

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 8
г.Конаково



*Общеразвивающая программа
дополнительного образования*

„Путь к своему Я“

2023-2024 учебный год

Руководитель

Игнатьева Л.Ю.

Аннотация к программе

Статус программы: программа кружка «Путь к своему Я» модифицированная, составлена на основе программы внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я»: пособие для учителей и психологов общеобразоват. учреждений / О.В.Хухулаева. — М.: Издательство «Генезис», 2008

Направленность программы – социально-психологическая

Цель программы: формирование позитивного отношения к себе и к школе, профилактика школьной дезадаптации.

Рекомендуемый возраст детей – от 7 до 9 лет.

Программа рассчитана на один год обучения.

Количество часов в год – 33; 1 час в неделю.

Формы организации деятельности: индивидуальная, групповая, коллективная, организация выставок, итоговых работ, выполнение творческих проектных работ.

Основной вид занятий – практический.

Краткое содержание

Программа 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.

На занятиях учащиеся получают возможность понять и осмыслить:

- Ценность добра – осознание себя как части мира.
- Постулаты нравственной жизни.
- Ценность общения – понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих элементов культуры.
- Ценность семьи. Понимание важности семьи в жизни человека.
- Ценность труда и творчества – осознание роли труда в жизни человека, развитие организованности, целеустремленности, ответственности, самостоятельности, ценностного отношения к труду.

Ожидаемые результаты

На занятиях учащиеся должны научиться строить сообщения в устной форме; строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях; обобщать, т.е. осуществлять выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущности связи. Также на занятиях дети получают возможность адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, учатся формулировать собственное мнение и позицию, строить понятные для партнера высказывания, задавать вопросы и продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников.

Пояснительная записка

В соответствии с учебным планом МБОУ СОШ №8 на 2023 – 2024 учебный год предмет внеурочной деятельности «Путь к своему Я» изучается в 1 классе. Занятия проводятся с группой первоклассников. Общий объем учебного времени составляет **33 часа** (по 1 часу в неделю на протяжении 33 недель).

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

Актуальность программы «Путь к своему Я» заключается в том, что она предоставляет возможность учителю осуществлять индивидуальный подход к каждому обучающемуся, раскрывать его личностные задатки, развивать его навыки саморегуляции, произвольности, уровня самоконтроля.

Основная цель программы: формирование позитивного отношения к себе и к школе, профилактика школьной дезадаптации.

Основные задачи:

- Формирование психологического здоровья.
- Воспитание нравственных чувств и этического сознания.
- Формирование позитивное отношение к своему «Я».
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
- Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
- Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
- Развитие навыков социального поведения.
- Знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями поведения.
- Создание возможностей для самовыражения.
- Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
- Развитие способности ребенка к эмпатии, сопереживанию.
- Формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных навыков.
- Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
- Развитие познавательной мотивации.
- Раскрытие творческого потенциала.

• Результаты освоения курса «Путь к своему Я»

Одним из результатов освоения курса «Путь к своему Я» является осмысление и интериоризация (присвоение) учащимися системы ценностей.

- Ценность добра – осознание себя как части мира.
- Осознание постулатов нравственной жизни (будь милосерден, поступай так, как ты хотел бы, чтобы поступали с тобой).
- Ценность общения – понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих элементов культуры.
- Ценность истины – осознание ценности научного познания как части культуры человечества, проникновения в суть явлений, понимания закономерностей, лежащих в основе социальных явлений; приоритетности знания, установления истины, самого познания как ценности.
- Ценность семьи. Понимание важности семьи в жизни человека; осознание своих корней; формирование эмоционально-позитивного отношения к семье, близким, взаимной ответственности, уважение к старшим, их нравственным идеалам.
- Ценность труда и творчества – осознание роли труда в жизни человека, развитие организованности, целеустремлённости, ответственности, самостоятельности, ценностного отношения к труду.
- Ценность гражданственности и патриотизма – осознание себя как члена общества, народа, представителя страны, государства.
- Ценность человечества – осознание себя не только гражданином России, но и частью мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество, толерантность, уважение к многообразию иных культур.

Личностные, метапредметные и предметные

результаты освоения курса «Путь к своему Я»

В результате изучения данного курса на ступени начального общего образования у учащихся 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 школьники научатся воспринимать и анализировать сообщения, тексты, овладеют действием моделирования, а также широким спектром логических действий и операций.

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий учащиеся 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 учащегося 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;

Учащийся 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

Учащийся научится:

- 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;

Учащийся получит возможность научиться:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия

Учащийся 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.

Учащийся 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.

Учебно-методическое обеспечение:

Наглядные пособия

Раздаточный материал

Информационный материал, шаблоны, игры дидактические и развивающие

Фотоархив

Мультимедийные презентации.

Содержание курса «Путь к своему Я»

№	Содержание курса	Вид деятельности	Форма деятельности
Раздел 1. Я — школьник. (17 часов)			
1.	Знакомство. Введение в мир психологии.	Общение и взаимодействие со взрослым и совместные игры со сверстниками. Рисование. Чтение сказки.	Беседа, упражнения на формирование дружеских отношений, развитие уверенности в себе. Изобразительная деятельность.
2.	Ура, я школьник!		
3.	Правила школьной жизни.		
4.	Как зовут ребят моего класса.	Общение и взаимодействие со взрослым и со сверстниками. Сюжетно-ролевые игры.	Групповая работа, индивидуальная работа, направленные на осознание позиции школьника. Игровая деятельность.
5.	Зачем мне нужно ходить в школу.	Общение и взаимодействие со взрослым и совместные игры со сверстниками.	Групповая и индивидуальная работа. Игровая деятельность. Социальные пробы, обсуждение.
6.	Мой друг школьный портфель.	Общение и взаимодействие со взрослым и совместные игры со сверстниками.	Групповая и индивидуальная работа. Коммуникативная и игровая деятельность.
7.	Узнай меня поближе.	Общение и совместные игры со сверстниками. Чтение и обсуждение сказки.	Групповая и индивидуальная работа. Восприятие художественной литературы.
8.	Мой класс.	Общение и взаимодействие со взрослым и совместные игры со сверстниками. Рисование.	Групповая и индивидуальная работа. Изобразительная деятельность.
9.	Какие ребята в моем классе.		
10.	Учимся работать вместе.		
11.	Мои друзья в классе.	Чтение и обсуждение сказок. Сюжетно-ролевые игры. Рисование. Общение и взаимодействие со сверстниками.	Групповая и индивидуальная работа. Практикум, обсуждение, изобразительная деятельность. Коммуникативная и игровая деятельность.
12.	Мои друзья в классе (продолжение).		
13.	Мои друзья в классе (продолжение).		
14.	Наш класс – это все мы.		
15.	Мои успехи в классе.	Дидактические и развивающие игры и упражнения.	Групповая и индивидуальная работа. Игровая деятельность.
16.	Моя учебная сила.	Дидактические и развивающие игры и упражнения. Чтение и обсуждение сказки, рисование.	Групповая и индивидуальная работа. Практикум. Восприятие художественной литературы, игровая и изобразительная деятельность.
17.	Первоклассник – это здорово!		
Раздел 2. Мои чувства. (16 часов)			
18.	Настроение в школе.	Восприятие музыки, рисование, гимнастика.	Фронтальная работа. Музыкальная и изобразительная
19.	Радость. Что такое		

	мимика.		деятельность.
20.	Радость. Как ее доставить другому человеку.	Дидактические и развивающие игры и упражнения. Чтение и обсуждение сказки, рисование.	Групповая и индивидуальная работа. Игровые методы, методы психической саморегуляции.
21.	Жесты.	Совместные игры со сверстниками, гимнастика, восприятие музыки.	Работа в группах по алгоритму, обсуждение. Музыкальная и игровая деятельность.
22.	Радость можно передать прикосновениями.	Творческие сюжетно-ролевые игры, чтение и обсуждение сказки.	Словесные методы. Работа в группах по алгоритму, обсуждение. Игровая деятельность, восприятие художественной литературы.
23.	Радость можно подарить взглядом.		
24.	Грусть.	Общение и взаимодействие со сверстниками. Чтение и обсуждение сказки.	Индивидуальная, групповая работа, коммуникативная деятельность.
25.	Страх.	Сюжетно-ролевые и подвижные игры, чтение и обсуждение сказки. Рисование.	Индивидуальная, групповая работа. Игровая и художественная деятельность, восприятие художественной литературы.
26.	Страх, его относительность.	Восприятие музыки, рисование, гимнастика.	Фронтальная работа.
27.	Как справиться со страхом.		
28.	Страх и как его преодолеть.	Сюжетно-ролевые и подвижные игры, чтение и обсуждение сказки. Рисование.	Групповая и индивидуальная работа. Работа в парах, фронтальная работа. Игровая и художественная деятельность, восприятие художественной литературы.
29.	Гнев. С какими чувствами он дружит.	Восприятие музыки, сюжетно-ролевые игры, рисование, гимнастика.	Фронтальная работа. Собеседование, игровая и художественная деятельность.
30.	Может ли гнев принести пользу?		
31.	Обида.	Общение и взаимодействие со сверстниками. Чтение и обсуждение сказки.	Групповая и индивидуальная работа. Восприятие художественной литературы. Практическая работа.
32.	Разные чувства.	Общение и взаимодействие со сверстниками. Гимнастика. Творческие и сюжетно-ролевые игры.	Групповая и индивидуальная работа. Игровая деятельность.

33.	Подведение итогов.	Сюжетно-ролевые, игры-фантазии и подвижные игры, восприятие музыки. Рисование.	Фронтальная, групповая работа. Игровая и художественная деятельность.
-----	--------------------	--	---

Учебно-тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
	Раздел 1. Я — школьник.			
1.	Знакомство. Введение в мир психологии.	1		
2.	Ура, я школьник!	1		
3.	Правила школьной жизни.	1		
4.	Как зовут ребят моего класса.	1		
5.	Зачем мне нужно ходить в школу.	1		
6.	Мой друг школьный портфель.	1		
7.	Узнай меня поближе.	1		
8.	Мой класс.	1		
9.	Какие ребята в моем классе.	1		
10.	Учимся работать вместе.	1		
11.	Мои друзья в классе.	1		
12.	Мои друзья в классе (продолжение).	1		
13.	Мои друзья в классе (продолжение).	1		
14.	Наш класс – это все мы.	1		
15.	Мои успехи в классе.	1		
16.	Моя учебная сила.	1		
17.	Первоклассник – это здорово!	1		
	Глава 2. Мои чувства.			
18.	Настроение в школе.	1		
19.	Радость. Что такое мимика.	1		
20.	Радость. Как ее доставить другому человеку.	1		
21.	Жесты.	1		
22.	Радость можно передать прикосновениями.	1		
23.	Радость можно подарить взглядом.	1		
24.	Грусть.	1		
25.	Страх.	1		
26.	Страх, его относительность.	1		
27.	Как справиться со страхом.	1		
28.	Страх и как его преодолеть.	1		
29.	Гнев. С какими чувствами он дружит.	1		
30.	Может ли гнев принести пользу?	1		
31.	Обида.	1		
32.	Разные чувства.	1		
33.	Подведение итогов.	1		
	Всего	33 часа		