

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Костёнковская средняя общеобразовательная школа»**

**Рассмотрено** на МО  
Протокол №1 от «28» августа 2022 г.

**Утверждено:** Директор школы:  
А.В. Астапенко/

Приказ №161 от «29» августа 2022 г.



**Согласовано** педсоветом  
Протокол №1 от «29» августа 2022 г

## **Рабочая программа**

Тропинка к своему Я для 1-4 класса

Составил(а):

Скворцова Лидия Александровна

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа к курсу «Тропинка к своему Я» составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ №373 от 06 октября 2009 года);

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.11.2010 №1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009г. № 373»;

-Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации № 2357 от 22.09.2011 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 N 373»;

-Приложения к письму Министерства образования Московской области от 27.07.2011 № 6975-06о/07 «Методические материалы по организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы начального общего образования»;

-Постановления Главного Государственного Санитарного врача РФ «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 № 189, (зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 03.03.2011 №19993);

-Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011 №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС общего образования»;

В современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека, во взаимодействие с окружающим миром. Учащиеся разного возраста пытаются самооценках, намерениях и т. д.

Курс «Тропинка к своему Я» поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления.

Работа по программе проводится в рамках социального и духовно-нравственного развития и воспитания школьников, которая является первостепенной задачей современной образовательной системы и представляет собой важный компонент социального заказа для образования.

Программа курса разработана на основе программы О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я» и представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социопсихологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, арттерапии, групповые дискуссии.

### **Актуальность программы**

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.

**Цель** курса психологических занятий: 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. Формирование психологического здоровья.
3. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
4. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей -установку преодоления.
5. Развивать социальные и коммуникативные умения , необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
6. Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
7. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
8. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
9. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.
10. Формировать терпимость к мнению собеседника.

#### **Основные формы работы**

Занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу.

Формы организации занятий: проект, занятие-диспут, интегрированное занятие, занятие-праздник, тесты, рисунок, урок-беседа, экскурсия, просмотр видеофильма, игра

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание программы для каждого класса отражает основные направления работы, формы проведения и виды деятельности учащихся.

### Первый класс

#### Раздел 1. Мои чувства (14 часов)

**Форма работы:** урок-беседа, рисунок, занятие-диспут, игра, интегрированное занятие, просмотр видеофильма

**Характеристика видов деятельности:**

Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками **(Р)** Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Различать эмоции радости, страха, гнева. **(П)** Доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах **(К)**

- 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 (8 часов)

**Форма работы:** тесты

**Характеристика видов деятельности:**

Извлекать с помощью учителя необходимую информацию из текста сказки. **(Р)**

Учиться исследовать свои качества и свои особенности **(П)**

Учиться работать в парах **(К)**

- 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 друга 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 (8 часов)

**Форма работы:** урок-беседа, проект

**Характеристика видов деятельности:**

Уметь оценивать свой результат с помощью учителя **(Р)** Учиться находить положительные качества у себя и у других людей **(П)** Учиться договариваться и уважать разные мнения **(К)**

- 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 (5 часов)**

*Форма работы: экскурсия, рисунок, занятие-диспут*

**Характеристика видов деятельности:**

Учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолевать их (Р)

Учиться рассуждать, строить логические умозаключения(П)

Уметь договариваться и приходить к общему решению(К)

- 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.

**Второй класс.**

#### **Раздел 1. Я – фантазёр (10 часов)**

*Форма работы: рисунок, урок-беседа*

**Характеристика видов деятельности:** Строить речевое высказывание в устной форме(Р)

Осознавать ценность умения фантазировать(П)

Учиться выполнять разные роли(К)

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

#### **Раздел 2. Я и моя школа (9 часов)**

*Форма работы: занятие-диспут, просмотр видеофильма*

**Характеристика видов деятельности:**

Учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников(Р)

Осознавать ценность умения фантазировать(П)

Осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией(К)

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

#### **Раздел 3. Я и мои родители (6 часов)**

*Форма работы: интегрированное занятие*

**Характеристика видов деятельности:** Извлекать необходимую информацию из различных источников(текст, фото, рисунок) (Р)

Учиться графически оформлять изучаемый материал(П)

Овладевать способами разрешения конфликтов с родителями (К)

- Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная.
- Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям?
- Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости».
- Почему родители наказывают детей?
- Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.

#### **Раздел 4. Я и мои друзья (10 часов)**

**Форма работы:** игра, занятие-диспут

**Характеристика видов деятельности:**

Учиться прогнозировать последствия своих поступков(Р)

Осознавать качества настоящего друга(П)

Учиться понимать эмоции и поступки других людей(К)

- 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?

### **Третий класс**

#### **Раздел 1. Умение владеть собой (8 часов)**

**Форма работы:** урок-беседа, тест

**Характеристика видов деятельности:**

Осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением(Р)

Планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей(П)

Контролировать свою речь и поступки(К)

- Я – третьеклассник. Как я изменился за лето?
- Умение владеть собой. Что это значит? Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками, внимательно слушать собеседника – это и есть умение владеть собой. Это умение очень важно для общения с другими людьми.
- Что значит быть хозяином своего «Я»? Какого человека называют ответственным.
- Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?

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

**Форма работы:** интегрированное занятие

**Характеристика видов деятельности:**

Извлекать необходимую информацию из текста(Р)

Учиться наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять (П)

Учиться толерантному отношению к другому мнению (К)

- Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают?
- Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»?



- Что такое хорошо и что такое плохо? Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?
- Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях

### **Раздел 3. Культура общения (7 часов)**

*Форма работы: игра, занятие-диспут*

**Характеристика видов деятельности:**

Правильно строить речевое высказывание в устной форме(Р)

Обогатить своё представление о культуре общения людей(П)

Соблюдать правила этикета(К)

- Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения? Правила общения, которые вырабатывались людьми в течение многих веков, необходимо соблюдать, чтобы не обидеть собеседника и самому не попасть в неловкую ситуацию. Всегда важно помнить, что есть граница между тем, что хочется, и тем, что можно.

- Волшебные слова: приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор.

- Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине. Как эти правила помогают в общении.

- Мальчик и девочка. Культура общения полов. Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки.

- Как правильно познакомиться?

- Как правильно держать себя, чтобы понравиться?

### **Раздел 4. Что такое сотрудничество? (11 часов)**

*Форма работы: рисунок, просмотр видеофильма*

**Характеристика видов деятельности:**

Определять и формулировать цель в совместной работе (Р)

Расширить своё представление о понятии «сотрудничество(П)

Уметь работать в группе, договариваться и приходить к общему решению (К)

- 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?

## **Четвёртый класс**

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

*Форма работы: урок-беседа, рисунок, тест*

**Характеристика видов деятельности:**

Учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях(Р)

Обогатить представления о собственных возможностях и способностях(П)

Учиться самостоятельно решать проблемы общения(К)

- Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому –четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника?

- Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Лениюшка...это все мои друзья. Но командую здесь 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? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие».
- Мой выбор, мой путь.
- Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни.
- Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь.
- Мой внутренний мир.
- Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю.
- Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно.
- Что значит верить?
- Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

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

**Форма работы:** занятие-диспут

**Характеристика видов деятельности:**

Осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит(Р)

Учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения(П)

Формулировать своё собственное мнение и позицию (К)

- Моё детство.
- Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю?
- Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть.
- Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас.
- Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

## **Раздел 3. Моё будущее (5часов)**

**Форма работы:** рисунок, интегрированное занятие

**Характеристика видов деятельности:**

Планировать цели и пути самоизменения (Р)

Оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости(П)

При работе в группе учитывать мнение товарищей(К)

- Как заглянуть во взрослый мир?
- Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас.
- Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?



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

*Форма работы: урок-беседа, проект*

*Характеристика видов деятельности:*

Соотносить результат с целью и оценивать его(Р)

Учиться моделировать новый образ на основе личного опыта(П)

Учиться формулировать собственное понимание смысла текста сказки(К)

- 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.

#### **Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? (11 часов)**

*Форма работы: урок-беседа, проект, интегрированное занятие*

*Характеристика видов деятельности:*

Осознавать, что свобода не может быть безграничной(Р)

Учиться находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию(П)

Осознавать необходимость признания и уважения прав других людей(К)

- 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?

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ТРОПИНКА К СВОЕМУ Я» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

#### **1 класс**

*Регулятивные УУД:*

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

*Познавательные УУД:*

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя

- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью учителя

*Коммуникативные УУД:*

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

**2 класс**

*Регулятивные УУД:*

- учиться рефлексировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников
- учиться прогнозировать последствия своих поступков
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации.

- строить речевое высказывание в устной форме

*Познавательные УУД:*

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок.фото)
- делать выводы в результате совместной работы в группе
- учиться графически оформлять изучаемый материал
- моделировать различные ситуации
- усваивать разные способы запоминания информации

*Коммуникативные УУД:*

- учиться позитивно проявлять себя в общении
- учиться договариваться и приходить к общему решению
- учиться понимать эмоции и поступки других людей
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов

**3 - 4 класс**

*Регулятивные УУД:*

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
- извлекать необходимую информацию из текста
- определять и формулировать цель в совместной работе
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
- соотносить результат с целью и оценивать его.

*Познавательные УУД:*

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта



- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

*Коммуникативные УУД:*

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
- формулировать своё собственное мнение и позицию
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Средствами формирования УУД служат психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы. Основной формой работы является психологический тренинг.

**Планируемые результаты освоения курса «Тропинка к своему Я»**

В результате изучения данного курса на ступени начального общего образования у выпускников будут сформированы личностные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

В сфере личностных универсальных учебных действий будут сформированы внутренняя позиция обучающегося, адекватная мотивация учебной деятельности, включая учебные и познавательные мотивы, ориентация на моральные нормы и их выполнение, способность к моральной децентрации.

В сфере познавательных универсальных учебных действий выпускники научатся воспринимать и анализировать сообщения, тексты, овладеют действием моделирования, а также широким спектром логических действий и операций.

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий выпускники приобретут умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию, отображать предметное содержание и условия деятельности в сообщениях, важнейшими компонентами которых являются тексты.

*Личностные универсальные учебные действия*

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.

*Познавательные универсальные учебные действия*

Выпускник научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;

*Выпускник получит возможность научиться:*

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

*Коммуникативные универсальные учебные действия*

Выпускник научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра.

*Выпускник получит возможность научиться:*



- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| №              | Тема   | Кол-во часов | Всего     |
|----------------|--|--------------|-----------|
| <b>1 класс</b> |  |              |           |
| 1              | Мои чувства  | 14           |           |
| 2              | Чем люди отличаются друг от друга                              | 8            |           |
| 3              | Какой Я – какой Ты?  | 8            |           |
| 4              | Трудности первоклассника                                       | 5            |           |
|                |  |              | <b>35</b> |
| <b>2 класс</b> |  |              |           |
| 5              | Я – фантазёр   | 10           |           |
| 6              | Я и моя школа  | 9            |           |
| 7              | Я и мои родители   | 6            |           |
| 8              | Я и мои друзья   | 10           |           |
|                |  |              | <b>35</b> |
| <b>3 класс</b> |  |              |           |
| 9              | Умение владеть собой   | 8            |           |
| 10             | Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений | 8            |           |
| 11             | Культура общения   | 7            |           |
| 12             | Что такое сотрудничество                                       | 11           |           |
|                |  |              | <b>35</b> |
| <b>4 класс</b> |  |              |           |
| 13             | Кто я? Мои силы, мои возможности                               | 11           |           |
| 14             | Я расту, я изменяюсь   | 5            |           |
| 15             | Моё будущее  | 5            |           |
| 16             | Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что для этого нужно?    | 3            |           |
| 17             | Хочу вырасти свободным   | 11           |           |

|                   |                                 |  |    |
|-------------------|---------------------------------|--|----|
|                   | человеком. Что для этого нужно? |  |    |
|                   |                                 |  | 35 |
| <b>Итого: 140</b> |                                 |  |    |

### УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Ведение курса психологических занятий обеспечивается следующими пособиями:

1. О.В.Хухлаева «Тропинка к своему Я». Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. Москва, «Генезис», 2011.
2. Р.В.Овчарова «Практическая психология в начальной школе», Москва, «Сфера», 2001.
- 3.Н.Ю. Куражева, И.А. Козлова «Приключения будущих первоклассников», Спб, «Речь», 2007 г.
- 4.В.В. Цвынтарный «Играем пальчиками и развиваем речь» Спб, «Лань», 2001 г.