

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
ГОРОДА ЯСНОГОРСКА ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Согласовано:
Зам. директора по У ВР
_____ Е.В. Бирюкова



Утверждаю:
Директор МОУ «СОШ №2»
_____ Н.В. Трофимова
Приказ № 127 от 01.09.15 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
для детей 10-11 лет

Направленность: социальная
Срок реализации 1 год.

Принято на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 28.08.2015 г.

Составитель:
учитель начальных классов
первой квалификационной категории
Еремина О. В.

ЯСНОГОРСК
2015 г.

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему «Я» разработана на основе **авторской программы** Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я» (Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе (1 – 4). –М.: «Генезис», 2014.)

Данная программа является составной частью основной образовательной программы начального общего образования образовательного учреждения, разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и **направлена** на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, 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.

Курс психологических 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.

Цели и задачи

Цель курса психологических занятий: повышение психологической культуры младших школьников, формирование установки на преодоление школьных трудностей, сохранение психологического здоровья младших школьников.

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 навыки произвольного внимания и восприятия, обучить приемам образного и логического запоминания, обучить приемам аналитико-синтетической деятельности.
5. Познакомить с приемами целеполагания и планирования деятельности;
6. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся, формировать связную и последовательную речь.

В рабочей программе отмечены темы уроков направленные на реализацию экспериментальной работы по теме «Формирование гражданской идентичности обучающихся» (в календарно-тематическом планировании «Эксп.»), и инновационного образовательного проекта: «Создание модели формирования толерантности, доверия, психологического комфорта как ресурса развития образовательной среды через внеурочную и урочную деятельность» (в календарно-тематическом планировании «Ин.пр.») на региональном уровне.

Описание места предмета в учебном плане

Рабочая программа внеурочной деятельности по психологии «Тропинка к своему «Я» ориентирована на обучающихся 4-ых классов. Тематическое планирование рассчитано на 1 учебный час в неделю, что составляет **35 учебных часов в год в 4 классе. Данное количество часов, содержание предмета полностью соответствуют варианту авторской программы внеурочной деятельности по психологии «Тропинка к своему «Я» Хухлаевой О.В. Тропинка к своему «Я» (Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе(1 – 4). –М.: «Генезис», 2014.)**

1. Основное содержание программы.

Раздел 1. Я школьник. Мои мечты. (10 часов)

Я – четвероклассник. Кого можно назвать фантазером. Я умею фантазировать. Мои сны. Я умею сочинять. Мои мечты. Фантазии и ложь.

Раздел 2. Я и моя школа (8 часа)

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

Раздел 3. Я и моя семья (10 часов)

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

Раздел 4. Я и мои друзья. (6 часа)

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

Раздел 5. Что такое сотрудничество? (8 часов)

Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого и как можно этому научиться. Я умею договариваться с людьми. Мы умеем действовать сообща. Что такое коллективная работа?

Раздел 6. Кто Я? Мои силы, мои возможности. (12 часов)

Кто Я? Какой я - большой или маленький? Из каких маленьких частичек я состою. Я – человек! Я – житель планеты Земля. Мои способности. Что я умею и чем горжусь? Мой выбор, мой путь. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. От нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге

мы пойдём, как сложится наша жизнь. Мой внутренний мир. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира. Кого я могу впустить в свой внутренний мир. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю. Что значит верить? Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

Раздел 7. Я расту, я изменяюсь. (5 часа)

Моё детство. Я расту, я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? Хочу вырасти здоровым человеком! Хочу вырасти свободным человеком. Что для этого нужно?

Раздел 8. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)

Раздел 9. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (5 часов)

Раздел 10. Заключение.

3. Ожидаемые, планируемые результаты

Личностные результаты.

- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,
- умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни,
- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям
- формирование самооценки - осознание своих возможностей в учении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;

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

Регулятивные УУД:

- организовывать свое рабочее место
- принимать и сохранять учебную задачу
- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- определять план выполнения заданий внеурочной деятельности, жизненных ситуациях под руководством учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей
- уметь справляться со страхами, обидами, гневом

- быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий.

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
- умение структурировать знания;
- моделировать (преобразовывать объект из чувственной формы в пространственно-графическую или знаково-символическую модель) ситуацию с помощью учителя
- сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие
- группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.
- самостоятельное формулирование проблемы;
- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера
- поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;
- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определять цели, функций участников, способы взаимодействия;
- учиться работать в паре и в группе, управлять поведением партнера – оценивать, контролировать и корректировать действия партнера;
- выполнять различные роли;
- слушать и понимать речь других ребят;
- уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников;
- уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
- владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;
- задавать вопросы, проявляя инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешать конфликты, выявлять проблемы, находить и оценивать альтернативные способы разрешения конфликта, реализация принятого решения.
-

2. Тематическое планирование (68 часа)

п/п	Тема занятия	Решаемая проблема	Планируемые результаты		
			понятия	метапредметные результаты	личностные результаты
І. Я школьник. Мои мечты. (10 часов)					

1 2	Я – четвероклассник. Позитивное отношение к своему «Я».	внутренняя позиция школьника; позитивное отношение к своему «Я».	мотивация учения	<p>Р. учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению; уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей</p> <p>П. уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя</p> <p>учиться исследовать свои качества и свои особенности</p> <p>учиться наблюдать, сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие</p> <p>вербализировать рефлексивные действия по анализу эмоциональных состояний.</p> <p>К. учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах</p> <p>учиться управлять поведением партнера – оценивать, контролировать и корректировать действия партнера;</p> <p>выполнять различные роли</p>	<p>- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</p> <p>- формирование самооценки</p> <p>- осознание своих возможностей в учении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;</p>
3 4	Кого можно назвать фантазером. Я умею фантазировать.	осознание ценности воображения, умения фантазировать, развитие креативных способностей.	воображение, фантазия, творчество	<p>Р. -учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению</p> <p>быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию и преодолению препятствий.</p> <p>П. -моделировать (преобразовывать объект из чувственной формы в пространственно-графическую или знаково-символическую модель) ситуацию с помощью учителя</p> <p>сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие</p> <p>-рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;</p> <p>К. учиться планировать учебное</p>	<p>- формирование самооценки</p> <p>- осознание своих возможностей в учении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;</p>

				сотрудничество с учителем и сверстниками – определять цели, функций участников, способы взаимодействия;	
5	Мои сны.	развитие креативных способностей.	мысленные картины, эсочные картины	<p>Р. -определять план выполнения заданий внеурочной деятельности, жизненных ситуациях под руководством учителя</p> <p>П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</p> <p>- умение структурировать знания;</p> <p>-самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера</p> <p>-поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска,</p> <p>- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;</p> <p>К. -учиться работать в паре и в группе, управлять поведением партнера – оценивать, контролировать и корректировать действия партнера;</p>	<p>- формирование самооценки</p> <p>- осознание своих возможностей в учении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;</p>
6 7	Я умею сочинять. Я умею мечтать.	развитие связной речи; развитие креативных способностей.	ассоциации	<p>Р. -определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя</p> <p>определять план выполнения заданий внеурочной деятельности,</p> <p>П. - обучение логическому анализу выполненной работы и оценка этой деятельности на основе критериальных шкал</p> <p>-умение структурировать знания;</p>	<p>- развитие активности в процессе коллективной учебной деятельности, преодоление тревожности по отношению к этой деятельности</p>

				<p>-рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;</p> <p>К. - уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</p> <p>-владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка</p>	
8	Мои мечты.	развитие креативных способностей.	мечта, воображение	<p>Р. - быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий.</p> <p>П. - умение структурировать знания;</p> <p>-сравнить предметы, объекты: находить общее и различие</p> <p>-группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.</p> <p>К. - задавать вопросы, проявляя инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;</p>	<p>- осознание своих возможностей в учении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;</p>
9 10	Фантазии и ложь. Как отличить фантазера от лжеца.	как отличить фантазера от лжеца	фантазия, ложь	<p>Р. - быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию и преодолению препятствий.</p> <p>П. - умение структурировать знания;</p> <p>-сравнить предметы, объекты: находить общее и различие</p> <p>-группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.</p> <p>К. - задавать вопросы, проявляя инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;</p> <p>- слушать и понимать речь других ребят</p> <p>уметь отстаивать свою позицию в</p>	<p>- самоанализ умения применять изученные приемы запоминания в ходе деятельности.</p>

				коллективе	
II. Я и моя школа. (8 часа)					
11	Я и моя школа.	особенности позиции ученика	мотивация ученика	<p>Р. - принимать и сохранять учебную задачу</p> <p>- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя</p> <p>- определять план выполнения заданий</p> <p>П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</p> <p>-сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие</p> <p>-группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.</p> <p>самостоятельное формулирование проблемы;</p> <p>К. -уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</p>	<p>- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;</p> <p>- формирование самооценки</p> <p>- осознание своих возможностей в учении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;</p>
12	Отношения в коллективе.				
13	Что такое толерантность?				
14	Что такое лень?	откуда берется лень	психологические защиты, лень	<p>Р. - принимать и сохранять учебную задачу</p> <p>- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя</p> <p>- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению</p> <p>П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</p> <p>-К. -уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</p>	<p>- формирование самооценки</p> <p>- осознание своих возможностей в учении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех</p>
15	Как справиться с ленью	как справиться с ленью			
16	Я и мой учитель.	своих чувств в отношении	чувства, управ	<p>Р. - принимать и сохранять учебную задачу</p> <p>- определять и формулировать цель</p>	<p>- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной</p>
17	Правильное				

	общение с учителями	учителей, принятие учителей такими какие они есть	ление эмоций	<p>деятельности на занятии с помощью учителя</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять план выполнения заданий П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя -сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие -группировать предметы, объекты на основе существенных признаков. самостоятельное формулирование проблемы; К. -уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; 	отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
18	Как справиться с «Немогучками».	как справиться с «Немогучками».	психологические защиты,лень	<p>Р. -принимать и сохранять учебную задачу</p> <ul style="list-style-type: none"> -определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя - учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя -сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие -группировать предметы, объекты на основе существенных признаков. К. -учиться работать в паре и в группе, -слушать и понимать речь других ребят - уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; 	<ul style="list-style-type: none"> - формирование самооценки - осознание своих возможностей в учении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;
III. Я и моя семья. (10 часов)					

19	Я и моя семья Уважительное отношение к родителям.	формирование уважительного отношения к родителям, осознанного, заботливого отношения к старшим и младшим.	семья, ценности	<p>Р. -принимать и сохранять учебную задачу</p> <p>-определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя</p> <p>П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</p> <p>-сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие</p> <p>-группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.</p> <p>К. -слушать и понимать речь других ребят</p> <p>- уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</p>	<p>- осознание себя как члена семьи;</p> <p>- развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных ситуациях,</p>
20	Заботливое отношение к младшим в семье.				
21	Семейные ценности.	формирование представления о семейных ценностях.	семья, ценности	<p>Р. -принимать и сохранять учебную задачу</p> <p>-определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя</p> <p>П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</p> <p>-сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие</p> <p>-группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.</p> <p>К. -учиться работать в паре и в группе,</p> <p>-слушать и понимать речь других ребят</p> <p>- уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</p> <p>- владеть монологической и диалогической формами речи</p>	<p>- осознание себя как члена семьи;</p> <p>- развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных ситуациях,</p>
22	Семейные традиции				

23 24	Я умею просить прощения. Разрешение конфликтов с родителями.	способы разрешения конфликтов с родителями	стыд, вина, совесть, прощение	<p>Р. - принимать и сохранять учебную задачу - учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению</p> <p>П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя -сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие -группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.</p> <p>К. -слушать и понимать речь других ребят -уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; -владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка</p>	<p>- осознание себя как члена семьи; - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,</p>
25 26	Доверительные отношения с родителями. Спорные ситуации. Разрешение конфликтов с одноклассниками..	как разрешать конфликты с родителями; доверительно и открыто говорить о своих чувствах	стыд, вина, совесть, прощение	<p>Р. - принимать и сохранять учебную задачу -определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя</p> <p>П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя -сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие -группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.</p> <p>К. -слушать и понимать речь других ребят -уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</p>	<p>- осознание себя как члена семьи; - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,</p>

				-владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка	
27	Почему родители наказывают своих детей?	осознание требований родителей, сопоставление их со своими возможностями и желаниями	мотив, конфликт, способы реагирования в конфликте, разрешение конфликтов	Р. - принимать и сохранять учебную задачу -определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя П. -учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя -К. -уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; -владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка	- осознание себя как члена семьи; - развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных ситуациях,
28	Требования родителей и желания детей.				

IV. Я и мои друзья. (6 часов)

9	Настоящий друг. Умею ли я дружить?	Установление дружеских взаимоотношений в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке.	друг, дружба, качества настоящего друга	Р. -уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей -определять план решения жизненных ситуаций под руководством учителя -быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию и преодолению препятствий. П. - уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя - учиться исследовать свои качества и свои особенности К.- учиться работать в паре и в группе,	- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях,
10	Взаимопомощь и взаимная поддержка.				
11	Трудности в	-	мотив,	Р. - принимать и сохранять учебную	- овладение начальными

2	<p>отношениях с друзьями.</p> <p>Учимся учитывать позицию партнёра.</p>	<p>формирование умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество.</p>	<p>конфликт, способы реагирования в конфликте, разрешение конфликтов</p>	<p>задачу</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя - учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению П. - уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя - учиться исследовать свои качества и свои особенности - рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности; К. - уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка 	<p>навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях,
3 4	<p>Ссора и драка.</p> <p>Учимся выходить из конфликтных ситуаций.</p>	<p>формирование умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество.</p>	<p>конфликт, способы реагирования в конфликте, разрешение конфликтов</p>	<p>Р. - принимать и сохранять учебную задачу</p> <ul style="list-style-type: none"> - учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению П. - уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя - учиться исследовать свои качества и свои особенности; К. - уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного 	<p>развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях,;

				языка	
V. Что такое сотрудничество? (8 часов)					
35	Что такое сотрудничество?	умения учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной	сотрудничество	<p>Р. - принимать и сохранять учебную задачу</p> <p>-определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя</p> <p>П. - самостоятельное формулирование проблемы;</p> <p>- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера</p> <p>- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя</p> <p>- учиться исследовать свои качества и свои особенности</p> <p>К. -уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</p> <p>владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка</p>	<p>- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;</p> <p>- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,</p>
36	Учимся сотрудничать с коллективом.				
37	Я умею понимать другого.	умения учитывать разные мнения и обосновывать собственную позицию.	мнения, интересы	<p>Р. -уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей</p> <p>-уметь справляться со страхами, обидами, гневом</p> <p>П. - учиться наблюдать</p> <p>- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя</p> <p>- учиться исследовать свои качества и свои особенности</p> <p>К. - планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками</p> <p>-учиться работать в паре и в группе,</p>	<p>- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,</p> <p>- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,</p>

				-уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников	
38	Я умею договариваться с людьми.	как научиться договариваться с людьми	эмпатия, общение, комплимент	<p>Р. -овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;</p> <p>- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению</p> <p>П.- учиться наблюдать</p> <p>- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя</p> <p>- учиться исследовать свои качества и свои особенности</p> <p>К. - учиться работать в паре и в группе,</p> <p>-слушать и понимать речь других ребят</p> <p>-задавать вопросы, проявляя инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;</p>	<p>- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;</p> <p>- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,</p>
	Ин. пр.				
39 40	Мы умеем действовать сообща. Учимся организовывать совместную работу.	как организовать совместную работу	групповая работа, работа в парах	<p>Р.-овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;</p> <p>-уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей</p> <p>П. -самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера</p> <p>-К. - выполнять различные роли</p> <p>- уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</p> <p>- задавать вопросы, проявляя инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;</p>	<p>- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,</p>

41	Что такое коллективная работа?	как организовать коллективную работу	коллективная работа	<p>Р. - овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;</p> <p>-уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей</p> <p>-уметь справляться со страхами, обидами, гневом</p> <p>П. - рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;</p> <p>К. - учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах</p> <p>-разрешать конфликты, выявлять проблемы, находить и оценивать альтернативные способы разрешения конфликта, реализация принятого решения</p>	<p>- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;</p> <p>- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</p>
42	Моя работа в коллективе.				

VI. Кто Я? Мои силы, мои возможности. (12 часов)

43 44	Кто Я? «Я» уникальность и неповторимость	осознание своей уникальности и неповторимости	«Я», уникальность моего «Я»	<p>Р. -овладевать навыками самоконтроля в общении со взрослыми;</p> <p>- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению</p> <p>-уметь справляться со страхами, обидами, гневом</p> <p>- быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий.</p> <p>П. - уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей</p> <p>К. -учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах</p> <p>- разрешать конфликты, выявлять проблемы, находить и оценивать альтернативные способы разрешения конфликта, реализация принятого</p>	<p>- формирование самооценки</p> <p>- осознание своих возможностей; способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех</p>
----------	---	---	-----------------------------	--	--

				решения	
45	Какой Я - большой или маленький?	осознание своей уникальности и неповторимости	возраст, психологический возраст		- осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех
46	Мои способности.	осознание своих способностей	способностей	Р. - овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;	- формирование самооценки
47	Исследования своих способностей и возможностей.	исследования своих возможностей и способностей		- уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей П. -учиться исследовать свои качества и свои особенности К. учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах - разрешать конфликты, выявлять проблемы, находить и оценивать альтернативные способы разрешения конфликта, реализация принятого решения	- осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех
48	Мой выбор, мой путь.	Как осуществить выбор в различных ситуациях	выбор, жизненный путь, «золотое правило нравственности»	Р. - учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению - уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей; -быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий. . - учиться исследовать свои качества и свои особенности К. -уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;	- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире
49	Учимся делать выбор в различных ситуациях.				
50	Мой	что такое	внутрен	Р. - овладевать навыками	- развитие этических чувств,

	внутренний мир.	внутренний мир, мой внутренний мир	ний мир человека	самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми; -быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий. П. - рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности; К. –учиться планировать учебное сотрудничество со сверстниками - уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; -разрешать конфликты, выявлять проблемы, находить и оценивать альтернативные способы разрешения конфликта, реализация принятого решения	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,
51	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	как понять внутренний мир другого человека.	внутренний мир человека	Р. - овладевать навыками самоконтроля в общении со взрослыми; -учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению П. -рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности; К. -учиться планировать учебное сотрудничество с учителем	- развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных ситуациях,
52	Кого я могу впустить в свой внутренний мир.	- значимые люди, их влияние на детей, диагностика межличностных отношений	внутренний мир человека, значимые люди	Р. - овладевать навыками самоконтроля в общении со взрослыми; П. - уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей К. - уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	-развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

				коммуникации;	
53	Что значит верить?	адекватное отношение к ошибкам и неудачам.	вера	<i>Р.</i> -быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий. <i>П.</i> - уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей <i>К.</i> - уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	- формирование самооценки - осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех
54	Моё отношение к ошибкам и неудачам				
VII. Я расту, я изменяюсь. (5 часов)					
55	Я расту, я изменяюсь.	осознание происходящих в детях изменений	развитие человека	<i>Р.</i> - организовывать свое рабочее место -определять план выполнения заданий - быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию и преодолению препятствий. <i>П.</i> -самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера -поиск и выделение необходимой информации; -рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности; <i>К.</i> -учиться работать в паре и в группе, - слушать и понимать речь других ребят -задавать вопросы, проявляя инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;	- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,
56	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?	умение планировать цели.	цель, планирование	<i>Р.</i> - уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей <i>П.</i> - самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера	- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций; - формирование установки

57	Учимся планировать и ставить цели.			<ul style="list-style-type: none"> - поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, К. - учиться работать в паре и в группе, - сотрудничество в поиске и сборе информации; 	на безопасный, здоровый образ жизни,
58	Хочу вырасти здоровым человеком!	- реализация установок на здоровый образ жизни	здоровый образ жизни	<ul style="list-style-type: none"> Р. - учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению П. - учиться исследовать свои качества и свои особенности К. - уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; - владеть монологической формой речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка 	- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
59	Установка на здоровый образ жизни	в поведении и поступках			

Раздел 8. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)

60	Тема «Кто такой интеллигентный человек»	Групповая и индивидуальная работа		<ul style="list-style-type: none"> Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Учатся договариваться и уважать разные мнения Л Проявляют сопереживание к другим людям 	
61	Тема «Хочу вырасти интеллигентным человеком»	Упражнения «Кто может стать интеллигентным человеком».		<ul style="list-style-type: none"> Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Учатся наблюдать, находить положительные качества у себя и у других людей К Учатся слушать и понимать речь других ребят Л Умеют налаживать контакты с окружающ 	формирование самооценки - осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех

62	Тема «Что такое идеальное Я»	Упражнения «Идеальное Я» Работа со сказкой «Я умею жалеть»	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Моделируют ситуацию с помощью учителя К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах Л Проявляют сопереживание к другим людям	-развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
----	------------------------------	---	--	---

аздел 9. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (5 часов)

63	Тема «Кто такой свободный человек?»	Развивающие упражнения. Работа со сказкой «О свободном человеке Иване Гаврикове и несвободной мухе»	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя К Учатся работать в паре и группе Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,
64-65	Тема «Права и обязанности школьника»	Работа в парах, фронтальная работа Упражнения «Должен и имею право: в школе, дома, на улице». Работа со сказкой «Про великана Гришку и недобрую фею»	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Учатся договариваться и уважать разные мнения Л Умеют налаживать контакты с окружающими	
66	Тема «Что такое «право на уважение»?»	Групповая и индивидуальная работа игровые упражнения. Упражнения «Закончи рассказы», «Любимая игра».	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Осознают особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией Л Проявляют сопереживание к другим людям»	

67	Тема «Права и обязанности»	Групповая и индивидуальная работа. Упражнения «Пять главных прав», «Билль о правах».	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Учатся работать в паре договариваться и уважать разные мнения Л Ориентируются на понимание чувств других людей	
----	----------------------------	---	--	--

Раздел 10. Заключение (1 час)

68	Тема «Итоговое занятие». Игра «Ключи от форта Байярд»		Р Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние П Учатся решать учебно-познавательные проблемы Л Умеют налаживать контакты с окружающими	
----	--	--	--	--

5. Материально-техническое обеспечение курса

Для изучения курса «Тропинка к своему «Я», в наличии следующие **объекты и средства материально-технического обеспечения:**

Оборудование: ученические столы и стулья по количеству учащихся, учительский стол, шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий и пр., настенная доска для вывешивания иллюстративного материала; комплект мягкой мебели

Технические средства обучения (предметы и устройства, которые выполняют информационную, управляющую, тренирующую, контролирующие функции в учебно-воспитательном процессе)

- классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц, картинок;
- демонстрационное оборудование, предназначенное для одновременной демонстрации изучаемых объектов и явлений группе обучаемых и обладающее свойствами, которые позволяют видеть предмет или явление (компьютер, CD и DVD);
- вспомогательное оборудование и устройства, предназначенные для обеспечения эксплуатации учебной техники, удобства применения наглядных средств обучения, эффективной организации проектной деятельности, в т. ч. принтер, сканер.

Экранно-звуковые пособия, передающие содержание образования через изображение, звук, анимацию;

- дополнительные мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, интернет-ресурсы, аудиозаписи, видеофильмы, слайды, мультимедийные презентации, тематически связанные с содержанием курса;

Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)

- учебно-методические комплекты, обеспечивающие изучение/преподавание учебного курса «Тропинка к своему «Я» (комплексная программа, учебные пособия для учащихся, методическая литература для учителя и др.);

- нормативные документы отражающие правовые основы изучения в учреждениях системы общего образования предметов дополнительного образования;
- специальные дополнительные пособия для учителя и литература, предназначенная для оказания ему информационной и методической помощи (учебники по психологии, книги для учителя по психологии и дополнительному образованию, окружающему миру, литературе и др.);
- научно-популярные книги, содержащие дополнительный познавательный материал развивающего характера по различным темам курса ;
- хрестоматийные материалы, включающие тексты художественных произведений, тематически связанные с содержанием курса «Тропинка к своему «Я»»;
- энциклопедическая и справочная литература (философские и психологические словари, справочники по теории и истории психологии, биографии отечественных и зарубежных психологов и значимых персоналий и др.);
- художественные альбомы, содержащие иллюстрации к основным разделам курса.

6. Список литературы, электронные ресурсы.

Литература.

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга.- М.: изд-во «Ось»,2001 г.
2. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения.- Новосибирск, 1997 г.
3. Князева Т.Н . Я учусь учиться. Психологический курс, развивающих занятий для младших школьников. — М.: АРКТИ, 2001.
4. Курс комплексного развития младшего школьника: программа, занятия, дидактические материалы/В.Н. Карандышев, А.С. Лисянская, Т.А. Крылова. – Волгоград: Учитель, 2011.
5. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. – М.: УЦ «Перспектива», 2001.
6. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Часть 1. Тетрадь 2 – М.: УЦ «Перспектива», 2007.
7. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Часть 3. Тетрадь 2 – М.: УЦ «Перспектива», 2006.
8. Познай самого себя. Уроки практической психологии в начальной школе. Учебное пособие. Автор – составитель Строганова Л.В. – М.: Педагогическое общество России, 2005.
9. Погосова Н.М. Погружение в сказку. Коррекционно – развивающая программа для детей. – СПб.: Речь, 2006.
10. Преподавание психологии в школе. 3-11-й класс: Учеб.-метод. Пособие/под ред. И.В. Дубровиной. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2007.
11. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа/ сост. Е.С.Савинов. М.: Просвещение, 2010
12. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников.- М.: Гуманит. изд. центр «Владос», 2001 г.
13. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: Психотерапевтические упражнения коррекционные программы. - М- Новая школа,1995
14. Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе(1 – 4). –М.: «Генезис», 2006.

Электронные ресурсы:

1. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
2. «Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>
3. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке, режим доступа: <http://www.psychology.ru/Library>
4. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: <http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm>
5. «Каталог психологической литературы», режим доступа: <http://www.psyncatalog.ru>
6. «Популярная психология», режим доступа: <http://karpowww.narod.ru/>
7. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие» , режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>.
8. Брестское городское общественное объединение профессиональных психологов, режим доступа: <http://psybrest.iatp.by/bratus.htm>
9. «ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: <http://www.proshkolu.ru>
10. Журнал «Психология», режим доступа: <http://www.psychology.su/>
11. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: <http://psy.1september.ru/>