


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 184 «НОВАЯ ШКОЛА»

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
протокол от 29.08.2019 г. № 1
Секретарь  С.В. Скробот

УТВЕРЖДЕНО
приказом от 30.08.2019 г. № 168 о/д
директор МАОУ СОШ №184
«Новая школа»


Н.Б. Кузнецова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Тропинка к своему Я»

уровень начального общего образования

Составитель:

Головатюк И.А., педагог-
психолог
высшей квалификационной
категории

СОГЛАСОВАНО

на заседании ШМО

Протокол от 29.08.2019 №1


Курьева К.Д.

г. Екатеринбург, 2019

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» реализует следующие направления внеурочной деятельности: общекультурное, социальное, духовно-нравственное. Курс психологических занятий «Тропинка к своему Я» изучается в 1 классе по одному часу в неделю (16 ч. в год).

Планируемые результаты освоения курса

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.

Содержание программы

Раздел 1. Мои чувства

Что такое психология и зачем она нужна человеку? Психология изучает чувства и мысли людей, чтобы научиться понимать себя и окружающих, уметь жить дружно, помогать друг другу.

Радость. Радость можно выразить мимикой. Мимика выражает наши мысли и чувства. Мимика помогает лучше понять собеседника.

Жесты. Передать радость другому человеку можно с помощью жестов. Мимика и жесты – наши первые помощники в общении.

Страх. Какие бывают страхи? Как справиться со страхом?

Гнев. Гнев как выражение чувств: страх и обида часто вызывают гнев.

Как справиться с гневом?

Может ли гнев принести пользу?

Разные чувства. Как можно выразить свои чувства?

Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга

Что такое качества людей и какие они бывают? Какие качества окружающим нравятся, а какие –нет?

Как мы видим друг друга?

Способность поставить себя на место другого помогает лучше понять друг друга.

В каждом человеке есть «тёмные» и «светлые» качества. Самое важное качество.

Кто такой сердечный человек.

Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

Раздел 3. Какой Я – какой Ты

Люди отличаются друг от друга своими качествами. У каждого человека есть много разных положительных качеств.

Как научиться находить положительные качества у себя?

Как правильно оценить себя?

Как распознать положительные качества у других людей?

Когда стараешься лучше понять другого человека, возникает чувство симпатии, сопереживания. А это важно при общении с окружающими.

Какие качества нужны для дружбы?

Раздел 4. Трудности первоклассника

Школьные и домашние трудности. Как с ними справиться?

Какие я знаю способы борьбы с трудностями: обратиться за помощью, вспомнить свой прошлый опыт, договориться, изменить своё отношение к проблеме, понять, что трудности встречаются в жизни всех первоклассников. Главное- помнить, что я живу среди людей, и каждый мой поступок и желание отражается на людях, где бы я ни находился: в школе, дома, на улице.

Формы организации занятий:

Для успешной реализации 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.

Виды деятельности:

Беседа, практические упражнения, интерактивное обсуждение, диалоги, игры.

Тематическое планирование

Первый класс

Раздел1. Мои чувства (занятия 1 – 5)

№ п/п	Тема занятия	Кол час	Характеристика деятельности учащихся	Примечания	Универсальные учебные действия (УУД)
1.	Знакомство. Введение в мир психологии	1	Познакомиться с новым предметом, учителем и одноклассниками.	Беседа «Введение в мир психологии» Упр. «Знакомство», «Имя оживает», «Рисунок имени», «Зоопарк», «Зайчик испугался-зайчик рассмеялся», «Собираем добрые слова», «Передай сообщение», «Пойми меня», «Страшное и смешное», «Придумай весёлый конец». Работа со сказкой.	Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками. (Р) Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Различать эмоции радости, страха, гнева. (И) Доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах (К)
2.	Радость. Что такое мимика. Жесты.	1			
3.	Страх. Его относительность. Как справиться со страхом.	1	Познакомиться с понятиями «мимика», «жесты», «эмоции», «чувства».		
4.	Гнев. С какими чувствами он дружит? Как справиться с гневом?	1	Описывать свои чувства и состояние и сравнивать их с чувствами партнёров по общению.		
5.	Разные чувства.	1	Осваивать правила общения со сверстника		

			ми.		
--	--	--	-----	--	--

Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (занятия 6-8)

6	Качества людей	1	Познакомиться с понятием «качества людей»	Упр. «Отношения», «Придумай и отгадай», «Снежная королева», «Ладощка», «Мы похожи - мы отличаемся». Работа со сказкой.	Извлекать с помощью учителя необходимую информацию из текста сказки. (Р)
7	Люди отличаются друг от друга своими качествами. В каждом человеке есть «светлые» и «тёмные» качества	1	Анализировать свои поступки и поступки других людей и учиться объяснять их с помощью учителя.		Учиться исследовать свои качества и свои особенности (П)
8	Как мы видим друг друга	1	Работать с пословицами о лучших человеческих качествах.		Учиться работать в парах (К)

Раздел 3. Какой Я – какой Ты? (занятия 9-12)

9	Какой Я? Мой автопортрет	1	Описывать своё настроение.	Разминка «Противоположные чувства»	Уметь оценивать свой результат с помощью учителя (Р)
10	Моё настроение	1	Учиться правильно выражать свои чувства в общении с другими людьми.	Упр. «Психологическая разгадка», «Цыганка», «Заяц-Хваста».	Учиться находить положительные качества у себя и у других людей (П)
11	Какой ты?	1		Работа со	Учиться договариваться и

12	Я и другие	1		сказкой.	уважать разные мнения (К)
----	------------	---	--	----------	----------------------------------

Раздел 4. Трудности первоклассника (занятия 14-16)

14	Школьные трудности	1	Осваивать правила поведения в разных ситуациях: в школе, дома, на улице, в общественных местах. Работать с иллюстрациями. Находить необходимую информацию. Моделировать ситуацию.	Разминка «Разнообразие характеров».	Учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолеть их (Р) Учиться рассуждать, строить логические умозаключения (П) Уметь договариваться и приходить к общему решению (К)
15	Домашние трудности	1		Упр. «Копилка трудностей», «Театр».	
16	На улице (поведение и общение)	1		Рисование «Трудные ситуации первоклассника».	
17	Итоговое занятие	1		Работа со сказкой. Конкурс достижений.	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575931

Владелец Кузнецова Наталья Борисовна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022