядов, убеждений и привычек составляет сущность нравственного воспитания.

Новизна программы в том, что она направлена на поддержку становления и развития высоконравственного, творческого, компетентного гражданина России. Программа обеспечивает реализацию одного из направлений духовно-нравственного воспитания и развития: воспитание нравственных чувств и этического сознания младшего школьника.

Предлагаемая программа занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение духовно нравственного 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 духовно- нравственное развитие ребёнка, 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.

Курс занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- 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 курса : формирование и сохранение 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.

Ожидаемые результаты:

Систематические занятия по данной программе предполагают формирование *личностных УУД*:

- понимание себя,
- адекватная самооценка,
- установка на здоровый образ жизни,
- понимание чувств других людей и сопереживание им,
- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе,
- знание основных моральных норм и установка на их выполнение.

В сфере регулятивных УУД учащиеся получают возможность:

- в сотрудничестве с психологом ставить задачи по самопознанию, самовоспитанию,
- проявлять познавательную активность,
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей,
- контролировать и оценивать свои действия.

В сфере коммуникативных УУД у обучающихся будут развиваться:

- умение учитывать мнение своего собеседника,
- умение организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию со взрослым, сверстниками, родителями,
- умение вступать в диалог.

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.

Принципы определения содержания программы курса «Тропинка к своему-я»

Принцип обучения в атмосфере предмета. В основе лежит закон художественного восприятия и межличностного отношения. Чтобы ребенок смог воспринимать информацию, его надо к этому подготовить, поставить в ситуацию сопереживания той информации, которая должна быть усвоена, принцип сопереживания и взаимопонимания.

Принцип личностно-ценностного соответствия взаимосвязан с первым принципом и состоит в том, чтобы необходимо обеспечить личностное отношение ребенка к тому содержанию, с которым будет знакомиться.

Описание места предмета в учебном плане

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами начального общего образования курс занятий «Тропинка к своему Я» изучается с 1 по 4 класс по одному часу в неделю (34ч. в год). Общий объём учебного времени составляет 136 часов.

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.

Формы и виды деятельности:

- игровая;
- познавательная;
- сюжетно – ролевая;

посещение музея и библиотек, столовой.

Формы контроля: входная, промежуточная, итоговая диагностика.

Описание места предмета в учебном плане

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами начального общего образования курс занятий «Тропинка к своему Я» изучается с 1 по 4 класс по одному часу в неделю (34ч. в год). Общий объём учебного времени составляет 136 часов.

Срок реализации программы – 4 года.

- Направление программы: духовно-нравственное
- Программа рассчитана на детей от 6,5 - 10 лет.
- Состав: постоянный.
- Набор: свободный.

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

Обучающиеся получают возможность научиться:

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

Обучающиеся получают возможность научиться:

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 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

Обучающиеся получают возможность научиться:

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
- 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:

- 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.

Средства формирования УУД: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), **метод творческого самовыражения** (литературное, художественное и др. виды творчества), **методы психической саморегуляции и тренировки психических функций** (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении младших школьников имеют исключительное значение.

К **результатам обучения** относятся **психологические знания** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), **психологические умения** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), **навыки** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), **опыт творческой самодеятельности, овладение культурой общения, , формирование эмоционально-целостного отношения** к психологической реальности и действительности в целом.

Межпредметные связи:

Курс психологии эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

- в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);
- в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);
- в включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

Формы контроля знаний

Дифференцированные карточки-задания, самостоятельные работы; фронтальный и индивидуальный опрос; отчеты по практическим и лабораторным работам; творческие задания.

При проведении занятий в 1- 4 классах необходимо использование следующих технологий:

1. Личностно-ориентированные технологии.
2. Технологию разноуровневого (дифференцированного) обучения.
3. Диалогические технологии.
4. КСО
5. Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
6. Коммуникативно-информационные технологии.
7. Технология учебно-игровой деятельности.
8. Технология проектной деятельности.

Тематическое планирование предусматривает организацию работы как со слабоуспевающими детьми, так и с одаренными.

Работа с одаренными детьми

- Постоянно стимулировать их познавательную активность.
- Поощрять или организовывать знакомство с материалом, который обычно не включается в стандартный учебный план.
- Формировать большую мыслительную гибкость в отношении используемых материалов, времени и ресурсов.
- Предъявлять более высокие требования к самостоятельности и целеустремленности в решении задач.
- Стремиться осуществлять учебный процесс в соответствии с познавательными потребностями, а не заранее установленной жесткой последовательности.

Во внеурочной деятельности предполагается привлечение ребят к участию в конкурсах, турнирах, интерактивных играх и т.д.

Первый класс

**Содержание программы «Тропинка к своему Я. 1 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)
теория-17 часов, практика-17 часов.**

Методы и приемы работы:

- игровая терапия,
- музыкотерапия,

- ролевая терапия,
- сказкотерапия,
- терапия, ориентированная на формирование адекватной самооценки.

Оценка эффективности:

В начале года (сентябрь) и в конце года (май) проводится обследование по проективным методикам «ДДЧ», кинетический рисунок семьи, «Что мне нравится в школе», анкете «Оценка психического и психоневрологического статуса», отслеживается динамика эмоционально-личностных и мотивационных изменений.

Ожидаемые результаты:

Систематические занятия по данной программе предполагают формирование *личностных УУД*:

- понимание себя,
- адекватная самооценка,
- установка на здоровый образ жизни,
- понимание чувств других людей и сопереживание им,
- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе,
- знание основных моральных норм и установка на их выполнение.

В сфере регулятивных УУД обучающиеся получают возможность:

- в сотрудничестве с учителем ставить задачи по самопознанию, самовоспитанию,
- проявлять познавательную активность,
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей,
- контролировать и оценивать свои действия.

В сфере коммуникативных УУД у обучающихся будут развиваться:

- умение учитывать мнение своего собеседника,
- умение организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию со взрослым, сверстниками, родителями,
- умение вступать в диалог.

Содержание программы

1. Диагностика – 1ч.

Тестирование по проективным тестам «ДДЧ», кинетический рисунок семьи, «Что мне нравится в школе», анкете «Оценка психического и психоневрологического статуса».

2. Я - школьник – 1ч.

Осознание позиции школьника. Ценности школьника.

3. Зачем мне нужно ходить в школу – 1ч.

Важность образования. Полезность людям.

4. Мой класс. Какие ребята в моем классе – 1ч.

Понятие «коллектив». Умение начать и закончить разговор. Умение присоединиться к группе. Умение принять отказ. Просить прощение – это нормально. Хорошие поступки окружающих и наши. Притязания на социальное признание.

5. Мои друзья в классе -1ч.

Дружба. Правила дружбы. Что мешает и помогает дружбе.

6. Мои успехи в школе. Моя учебная сила – 1ч.

Мотивация достижений. Люди, которые помогают в учебе.

Положительные качества характера. Умение управлять собой.

7. Радость. Что такое мимика – 1ч.

Что такое мимика. Радость. Как её доставить другому человеку.

8. Радость. Как ее доставить другому человеку – 1ч.

Радость можно передать прикосновением. Радость можно передать взглядом.

9. Жесты – 1ч.

Общение без слов. Жесты, используемые учителем.

10. Грусть – 1ч.

Невербальные проявления чувства грусти. Взаимосвязь мыслей и настроения. Умение управлять своими чувствами. Способы поднятия настроения.

11. Страх – 1ч.

Страх, его проявления. Относительность чувства страха.

12. Как справиться со страхом – 1ч.

Преодоление страха. Выражение чувства страха в рисунке. Эмпатия, сопереживание другим людям.

13. Гнев – 1ч.

Гнев. Способы борьбы с гневом. Зависимость гнева от других чувств.

14. Может ли гнев принести пользу – 1ч.

Защитная агрессия. Защита себя и других.

15. Обида – 1ч.

Чувство обиды. Как избавиться от обиды.

16. Разные чувства – 1ч.

Мир человеческих чувств. Чувства – это особая часть каждого человека. Осознание собственных чувств. Определение эмоционального состояния других людей. Способы выражения эмоций. Умение владеть своими чувствами. Делиться чувствами не только можно, но и нужно.

17. Диагностика – 1ч.

Тестирование по проективным тестам «ДДЧ», кинетический рисунок семьи, «Что мне нравится в школе», анкете «Оценка психического и психоневрологического статуса».

Тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	В том числе		Контроль
			Теор.	Практ.	
1	Диагностика	1		1	Результаты диагностики
2	Я - школьник	1		1	
3	Зачем мне нужно ходить в школу	1		1	
4	Мой класс. Какие ребята в моем классе	1		1	
5	Мои друзья в классе	1		1	
6	Мои успехи в школе. Моя учебная сила	1		1	
7	Радость. Что такое мимика	1		1	
8	Радость. Как ее доставить другому человеку	1		1	
9	Жесты	1		1	
10	Грусть	1		1	
11	Страх	1		1	

12	Как справиться со страхом	1		1	
13	Гнев	1		1	
14	Может ли гнев принести пользу	1		1	
15	Обида	1		1	
16	Разные чувства	1		1	
17	Диагностика	1		1	Результаты диагностики
	Всего	17		17	

Второй класс

**Содержание программы «Тропинка к своему Я. 2 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)
теория-17 часов, практика-17 часов.**

Методы и приемы работы:

- Игровая терапия,
- музыкотерапия,
- ролевая терапия,
- сказкотерапия,
- терапия, ориентированная на формирование адекватной самооценки.

Оценка эффективности:

В начале года (сентябрь) и в конце года (май) совместно с учителем проводится оценка коммуникативных и личностных УУД по карте наблюдений, тестирование по проективному тесту «ДДЧ», мотивационной анкете Лускановой.

Ожидаемые результаты:

Систематические занятия по данной программе предполагают формирование *личностных УУД*:

- понимание себя,
- адекватная самооценка,
- установка на здоровый образ жизни,
- понимание чувств других людей и сопереживание им,
- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе,
- знание основных моральных норм и установка на их выполнение.

В сфере регулятивных УУД второклассники получают возможность:

- в сотрудничестве с учителем ставить задачи по самопознанию, самовоспитанию,
- проявлять познавательную активность,
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей,
- контролировать и оценивать свои действия.

В сфере коммуникативных УУД обучающиеся будут развиваться:

- умение учитывать мнение своего собеседника,
- умение организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию со взрослым, сверстниками, родителями,
- умение вступать в диалог.

Содержание программы 2 класс

1. Диагностика – 1ч.

Тестирование по проективному тесту «ДДЧ», мотивационной анкете Лускановой.

2. Вспомним чувства. Понимаем чувства другого -1ч.

Эмоциональный мир человека. Понимание своего внутреннего мира и чувств другого человека.

3. Мы испытываем разные чувства – 1ч.

Принятие себя, своего эмоционального мира.

4. Люди отличаются друг от друга своими качествами – 1ч.

Понятие «качества людей». Хорошие и плохие качества.

5. Хорошие качества людей – 1ч.

В каждом человеке есть хорошие качества, за которые его можно уважать.

6. Кто такой сердечный, кто такой доброжелательный человек? – 1ч.

Отличие сердечных и доброжелательных людей.

7. Трудно ли быть доброжелательным человеком – 1ч.

Поступки, которые делают человека лучше.

8. Очищаем свое сердце – 1ч.

Техники снятия напряжения.

9. В каждом человеке есть темные и светлые качества – 1ч.

Разные ситуации – проявление разных качеств.

10. Какой я – 1ч.

Каждый человек может развить такие качества, какие он хочет.

11. Какой ты – 1ч.

Внимание к другому человеку.

12. Трудности второклассника в школе, дома, на улице – 1ч.

Трудности есть у каждого человека.

13. Школьные трудности – 1ч.

Преодоление школьных трудностей.

14. Домашние трудности – 1ч.

Преодоление домашних трудностей.

15. Я – успешный человек – 1ч.

Уверенность в себе, своих силах.

16. Диагностика – 2ч.

Тестирование по проективному тесту «ДЧ», мотивационной анкете Лускановой.

Тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	В том числе		Контроль
			Теор.	Практ.	
1	Диагностика	1		1	Результаты диагностики
2	Вспомним чувства. Понимаем чувства другого	1		1	
3	Мы испытываем разные чувства	1		1	
4	Люди отличаются друг от друга своими качествами	1		1	
5	Хорошие качества людей	1		1	
6	Кто такой сердечный, кто такой доброжелательный человек?	1		1	
7	Трудно ли быть доброжелательным человеком	1		1	
8	Очищаем свое сердце	1		1	

9	В каждом человеке есть темные и светлые качества	1		1	
10	Какой я	1		1	
11	Какой ты	1		1	
12	Трудности второклассника в школе, дома, на улице	1		1	
13	Школьные трудности	1		1	
14	Домашние трудности	1		1	
15	Я – успешный человек	1		1	
16	Диагностика	1		2	Результаты диагностики
	Всего	17		17	

Третий класс

**Содержание программы «Тропинка к своему Я. 3 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)
теория-17 часов, практика-17 часов.**

Методы и приемы работы:

- Игровая терапия,
- музыкотерапия,
- когнитивно-поведенческая терапия,
- ролевая терапия,
- сказкотерапия,
- терапия, ориентированная на формирование адекватной самооценки.

Оценка эффективности:

В начале занятий и в конце совместно с учителем проводится оценка коммуникативных и личностных УУД по карте наблюдений, тестирование по мотивационной анкете Лускановой.

Ожидаемые результаты:

Систематические занятия по данной программе предполагают формирование *личностных УУД*:

- понимание себя,
- адекватная самооценка,
- установка на здоровый образ жизни,
- понимание чувств других людей и сопереживание им,
- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе,
- знание основных моральных норм и установка на их выполнение.

В *сфере регулятивных УУД* учащиеся получают возможность:

- в сотрудничестве с учителем ставить задачи по самопознанию, самовоспитанию,
- проявлять познавательную активность,
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей,
- контролировать и оценивать свои действия.

В *сфере коммуникативных УУД* у обучающихся будут развиваться:

- умение учитывать мнение своего собеседника,
- умение организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию со взрослым, сверстниками, родителями,
- умение вступать в диалог.

Содержание программы

1. Диагностика – 1ч.

Мотивационная анкета Лускановой.

2. Я – третьеклассник – 1ч.

Осознание своего взросления, тренировка в понимании своего эмоционального мира и мира других людей.

3. Я умею фантазировать – 4ч.

Фантазирование как умение. Сны. Мечты. Фантазии и ложь.

4. Я и моя школа. Что такое лень? Как справиться с «Немогучками» – 2ч.

Осознание позиции ученика. Умение справиться с ленью. Осознание равенства между хочу и могу, не хочу и не могу.

5. Я и мой учитель – 1ч.

Принятие учителя таким, какой он есть.

6. Я и мои родители. Я умею просить прощение – 1ч.

Осознание требований родителей, сопоставление их со своими возможностями и желаниями. Для чего нужно уметь просить прощение.

7. Почему родители наказывают детей – 1ч.

Можно ли обходиться без наказаний. Как можно исправить свое поведение.

8. Настоящий друг. Умею ли я дружить – 1ч.

Качества, составляющие образ настоящего друга. Умение дружить.

9. Трудности в отношениях с друзьями. Ссора и драка – 1 ч.

Что мешает конструктивным взаимоотношениям. Как можно избежать ссор и драк.

10. Что такое сотрудничество? – 1ч.

Умения, из которых складывается сотрудничество.

11. Я умею понимать другого, я умею договариваться с людьми – 1ч.

Тренировка умений, необходимых в совместной работе.

12. Что такое коллективная работа. Умеем действовать сообща – 1ч.

Умение работать в коллективе. Лидеры и ведомые.

13. Диагностика – 1ч.

Мотивационная анкета Лускановой.

Тематическое планирование в 3 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов	В том числе		Контроль
			Теор.	Практ.	
1	Диагностика	1		1	Результаты диагностики
2	Я – третьеклассник	1		1	
3	Я умею фантазировать	4		4	
4	Я и моя школа. Что такое лень? Как справиться с «Немогучками»	1		2	
5	Я и мой учитель	1		1	
6	Я и мои родители. Я умею просить прощение	1		1	
7	Почему родители наказывают детей	1		1	
8	Настоящий друг. Умею ли я дружить	1		1	
9	Трудности в отношениях с друзьями. Ссора и драка	1		1	
10	Что такое сотрудничество?	1		1	
11	Я умею понимать другого, я умею договариваться с людьми	1		1	

12	Что такое коллективная работа. Умеем действовать сообща	1		1	
13	Диагностика	1		1	Результаты диагностики
	Всего	17		17	

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

теория-17 часов, практика-17 часов.

Методы и приемы работы:

- Игровая терапия,
- арттерапия,
- музыкотерапия,
- когнитивно-поведенческая терапия,
- ролевая терапия,
- сказкотерапия,
- терапия, ориентированная на формирование адекватной самооценки.

Оценка эффективности:

В начале занятий и в конце совместно с учителем проводится оценка коммуникативных и личностных УУД по карте наблюдений, тестирование по мотивационной анкете Лускановой и проективному тесту «Дом-дерево-человек».

Ожидаемые результаты:

- Систематические занятия по данной программе предполагают формирование *личностных УУД*:
- понимание себя,
 - адекватная самооценка,

- установка на здоровый образ жизни,
- понимание чувств других людей и сопереживание им,
- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе,
- знание основных моральных норм и установка на их выполнение.

В сфере регулятивных УУД учащиеся получают возможность:

- в сотрудничестве с учителем ставить задачи по самопознанию, самовоспитанию,
- проявлять познавательную активность,
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей,
- контролировать и оценивать свои действия.

В сфере коммуникативных УУД у обучающихся будут развиваться:

- умение учитывать мнение своего собеседника,
- умение организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию со взрослым, сверстниками, родителями,
- умение вступать в диалог.

Содержание программы

14. Диагностика – 1ч.

Мотивационная анкета Лускановой и тест «ДДЧ».

15. Кто я? Какой я – большой или маленький?– 1ч.

Осознание социальных ролей. Самостоятельность взрослых людей.

16. Мой выбор, мой путь – 1ч.

Умение делать правильный выбор в сложных ситуациях, жизненный выбор.

17. Мой внутренний мир – 1ч.

Умение замечать красивое и удивительное, Уникальность внутреннего мира каждого человека.

18. Что значит верить? – 1ч.

Поддержка человека в трудную минуту .

19. Мое детство. Я изменяюсь – 1ч.

Осознание происходящих изменений.

20. Мое будущее – 1ч.

Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо делать для этого что-то сейчас.

21. Хочу вырасти здоровым человеком! – 1ч.

Эмоциональная грамотность как умение понимать свои чувства и чувства другого человека.

22. Хочу вырасти интеллигентным человеком! – 1ч.

Интеллигентность как обладание внутренней культурой. Качества интеллигентного человека.

23. Что такое идеальное «Я»? – 1ч.

Идеальное «Я» как сумма тех качеств, которыми человек хотел бы обладать.

24. Кто такой свободный человек? – 1ч.

Осознание личной свободы и свободы других.

25. Права и обязанности школьника – 1ч.

26. Что такое право на самоуважение? -1ч.

Способы борьбы за свои права.

27. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам – 1ч.

28. Как разрешить конфликты мирным путем? – 2ч.

Умение выходить из конфликта мирным путем.

29. Диагностика – 1ч.

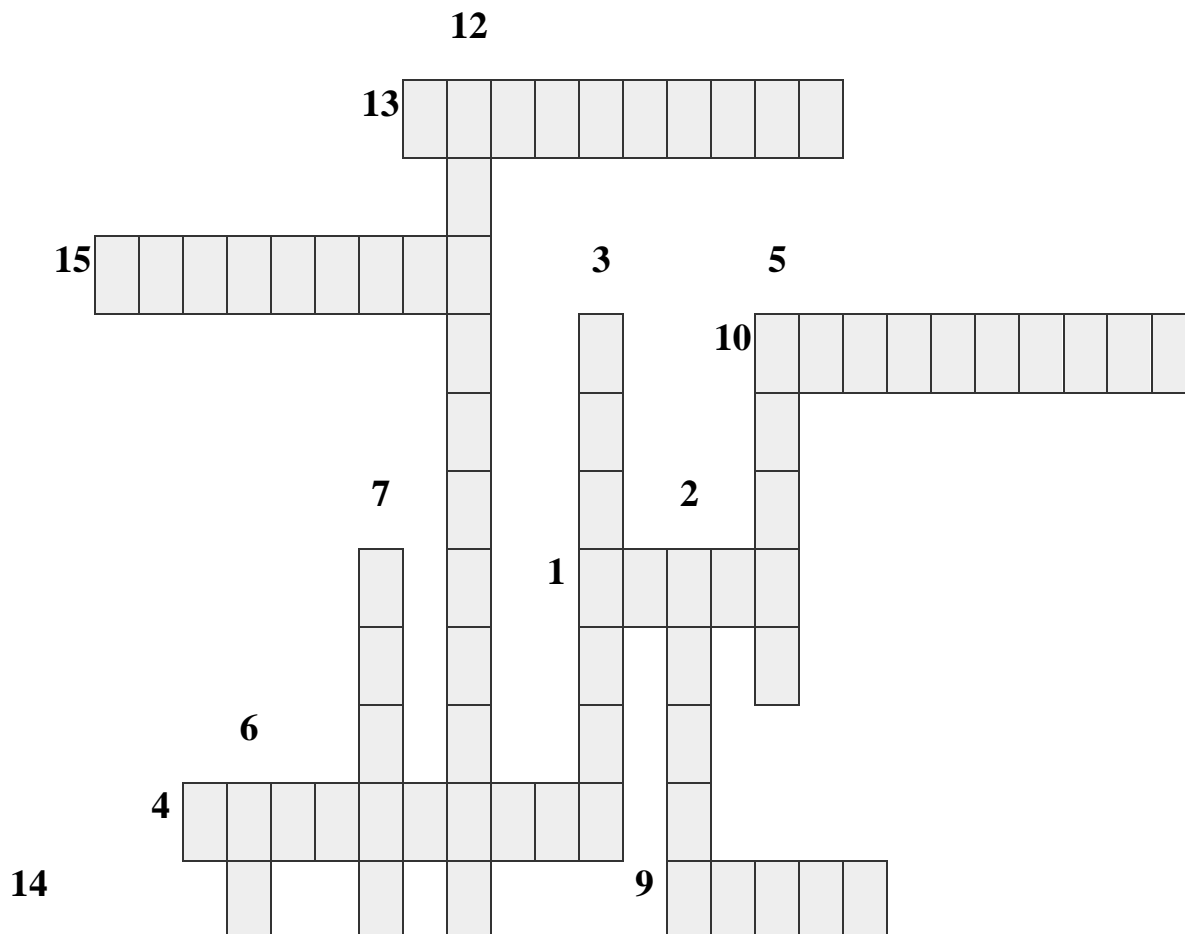
Тематическое планирование 4 класс

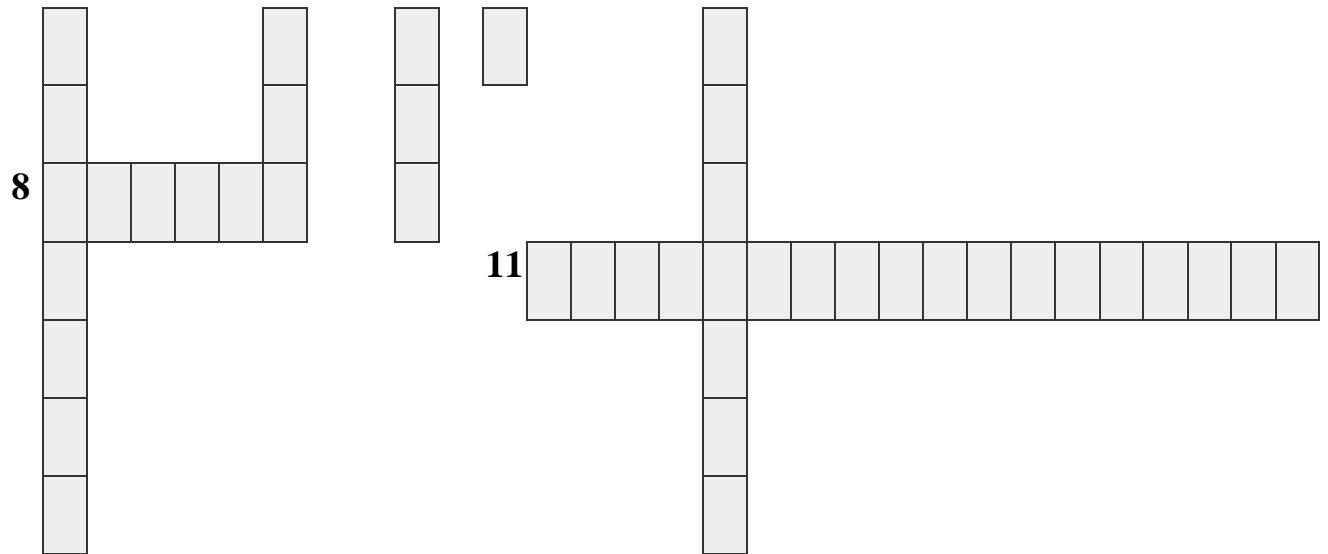
№ п/п	Тема	Кол-во часов	В том числе		Контроль
			Теор.	Практ.	
1	Диагностика	1		1	Результаты диагностики
2	Кто я? Какой я – большой или маленький?–	1		1	
3	Мой выбор, мой путь	1		1	
4	Мой внутренний мир	1		1	
5	Что значит верить?	1		1	
6	Мое детство. Я изменяюсь	1		1	
7	Мое будущее	1		1	
8	Хочу вырасти здоровым человеком!	1		1	
9	Хочу вырасти интеллигентным человеком!	1		1	
10	Что такое идеальное «Я»?	1		1	
11	Кто такой свободный человек?	1		1	
12	Права и обязанности школьника	1		1	

13	Что такое право на самоуважение?	1		1	
14	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1		1	
15	Как разрешить конфликты мирным путем?	2		2	
16	Диагностика	1		1	Результаты диагностики
	Всего	17		17	

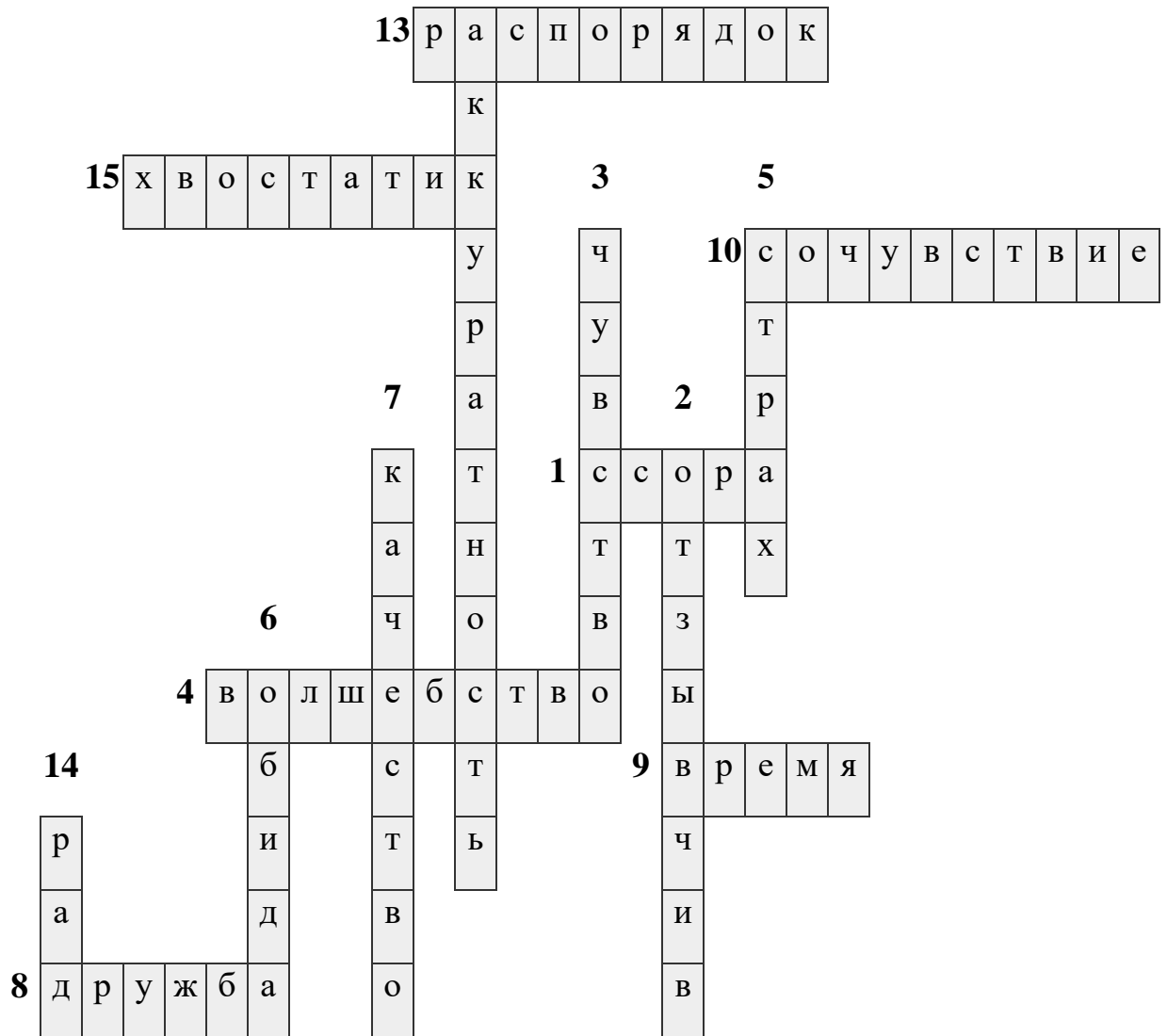
Приложение 1.

Кроссворд к курсу «Тропинка к своему Я», 2 класс.





12



О
С
Т
Ь

11 д о б р о ж е л а т е л ь н о с т ь
С
Т
Ь

По горизонтали:

1. Может произойти между друзьями, когда они обижены.
4. Чем обладала фея, которая помогла мальчику избавиться от страхов в сказке «Как мальчик боялся темноты»?
8. Добрые и доверительные отношения между людьми.
9. За ним нужно следить, чтобы не опоздать в школу.
10. Способность переживать за другого человека.
11. Качество человека, желающего всем добра.
13. Режим дня другими словами.
15. Герой из сказки с большим хвостом; спас из реки сестру Хвосты.

По вертикали:

2. Качество человека, который готов всегда всем помочь.
3. Эмоциональное переживание человека.
5. Отрицательная эмоция, возникает, когда человек боится.
6. Отрицательное чувство, возникает, когда злишься на близкого человека.
7. Особенности каждого человека, могут быть плохими и хорошими.
12. Антоним слова «неряшливость».

14. Чувство счастья, испытываем, когда происходит что-то хорошее.

