

Ростовская область Константиновский район посёлок Стычковский
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Стычковская средняя общеобразовательная школа»

Приложение № 1 к Основной
образовательной программе
основного общего образования
МБОУ «Стычковская СОШ»



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Я познаю мир и себя »
по социальному направлению
для 4 класса**

Учитель: Кислещова Елена Алексеевна

Программа разработана на основе Примерной
программы психологического развития младших
школьников автор Н.П.Локалова.,2014г.

2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана на основе следующих нормативных документов:

- Закона РФ «Об образовании» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Приказа Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Приказа Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373»;
- Письма Департамента общего образования Минобрнауки РФ от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»
- Основной образовательной программы МБОУ «Стычновская СОШ».
- Примерной программы психологического развития младших школьников автор Н.П.Локалова.,2014г.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников.

Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, 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: 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. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента:

Аксиологический (связанный с сознанием).

Инструментально-технологический и потребностно-мотивационный.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами.

Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.
2. Развёртывание темы.
3. Индивидуализация темы.
4. Завершение темы

Формы проведения: групповая работа, работа в парах, рисуночные тесты, психологические упражнения, работа со сказками, индивидуальная работа.

Место в учебном плане: Программа рассчитана на 1 год обучения (34 часа в год, 1 час в неделю).

Сроки реализации программы: 1год(2021-2022гг.)

Планируемые результаты изучения учебного предмета, курса

Метапредметные:

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.

Предметными результатами освоения курса внеурочной деятельности являются:

Психологические знания (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности),

Психологические умения (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения),

Навыки (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой),

Опыт творческой самостоятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения к психологической реальности и действительности в целом.

Личностными результатами освоения курса внеурочной деятельности являются:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию,
- сформированность мотивации к учению и познанию,
- ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции;
- социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности.

Общая характеристика:

Тесты способностей, проводимые в начале года, позволяют выявить и измерить уровень развития тех или иных психических функций, познавательных процессов. Такие тесты чаще всего связаны с диагностикой познавательной сферы личности, особенностей мышления и обычно называются также интеллектуальными.

К ним относятся, например, тест Равена, тест Амтхауэра, тест Векслера и т.д., а также тесты-задания.

Тесты достижений, проводимые в конце года, ориентированы на выявление уровня сформированности конкретных знаний, умений и навыков и как меры успешности выполнения, и как меры готовности к выполнению некоторой деятельности. В качестве примеров могут служить все виды тестовых испытаний.

Для **оценки эффективности занятий** можно использовать следующие показатели:

- степень помощи, которую оказывает учитель учащимся при выполнении заданий;
- поведение детей на занятиях: живость, активность, заинтересованность обеспечивают положительные результаты;
- результаты выполнения тестовых заданий и заданий из конкурса эрудитов, при выполнении которых выявляется, справляются ли ученики с ними самостоятельно;
- косвенным показателем эффективности занятий может быть повышение качества успеваемости по математике, русскому языку, окружающему миру, литературному чтению и др.

Содержание курса

Раздел 1. Мои силы, мои возможности (12 часов)

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, Ленюшка...это все мои друзья. Но команду 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 (4 часа)

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. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)

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)

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? (9 часов)

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?

Раздел 6. Заключение (2 часа)

Содержание учебного предмета, курса

| № п/п | Раздел | Количество часов |
|-------|----------------------------------|------------------|
| 1. | Кто Я? Мои силы, мои возможности | 12 ч |

| | | |
|---------------|---|-------------|
| 2. | Я расту, я изменяюсь | 4 ч |
| 3. | Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? | 4 ч |
| 4. | Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? | 3 ч |
| 5. | Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? | 9 ч |
| 6. | Заключение | 2 ч |
| Итого: | | 34 ч |

Тематическое планирование

| п/п | Наименование темы/раздела | Кол-во часов | Дата план | Дата факт |
|-------|---|--------------|------------------|-----------|
| | Кто Я? Мои силы, мои возможности | 12 | | |
| 1 | «Мое лето» | 1 | 3.09. | |
| 2-3 | «Кто Я?» | 2 | 10.09. 17.09. | |
| 4 | «Какой Я – большой или маленький?» | 1 | 24.09. | |
| 5 | «Мои способности» | 1 | 1.10. | |
| 6 | «Мой выбор, мой путь» | 1 | 8.10. | |
| 7-8 | «Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?» | 2 | 15.10. 22.10. | |
| 9 | «Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира» | 1 | 29.10. | |
| 10 | «Кого я могу впустить в свой внутренний мир?» | 1 | 12.11. | |
| 11-12 | «Что значит верить?» | 2 | 19.11. 26.11. | |
| | Я расту, я изменяюсь | 4 | | |
| 13-14 | «Мое детство» | 2 | 3.12. 10.12. | |
| 15-16 | «Я изменяюсь» | 2 | 17.12. 24.12. | |
| | Мое будущее. Каким бы | 4 | | |

| | | | | |
|-------|--|----------|------------------|--|
| | я хотел стать в будущем? | | | |
| 17-18 | «Мое будущее» | 2 | 14.01. 21.01. | |
| 19-20 | «Хочу вырасти здоровым человеком» | 2 | 28.01. 4.02. | |
| | Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? | 3 | | |
| 21 | «Кто такой интеллигентный человек» | 1 | 11.02. | |
| 22 | «Хочу вырасти интеллигентным человеком» | 1 | 18.02. | |
| 23 | «Что такое идеальное Я» | 1 | 25.02. | |
| | Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? | 9 | | |
| 24 | «Кто такой свободный человек?» | 1 | 4.03. | |
| 25-26 | «Права и обязанности школьника» | 2 | 11.03. 18.03. | |
| 27 | «Что такое «право на уважение»?» | 1 | 1.04. | |
| 28 | Права и обязанности» | 1 | 8.04. | |
| 29-30 | «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам» | 2 | 15.04. 22.04. | |
| 31-32 | «Как разрешать конфликты мирным путем?» | 2 | 29.04. 6.05. | |
| | Заключение | 2 | | |
| 33-34 | Итоговое занятие | 2 | 13.05. 20.05. | |

Список литературы

1. 1000 веселых загадок для детей. М.: ООО Издательство «АСТ», 2003.
2. Гин СЛ. Мир логики: методическое пособие для учителя начальной школы. М.: «Вита-Пресс», 2003.
3. Локалова НЛ. 120 уроков психологического развития школьников. Книга для учителя начальных классов. М.: «Ось», 2011.

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания
Методического Клуба
МБОУ «Стычновская СОШ»
30.08.2021г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
_____ Е.А.Аникеева
01.09.2021г.