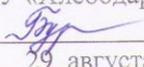
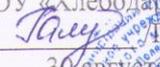


Бюджетное общеобразовательное учреждение
«Хлебодаровская средняя общеобразовательная школа»
Русско-Полянского муниципального района
Омской области

РАССМОТРЕНО на заседании школьного МО протокол № <u>1</u> от <u>28.08.</u> 2024 г.	СОГЛАСОВАНО заместитель директора по ВР БОУ «Хлебодаровская СОШ»  /Бурлак Т.И./ <u>29</u> августа 2024 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор БОУ «Хлебодаровская СОШ»  /Гайдмишник Н.Г./ <u>30</u> августа 2024 г. 
---	--	--

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

«Тропинка к своему «Я»

2 класс

наименование учебного предмета, курса, класс

базовый 34 часа

(уровень: базовый, профильный, общеобразовательный, специального коррекционного обучения)

Руководитель: Крузе Светлана Николаевна,
педагог-психолог

2024 – 2025 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» разработана на основе авторской программы О.В.Хухлаевой по формированию психологического здоровья младших школьников.

Рабочая программа «Тропинка к своему Я» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания начального общего образования.

Курс внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» эффективно работает в связи с другими дисциплинами: *окружающий мир, литературное чтение, математика, русский язык*, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Цель - формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через познание собственных чувств и возможностей

Задачи:

1. Способствовать развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учить находить пути и способы преодоления трудностей,
2. Формировать коммуникативные навыки, способствовать установлению атмосферы дружелюбия
3. Учить распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.

В соответствии с учебным планом курс психологических занятий «Тропинка к своему Я» проводится для обучающихся 2 класса по одному часу в неделю (34 часа в год).

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

Содержание курса «Тропинка к своему Я»

Содержание курса	Тема занятия	Формы и методы проведения занятий
Вспомним чувства	<ul style="list-style-type: none"> Мы рады встрече 	Разминка «Мячик». Основное содержание занятия – игры «Вспомним чувства», «Чувства – воспоминания», «Рисунок радости»
	<ul style="list-style-type: none"> Понимаем чувства другого 	Разминка «Мячик», «Лишнее слово». Основное содержание занятия – игры «Я тебя понимаю», «Сочини рассказ», «Общее слово»
	<ul style="list-style-type: none"> Мы испытываем разные чувства 	Разминка «Мячик», «Лишнее слово». Основное содержание занятия – игры «Сочини рассказ», «Режим дня», «Рисуем режим»; работа со сказкой «Сказка о мальчике, который боялся темноты»
Чем люди отличаются друг от друга?	<ul style="list-style-type: none"> Люди отличаются друг от друга своими качествами 	Разминка «Лишнее слово», «Кто сегодня молодец». Основное содержание занятия – беседа «Качества»; игры «В чем твоя сила?», «Сердце класса», «Чье качество?»; работа со сказкой «Пятерка и доброе сердце»
	<ul style="list-style-type: none"> Хорошие качества людей 	Разминка «Какие качества задуманы?». Основное содержание занятия – игры «Отзывчивость», «Три качества», «Я знаю пять хороших качеств», «Качество в подарок»; работа со сказкой «Я не такой, как все»
	<ul style="list-style-type: none"> Самое важное хорошее качество 	Разминка «Найди лишнее слово», «Качества – шепотом». Основное содержание занятия – игры «Сборы в дорогу», «Кто любит детей», «Поделимся любовью»; работа со сказкой «Хвостатик»
	<ul style="list-style-type: none"> Кто такой сердечный человек? 	Разминка «Найди лишнее слово», «Отгадай качество». Основное содержание занятия – игры «Догадайся, что задумано», «Пять моих хороших качеств», «Мягкое сердце»
	<ul style="list-style-type: none"> Кто такой доброжелательный человек? 	Разминка «Найди лишнее слово», «Какое слово не подходит». Основное содержание занятия – игры «Поделимся любовью», «Открытый человек»; работа со сказкой «Маленький котенок»
	<ul style="list-style-type: none"> Трудно ли быть доброжелательным человеком? 	Разминка «Какое слово не подходит», «Какое качество зашифровано». Основное содержание занятия – игры «Я хотела бы стать более...», «Золотой ключик»; работа со сказкой «Часы»
	<ul style="list-style-type: none"> Я желаю ребятам добра в классе 	Разминка «Аналогии», «Шифровальщики». Основное содержание занятия – игры «Как ведет себя человек», «Я желаю всем добра»; работа со сказкой «О подзорной трубе»
	<ul style="list-style-type: none"> Очищаем свое сердце 	Разминка «Аналогии», «Шифровальщики». Основное содержание занятия – игры «Чистое сердце»; работа со сказкой «Сказка про

		гусеничку»
	<ul style="list-style-type: none"> Какие качества вам нравятся друг в друге 	Разминка «Зеленый крокодил в синей шляпе», «Угодай-ка». Основное содержание занятия – игра «Снежная королева»; работа со сказкой «Кузя»
	<ul style="list-style-type: none"> Какими качествами мы похожи и чем отличаемся? 	Разминка «Неоконченное предложение», «Психологическая загадка». Основное содержание занятия – игра «Ладощка», «Мы похожи – мы отличаемся»; работа со сказкой «Туча»
	<ul style="list-style-type: none"> Люди отличаются друг от друга своими качествами 	Разминка «Неоконченное предложение», «Психологическая загадка», «Джунгли», «Кто тебя позвал». Основное содержание занятия – игра «Звездочка»; работа со сказкой «Цветок по имени Незабудка»
	<ul style="list-style-type: none"> В каждом человеке есть светлые и темные качества 	Разминка «Неоконченное предложение», «Психологическая загадка», «Птичий двор», «Чья ладошка?». Основное содержание занятия – игры «Темные и светлые мешочки», «Светофорики»; работа со сказкой «перчатка»
	<ul style="list-style-type: none"> Групповой проект «Мы – разные» 	Работа в группах. Рисунки одноклассников, класса, учителя, подбор иллюстраций их журналов, печатных изданий.
	<ul style="list-style-type: none"> Представление группового проекта «Мы – разные» 	Оформление материала на ватманах. представление группой своей работы.
Какой я? – Какой ты?	<ul style="list-style-type: none"> Какой Я? 	Разминка «Неоконченное предложение», «Психологическая разгадка», «Холодно-горячо». Основное содержание занятия – игра «Цыганка»; работа со сказкой «Сказка про дружбу»
	<ul style="list-style-type: none"> Какой Ты? 	Разминка «Законченное предложение», «Психологическая разгадка», «Найди игрушку». Основное содержание занятия – игра «Цыганка»; работа со сказкой «Заяц - хвоста»
	<ul style="list-style-type: none"> Трудности второклассника в школе, дома, на улице 	Разминка «Загадай игрушку», «Хрюкните те, кто...», «Крылатые качели». Основное содержание занятия – игра «Копилка трудностей», «Театр»; рисование «Трудные ситуации второклассника»
	<ul style="list-style-type: none"> Школьные трудности 	Разминка «Изобрази предмет», «Бой быков», «Школа зверей», «Дважды два – четыре». Основное содержание занятия – игра «Помоги Сереже»; работа со сказкой «В одном лесу жила-была...»
	<ul style="list-style-type: none"> Домашние трудности 	Разминка «Изобрази предмет», «разные ладошки», «Если я улитка», «Изобрази ситуацию». Основное содержание занятия – работа со сказкой «Муравьишка»
	<ul style="list-style-type: none"> Учимся преодолевать трудности. Практическое занятие. 	Работа в парах: заполнение таблиц, составление памяток

	<ul style="list-style-type: none"> Игра «Преодоление трудностей» 	Групповая форма работы. Творческие задания группам: «Как преодолеть лень», «Как преодолеть грусть?», «Как преодолеть усталость?»
--	---	--

Планируемые результаты

Личностные универсальные учебные действия

У обучающегося будут сформированы	Обучающийся получит возможность для формирования
<ul style="list-style-type: none"> внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образа «хорошего ученика»; 	<ul style="list-style-type: none"> <i>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;</i>
<ul style="list-style-type: none"> широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы; 	<ul style="list-style-type: none"> <i>выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;</i>
<ul style="list-style-type: none"> учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; 	<ul style="list-style-type: none"> <i>устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;</i>
<ul style="list-style-type: none"> способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности; 	<ul style="list-style-type: none"> <i>адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;</i>
<ul style="list-style-type: none"> 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; 	<ul style="list-style-type: none"> <i>компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;</i>
<ul style="list-style-type: none"> развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им; 	<ul style="list-style-type: none"> <i>эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия</i>
<ul style="list-style-type: none"> установка на здоровый образ жизни 	<ul style="list-style-type: none"> <i>установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках</i>

Метапредметные универсальные учебные действия

Познавательные универсальные действия

Обучающийся научится	Обучающийся получит возможность научиться
Умение работать с личностными методиками	
определять свое эмоциональное состояние	<i>анализировать свое эмоциональное состояние</i>
определять свои личностные особенности	<i>анализировать свои личностные особенности</i>
Умение работать в команде	
слушать и слышать собеседника	<i>вести диалог и полилог</i>
учитывать мнение собеседника	

уметь вставить на сторону собеседника	
Умение доказать свою точку зрения	
строить рассуждения, доказывать свою точку зрения	<i>строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей</i>
Умение определять последовательность событий	
устанавливать последовательность событий	<i>устанавливать последовательность событий, выявлять недостающие элементы</i>
Умение понимать информацию, представленную в неявном виде	
понимать информацию, представленную в неявном виде	<i>понимать скрытый подтекст высказывания</i>
Регулятивные универсальные действия	
Обучающийся научится	Обучающийся получит возможность научиться
целеполаганию	<i>постановке учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено и того, что еще неизвестно</i>
планированию	<i>составлению плана и последовательности действий</i>
прогнозированию	<i>предвосхищению результата и уровня усвоения, его временных характеристик</i>
контролю	<i>контролю в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона</i>
коррекции	<i>вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта</i>
оценке	<i>выделению и осознанию того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня освоения</i>
волевой саморегуляции как способности к мобилизации сил и энергии	<i>развитию способности к волевому усилию – к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий</i>
Коммуникативные универсальные действия	
Обучающийся научится	Обучающийся получит возможность научиться
Умение объяснить свой выбор	
строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора	<i>строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора и отвечать на поставленные вопросы</i>
Умение задавать вопросы	
формулировать вопросы	<i>формулировать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером</i>
вести конструктивный диалог	<i>вести конструктивную беседу</i>
слушать мнение других людей	<i>учитывать мнение других людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника</i>

Предметные универсальные учебные действия

Обучающийся получит знания и умения	Обучающийся получит возможность научиться
<ul style="list-style-type: none"> • 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; • знание правил работы в тренинговой группе; • умение вести конструктивный диалог 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет</i> • <i>понимать себя, свои желания, мечты, ценности;</i> • <i>вести конструктивную беседу;</i> • <i>бесконфликтному поведению со сверстниками и взрослыми людьми.</i>

Тематические блоки программы «Тропинка к своему Я»

№	Тематический блок	Кол-во часов	Основные цели
1	Вводное занятие	1	- знакомство с целями, задачами и содержанием курса
2	Вспомним чувства	4	- актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека
3	Чем люди отличаются друг от друга?	16	- помочь детям находить хорошие качества в каждом человеке; - воспитывать толерантность, коммуникативность, доброжелательность; - способствовать сплочению классного коллектива
4	Какой я? – Какой ты?	12	- помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств; - учить детей находить положительные качества во всех людях
5	Итоговое занятие	1	- обобщение полученных знаний

Учебно-тематическое планирование курса «Тропинка к своему Я»

Содержание курса	Тематическое планирование	Кол-во часов	Дата
Вводное занятие (1 час)	<ul style="list-style-type: none"> • Вводное занятие 	1	
Вспомним чувства (4 часа)	<ul style="list-style-type: none"> • Мы рады встрече 	1	
	<ul style="list-style-type: none"> • Понимаем чувства другого 	1	
	<ul style="list-style-type: none"> • Мы испытываем разные чувства 	2	
Чем люди отличаются	<ul style="list-style-type: none"> • Люди отличаются друг от друга своими качествами 	1	

друг от друга? (16 часов)	• Хорошие качества людей	2	
	• Самое важное хорошее качество	1	
	• Кто такой сердечный человек?	1	
	• Кто такой доброжелательный человек?	1	
	• Трудно ли быть доброжелательным человеком?	1	
	• Я желаю ребятам добра в классе	2	
	• Очищаем свое сердце	1	
	• Какие качества вам нравятся друг в друге	1	
	• Какими качествами мы похожи и чем отличаемся?	1	
	• Люди отличаются друг от друга своими качествами	1	
	• В каждом человеке есть светлые и темные качества	1	
	• Групповой проект «Мы – разные»	1	
	• Представление группового проекта «Мы – разные»	1	
Какой я? – Какой ты? (12 часов)	• Какой Я?	2	
	• Какой Ты?	2	
	• Трудности второклассника в школе, дома, на улице	1	
	• Школьные трудности	2	
	• Домашние трудности	2	
	• Учимся преодолевать трудности. Практическое занятие.	2	
	• Игра «Преодоление трудностей»	1	
Итоговое занятие (1 час)	• Заключительное занятие. Подводим итоги.	1	
ВСЕГО		34	

Методические и оценочные средства

Контрольно-оценочные средства

Этапы контроля	Период	Объект и формы контроля	Диагностический инструментарий
Входной контроль	Начальный этап прохождения курса	Адаптации к школе, психологическая готовность к обучению во 2 классе	Наблюдение Диагностика с использованием проективных методик
Текущий контроль	По окончании раздела	Эмоционально-личностная сфера. Особенности адаптации. Уровень освоения материала.	Наблюдение. Проективные методики, рисунчатые тесты
Промежуточный контроль	После проведения каждого занятия	Усвоение знаний, применение на практике	Наблюдение, взаимооценка, самооценка
Итоговый контроль	В конце обучения по программе	Проверка освоения программы, развитие эмоционально-личностной сферы	Наблюдение, опрос, анкетирование, диагностики. Опрос родителей и классного руководителя

Методическое обеспечение программы

1. Банк проективных методик для определения уровня адаптации обучающихся начальной школы <https://nsportal.ru/user/762022/page/adaptatsiya-pervoklassnikov-metodiki>
2. Игры-энергизаторы <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2012/03/15/energizatory>
3. Сборник игр для сплочения коллектива <https://infourok.ru/sbornik-igr-dlya-splochenie-mladshego-shkolnogo-kollektiva-4170230.html>
4. Терапевтические сказки для младших школьников <https://www.b17.ru/blog/36585/>
5. Бланки диагностических методик
6. Сборник игр для развития эмоционально-личностной сферы младших школьников <https://infourok.ru/sbornik-igr-uspeshnaya-adaptaciya-pervoklassnikov-979116.html>
7. Методы арт-терапии в начальной школе <https://urok.1sept.ru/articles/667606>

Материально-техническое обеспечение программы

1. Учебный кабинет, удовлетворяющий санитарно – гигиеническим требованиям, для занятий группы 15 человек (парты, стулья, классная доска, зона отдыха, палас).
2. Техническое оборудование, необходимое для реализации программы:
 - компьютер (ноутбук) с выделенным каналом выхода в Интернет;
 - мультимедийная проекционная установка;
 - принтер;

- сканер;
- телевизор.

3. Материалы для творчества (акварель, гуашь, белая и цветная бумага, картон и ватман для рисования и конструирования, клей, фотоальбомы и др.).

4. Канцелярские принадлежности: ручки, карандаши, маркеры, фломастеры и т.п.

Список литературы

1. Битянова М. Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками. СПб., 2002

2. «Практика сказкотерапии» / Под ред. Сакович Н.А. - СПб.: Речь, 2004.

3. Практикум по арт-терапии, под редакцией А.И.Копытина, С.-Петербург, 2000г.

4. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему «Я»: Уроки психологии в начальной школе. 2 класс. Издательство «Генезис», 2013

5. Фопель К. Психологические игры и упражнения. М., 2001.