

<p>СОГЛАСОВАНО          Протокол заседания          методического          объединения          классных руководителей            от 30 августа 2022 № 1          Фролова Т.Е.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО          Заместитель директора          по ВР          Лужецкая          Н.В.          «30» августа 2022 г.</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ          Протокол заседания          методического совета          от 30 августа 2022          №1          Ильюхина          А.А.</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ          Протокол заседания          педагогического совета          от 30 августа 2022 №1          Масленикова          О.В.</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ          Приказ № 1          от « 30 » августа 2022 г.          директор МБОУ «Средняя          общеобразовательная школа №29»          г. Калуги          Масленикова О.В.</p> 
--	--	--	--	--

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочного курса

«Тропинка к своему Я»

Калуга , 2022

Разработчики:

Коломиец Т.М. – учитель начальных классов

**Содержание**

1.Пояснительная записка..... 2

1.1.Общая характеристика курса внеурочной деятельности .....	6-5
1.2. Место курса внеурочной деятельности в структуре основной образовательной программы .....	6-6
2.Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности .....	13-6
2.1.Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности .....	13-6
2.2. Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	16-10
2.3 Предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	20-11
3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности .....	20-16
4. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности .....	29-20
5. Условия реализации курса внеурочной деятельности .....	35-21
5.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению .....	35-21
5.2. Информационное обеспечение обучения .....	35-22

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной образовательной программы, образовательной программы муниципального бюджетного образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 29» города Калуги. Рабочая программа внеурочного курса является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС НОО.

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 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.

**Цель курса** - формирование и сохранение психологического 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. Формировать терпимость к мнению собеседника.
- 6.Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
- 7.Расширять пассивный и активный словарь учащихся.

### **1.1.Общая характеристика курса внеурочной деятельности**

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

Аксиологический (связанный с сознанием) 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.

Инструментально-технологический 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 реализации программы курса:**

1. *Принцип индивидуализации* предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.
2. *Принцип доступности* от уровня психологических особенностей ребёнка.

3. *Принцип наглядности* - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.

4. *Принцип систематичности и последовательности* заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.

5. *Принцип научности* лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей младшего школьного возраста.

6. *Принцип оздоровительной направленности* обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

**Основным средством формирования УУД** являются психологические занятия в форме тренинга. Занятия проводятся под руководством психолога, прошедшего специальную подготовку для ведения групп. Оптимальная численность группы не должна превышать 10-14 человек. Для участия в групповой работе не подходят учащиеся с очень высокой тревожностью, излишне эмоциональные, девиантным поведением, склонностью к проявлению агрессии.

Любая деятельность младших школьников более эффективна в условиях игры. Исходя из этого, предлагаемая программа курса психологических занятий уделяет серьезное внимание таким **методам работы** как игры и сказки. Через игровые роли



и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными.

**Ролевые** игры предполагают принятие ребенком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей, противоположных обычным; проигрывание своей роли в гротескном варианте. Через драматическую игру ребенок пытается расширить свое Я, сломать ригидные и телесные пределы, которые обстоятельства ставят ему.

**Психогимнастические игры** направлены на обучение техники выразительных движений, на использование выразительных движений в воспитании эмоций, на приобретение навыков в саморасслаблении. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

**Коммуникативные игры**, используемые в программе, способствуют формированию у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому вербальное или невербальное «поглаживание»; обучают умению сотрудничать.

**Вербальные игры** представляют собой либо придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации (например: «Что произойдет, если учительница

припрыгает в класс на одной ножке?»), либо коллективное сочинение сказок или подбор различных ассоциаций к какому-либо слову.

**Невербальные игры** предполагают изображение детьми «как можно интереснее», по-своему, того или иного живого существа или неживого предмета. В этом они частично пересекаются с ролевыми методами.

Достаточно часто могут использоваться **«мысленные картинки»**. Дети закрывают глаза и под музыку (звуки дождя, грома, моря, утреннего леса и т.п.) придумывают 5

картинку, а затем рассказывают ее группе. Задание может усложняться тем, что детям дается определенная тема для картинки (например, тема дружбы или что-то очень страшное) или, помимо звукового, добавляется кинестетический раздражитель (детям дают подержать пушистый хвостик и т.п.). Мысленная картинка может «оживляться». Автор картинки выбирает детей на роли героев и предметов своей картинки, объясняет им, где стоять, как двигаться, что говорить. По команде «раз, два, три, картинка оживи» герои и предметы картинки начинают двигаться, затем все дети хлопают автору и актерам картинки.

Игровая деятельность служит благодатной почвой для развития произвольности психической деятельности. Именно в игре дети учатся подчиняться правилам, преодолевают эгоцентрические установки, подчиняются взятой роли, а не собственным желаниям, осознают свои действия и чувства, а также принимают правила, которые задаются извне и продиктованы игровой ситуацией.

**Релаксационные методы,** способствующие снятию психоэмоционального напряжения, внушению желательного настроения.

**Рисуночные методы** представляют уникальную возможность для выражения и актуализации слабо осознаваемых, подсознательных идей и состояний. Дети младшего школьного возраста еще затрудняются в словесном описании своих переживаний, символическая речь рисунка позволяет по-новому позволяет

взглянуть на ситуацию и благодаря этому найти путь к их решению. Рисование в целом является средством свободного самовыражения и самопознания.

Психологические занятия с учащимися начальной школы проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

Часть 1. Вводная. Цель – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедуры работы – приветствия, игры-активаторы, элементы психогимнастики.

Часть 2. Рабочая. На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально – личностной и познавательной сферы ребенка.

Часть 3. Завершающая. Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой – либо общей игры – забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка. Упражнения на релаксацию.

Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение всего года. Продолжительность занятий 35 – 40 минут.

Для проведения занятий необходим отдельный кабинет, отличный от школьного класса, оборудованный аудио- и видеоаппаратурой, отдельной игровой зоной.

**Формы контроля:** входная, промежуточная, итоговая диагностика.

Итогом работы по данной программе является приобретение ребенком чувства уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое; приобретение навыков успешного взаимодействия с одноклассниками и учителями. В результате ребенок будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный путь будет непременно успешным и радостным.

## **1.2. Место курса внеурочной деятельности в структуре основной образовательной программы**

Классы: 1-4 классы

Количество часов в неделю: 1 ч.

Количество часов в году: всего -135 часов:1 класс - 33 часа, 2-4 классы -34 часа.

## **2.Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **2.1.Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностные результаты отражают:**

У выпускника 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;

*Выпускник 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.

## **2.2. Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **1.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.  
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.  
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.

## **2. 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.  
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.  
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.

### **3.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.

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.

планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;

наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять;

обогащать представление о собственных возможностях и способностях;  
учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения;  
оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости;  
учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта;  
находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию;  
адекватно воспринимать оценку учителя.

Для оценки планируемых результатов освоения программы рекомендуются следующие формы контроля:

- педагогическое наблюдение,
- диагностика эмоционального состояния обучающихся (методики «Паровозик», «Кактус», «Веселый – грустный», САН, шкала тревожности Филипса, рисуночные методики «Дом. Дерево. Человек», «Вымышленное животное и т.д.),
- диагностика межличностных взаимоотношений (методики «Социометрия», «Наш класс», «Секрет», «Капитан корабля», методика Рене Жиля, изучение сплоченности коллектива и т.д.), 8
- диагностика изменений в личности обучающихся (ранжирование ценностных ориентаций, методики «Домики», «Цветик-семицветик», «Что во мне проросло», ситуации свободного выбора и т.д.).

## **2.3 Предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

*Обучающиеся научатся:*

осознавать себя с позиции школьника;  
распознавать базовые эмоции у себя и окружающих людей;  
выражать собственные эмоциональные состояния в словесной форме;  
применять приемы эффективного запоминания;  
распознавать причины, способствующие возникновению конфликтных ситуаций;  
отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам; □ применять полученные знания и навыки по конструктивному взаимодействию со сверстниками и взрослыми в повседневной жизни.

*Обучающиеся получают возможность научиться:*

адекватно вести себя в различных ситуациях;  
справляться со страхами, обидами, гневом;  
справляться с негативными эмоциями;  
стремлению к изучению своих возможностей и способностей;  
успешно адаптироваться в социуме.

## **3. Содержание курса внеурочной деятельности**

**3 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование глав, разделов и тем</b>	<b>Содержание материала</b>	<b>Возможность использования ЦОР</b>
1	<b>Я-фантазер</b>	<p>Я – третьеклассник Что интересно третьекласснику? 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,</p>	<p><a href="http://www.kinder.ru/default.htm">http://www.kinder.ru/default.htm</a> - Интернет для детей;</p>

<p><b>2</b></p>	<p><b>Я и моя школа</b></p>	<p>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».</p>	<p><a href="http://www.km.ru">http://www.km.ru</a> – портал компании «Кирилл и Мефодий».</p>
<p><b>3</b></p>	<p><b>Я и мои родители</b></p>	<p>Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная. Какие чувства я</p>	<p><a href="http://catalog.iot.ru">http://catalog.iot.ru</a> – каталог интернет-</p>

		<p>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.</p>	<p>ресурсов по образованию; <a href="http://nsportal.ru/">http://nsportal.ru/</a> - социальная сеть работников образования</p>
4	<b>Я и мои друзья</b>	<p>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? Что</p>	<p><a href="http://www.ug.ru">http://www.ug.ru</a> - сайт «Учительской газеты»;</p>

		такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников.	
5	<b>Что такое сотрудничество?</b>	Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений (из умения понять другого; из умения договориться; из умения уступить, если это нужно для дела; из умения правильно распределить роли в ходе работы). Что значит понимать другого и как можно этому научиться? Как научиться договариваться с людьми? Что такое коллективная работа?	<a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a> - детские электронные презентации и клипы; <a href="http://festival.1september.ru/">http://festival.1september.ru/</a> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";

#### 4 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование глав, разделов и</b>	<b>Содержание материала</b>	<b>Возможность использования</b>
--------------	--------------------------------------	-----------------------------	----------------------------------



	тем		ЦОР
1	<b>Мои силы, мои возможности</b>	<p>Чем четвероклассник отличается от первоклассника?</p> <p>Кто Я? Я – человек! Я – житель планеты Земля! Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь? Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле?. Что нужно для успеха? Мой выбор, мой путь. Способности моих родителей. Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Что значит верить?</p>	<p><a href="http://www.km.ru">http://www.km.ru</a> – портал компании «Кирилл и Мефодий».</p>
2	<b>Мой класс и мои друзья.</b>	<p>Моё детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю? Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас</p>	<p><a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a> - детские электронные презентации и</p>

		<p>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?</p>	<p>клипы; <a href="http://festival.1september.ru/">http://festival.1september.ru/</a> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";</p>
3	<p><b>Моё прошлое, настоящее, будущее.</b></p>	<p>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?</p>	<p><a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> - Всероссийский интернет-педсовет;</p>

<p><b>4</b></p>	<p><b>Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно?</b></p>	<p>Поведение человека зависит от его качеств. Кто такой интеллигентный человек, и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем? Что такое идеальное Я? У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.</p>	<p><a href="http://www.ug.ru">http://www.ug.ru</a> - сайт «Учительской газеты»;</p>
<p><b>5</b></p>	<p><b>Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?</b></p>	<p>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</p>	<p><a href="http://catalog.iot.ru">http://catalog.iot.ru</a> - каталог интернет-ресурсов по образованию; <a href="http://catalog.iot.ru">htt</a></p>

		<p>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?</p>	<p><a href="http://nsportal.ru/">p://nsportal.ru/</a> - социальная сеть работников образования</p>
--	--	--	--

### **Формы организации занятий**

1. Свободная творческая дискуссия;
2. Ролевые игры;
3. Выполнение творческих заданий;
4. Активные методы формирования системы общения;
5. Творческая практическая работа (подготовка материалов для публикаций в прессе: сочинения разных жанров и их редактирование в текстовых редакторах, верстка газеты в издательских системах).

6. Теоретические занятия;
7. Работа с прессой (обзор, анализ, сопоставление);
8. Работа со справочной литературой (словарями, библиографическими указателями и каталогами, энциклопедиями и т.п.);
9. Социологический опрос.

**4. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
3 класс**

№ п/п	Наименование глав, разделов и тем	Количество часов
<b>1</b>	<p><b>Я-фантазер.</b>  Я – третьеклассник. Что интересно третьекласснику? 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.</p>	8 ч.

<p><b>2</b></p>	<p><b>Я и моя школа.</b>  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».</p>	<p>5 ч.</p>
<p><b>3</b></p>	<p><b>Я и мои родители .</b>  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</p>	<p>5 ч.</p>

	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	
<b>4</b>	<p><b>Я и мои друзья.</b></p> <p>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? Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников.</p>	9 ч.
<b>5</b>	<p><b>Что такое сотрудничество?</b></p> <p>Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений (из умения понять другого; из умения договориться; из умения уступить, если это нужно для дела; из умения правильно распределить роли в ходе работы).</p>	7.

	<p>Что значит понимать другого и как можно этому научиться?          Как научиться договариваться с людьми? Что такое коллективная работа?</p>	
--	--	--

**4 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование глав, разделов и тем</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1</b>	<p><b>Кто я? Мои особенности и возможности.</b></p> <p>Чем четвероклассник отличается от первоклассника?            Кто Я? Я – человек! Я – житель планеты Земля! Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь? Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле?. Что нужно для успеха? Мой выбор, мой путь. Способности моих родителей. Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Что значит верить?</p>	14 ч.
<b>2</b>	<p><b>Мой класс и мои друзья.</b></p>	3 ч.



	<p>Моё 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?</p>	
3	<p><b>Моё прошлое, настоящее, будущее.</b></p> <p>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?</p>	6 ч.
4	<p><b>Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно?</b></p> <p>Поведение человека зависит от его качеств. Кто такой</p>	5 ч.

	<p>интеллигентный человек, и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем? Что такое идеальное Я? У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.</p>	
<p><b>5</b></p>	<p><b>Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?</b></p> <p>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?</p>	<p>6 ч.</p>

--	--	--

## **5. Условия реализации курса внеурочной деятельности**

### **5.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация курса внеурочной деятельности предполагает наличие учебного кабинета (32 посадочных места).

Технические средства обучения: ноутбук, проектор, экран.

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.
3. Набор открыток сюжетного содержания.
4. Набор таблиц для изучения видов и свойств внимания.
5. Набор тематических таблиц.
6. Набор фотографий видов природы, портретов людей.
7. Психологические тесты.
8. Карточки с пиктограммами.
9. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

### **5.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов,  
дополнительной литературы:**

**Основные источники:**

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе, М.: Генезис, 2011. – 344с.
2. Е.А Сорокоумова «Уроки самопознания в начальной школе – М.: АРКТИ, 2008 – 52с

**Дополнительные источники:**

1. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
3. Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
4. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
5. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
6. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.

7. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
8. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
9. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
10. Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области “Технология”. Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
11. Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
12. Пекелис В. Твои возможности, человек! М.: Знание, 1986.
13. Познавательные процессы и способности в обучении // под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
14. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
15. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.
16. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
17. Сафонова Л.В. Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 1999.
18. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.

19. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.
20. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
21. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000
22. Через самовыражение к самопознанию // составитель Сафонова Л.В. Первоуральск, 1997.
23. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.

### **Интернет -ресурсы:**

- 1.<http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;
- 2.<http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей;
- 3.<http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы; <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";
- 4.[www.alleng.ru](http://www.alleng.ru) – сайт информационных ресурсов;
- 5.<http://www.ug.ru> - сайт «Учительской газеты»;
- 6.<http://www.kinder.ru/default.htm> - Интернет для детей;

7.<http://www.km.ru> – портал компании «Кирилл и Мефодий».

8.<http://catalog.iot.ru> – каталог интернет-ресурсов по образованию; <http://nsportal.ru/> - социальная сеть работников образовани