

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Алтайского края  
МКУ "Управление образования Администрации города Бийска "  
МБОУ "СОШ №1"

РАССМОТРЕНО на МО учителей начальных классов МБОУ "СОШ № 1" _____Аверьянова Е.С. Протокол № 6 от "21" августа 2023 г.	ПРИНЯТО педагогическим советом МБОУ "СОШ №1" Протокол №1 от "21" августа 2023 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "СОШ №1" _____Киреева О.А. Приказ № 399 от "22" августа 2023 г.
---	--	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
курса внеурочной деятельности  
**«Тропинка к своему Я»**

для 2 класса  
начального общего образования  
на 2023-2024 учебный год

Составители: Гурьянова Евгения Анатольевна,  
Лосева Екатерина Максимовна,  
педагоги-психологи

Бийск 2023

## **I. Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» для 2 класса составлена на основании следующих нормативных документов и методических материалов:

1. Приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного стандарта начального общего образования» (далее ФГОС НОО 2021);
2. Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 16 ноября 2022 года № 992 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования;
3. Приказа МБОУ «СОШ № 1» от 23.03.2023 № 165 «Об утверждении основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ № 1»;
4. Приказа МБОУ «СОШ № 1» от 21.08.2023 № 397 «Об утверждении Годового календарного учебного графика на 2023/2024 учебный год МБОУ «СОШ № 1»;
5. Авторской программы формирования психологического здоровья у младших школьников «Тропинка к своему Я» О.В. Хухлаевой.

**Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю), 34 рабочие недели.**

**Цель программы:** Сохранение психического здоровья первоклассников, создание социально-психологических условий для успешной адаптации к школьной жизни.

Программа состоит из 4 параллельно развивающихся содержательно-методических линий, которые определяют задачи учебного курса:

**1. Организационно-рефлексивная:**

Формирование умение учиться в своей полноте (ставить цель, составлять план действий, осуществлять выбор способов и средств достижения цели), умение управлять своим поведением, эмоциональными состояниями.

**2. Коммуникативная:**

развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.

**3. Познавательная:**

развитие у детей когнитивных умений и способностей, рефлексия способов и условий действия, умение контролировать и оценивать процесс и результаты своей деятельности.

**4. Ценностная:**

формирование нравственно-этических норм, развитие умения соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, уважение к людям, развитие толерантности. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я-концепции» детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

### **1.1. Планируемые результаты изучения учебного предмета,**

**формы организации учебных занятий,**

**формы организации и виды деятельности**

Учащиеся научатся:

**Познавательные УУД**

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности;

- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- давать определение понятиям;

#### **Ценностные УУД**

- готовность к самообразованию и самовоспитанию;
- позитивная самооценка, положительная «Я-концепция»;
- уважение к ценностям семьи, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира.

#### **Организационно-регулятивные УУД**

- самостоятельно контролировать своё время и управлять им;
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;

#### **Коммуникативные УУД**

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- работать в группе - устанавливать рабочие отношения;
- устанавливать межличностные отношения со сверстниками и учителями.

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

### **1.2. Содержание курса внеурочной деятельности**

Программа «Тропинка к своему Я» предназначена для учащихся 2-х классов и рассчитана на 34 часа.

Данный курс построен с учетом следующих принципов:

1. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей.
2. Принцип наглядности.
3. Принцип системности.
4. Принцип учета зоны ближайшего развития.
5. Принцип самостоятельности и активности.
6. Принцип доступности.
7. Принцип активного субъект – субъектного взаимодействия ребенка и взрослого.
8. Принцип поощрения любознательности.
9. Принцип толерантности.

**Формы** организации обучения: фронтальная, индивидуальная, групповая.

Технологии обучения:

- информационно-коммуникативные;
- здоровьесберегающие;
- игровые технологии.

#### **Требования к возрастному составу группы**

Программа предназначена для психологической работы с детьми первого класса.

#### **Структура программы включает в себя 3 этапа:**

##### **1. Вводный этап.**

Включает в себя 1 занятие. На этом этапе необходимой задачей является установление контакта с детьми, создание положительного отношения к занятиям и психологу, налаживание доверительных отношений между психологом и детьми. Важной задачей на данном этапе является выявление зоны актуального и ближайшего развития детей.

##### **2. Основной этап.**

Включает в себя 31 занятие, включающих игры и психотехнические упражнения, направленные на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения в школе.

### 3. Заключительный этап.

Включает в себя 1 занятие. Оно направлено на обобщение полученных знаний, умений и навыков и определение выводов о значимости их для дальнейшего обучения, на рефлекссию всего прошедшего этапа работы.

### **Структура занятий:**

Каждое занятие включает в себя следующие элементы:

- Ритуал приветствия
- Разминка
- Рефлексия предыдущего занятия
- Основное содержание занятия
- Рефлексия текущего занятия
- Ритуал прощания

### **Организация работы**

Занятия проводятся во время учебного года, один раз в неделю по 30-40 минут.

### **1.3. Формы контроля уровня достижений планируемых результатов:**

защита проекта, реферата, участие в конкурсах, выпуск газет и журналов.

## II. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	№ по разделам	Тема	Количество часов	Дата проведения.
<b>1 Раздел: Я - школьник (14 часов)</b>				
1	1.1	Знакомство. Введение в мир психологии	1	
2	1.2	Как зовут ребят моего класса	1	
3	1.3	Зачем мне нужно ходить в школу	1	
4	1.4	Я в школе	1	
5	1.5	Я в школе	1	
6	1.6	Мой класс	1	
7	1.7	Мой класс	1	
8	1.8	Какие ребята в моем классе	1	
9	1.9	Мои друзья в классе	1	
10	1.10	Мои друзья в классе	1	
11	1.11	Мои успехи в школе	1	
<b>1 триместр: 11ч</b>				
12	1.12	Мои успехи в школе	1	
13	1.13	Моя «учебная сила»	1	
14	1.14	Моя «учебная сила»	1	
<b>Раздел 2. Мои чувства (19 часов)</b>				
15	2.15	Радость. Что такое мимика	1	
16	2.16	Радость. Что такое мимика	1	
17	2.17	Радость. Как ее доставить другому человеку	1	
18	2.18	Жесты	1	
19	2.19	Радость можно передать прикосновением.	1	
20	2.20	Радость можно подарить взглядом	1	
21	2.21	Грусть	1	
<b>2 триместр: 10ч</b>				
22	2.22	Страх.	1	
23	2.23	Страх. Его относительность	1	
24	2.24	Как справиться со страхом	1	
25	2.25	Страх и как его преодолеть	1	
26	2.26	Гнев	1	
27	2.27	Гнев. С какими чувствами он дружит	1	

28	2.28	Гнев. С какими чувствами он дружит	1	
29	2.29	Может ли гнев принести пользу	1	
30	2.30	Может ли гнев принести пользу	1	
31	2.31	Обида	1	
32	2.32	Разные чувства	1	
33-34	2.33	Итоговое занятие.	2	
<b>3 триместр- 12ч</b>				
<b>Итого за год- 34часа</b>				

### III. Лист внесения изменений

Дата занятия по журналу, на который была сделана корректировка	Номера занятий, которые были интегрированы (дополнены)	Тема занятия, которая стала после интеграции (дополнения)	Основание для корректировки	Подпись представителя администрации школы, контролирующего выполнение корректировки
20.05.2024	№ 33-34	Итоговое занятие.	Приказ от 21.08.2023 № 397 «Об утверждении Годового календарного учебного графика на 2023/2024 учебный год МБОУ	