

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Администрация Вытегорского муниципального района

МБОУ "Вытегорская СОШ № 2"

РАССМОТРЕНО

на заседании
педагогического совета
МБОУ "Вытегорская
СОШ № 2"

Протокол №1
от «30» августа - 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

Робозерова М.В.
Приказ № 104-ОД
от «31» августа - 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса коррекционно-развивающих занятий «Тропинка к своему Я»

для обучающихся с 1 по 4 класс

Вытегра 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе программы «Тропинка к своему Я» (уроки психологии в начальной школе), автор – *Хухлаева О.В.*

На реализацию программы отводится 1 час в неделю, всего в первом классе 33 часа, со второго по четвертый класс 34 часа в год.

Отличительными особенностями программы являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса.

2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.

3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.

4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией, психологом

5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

Описание ценностных ориентиров содержания курса:

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

Ценность свободы как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность искусства и литературы - как способ познания красоты, гармонии, духовного мира человека, нравственного выбора, смысла жизни, эстетического развития человека

Основная цель – помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

Начинается школьная жизнь... И если начало ее у всех одинаковое, то дальше пути расходятся. Кому-то удастся стать на путь успеха, которому будут сопутствовать радость, приобретение уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое. А кому-то будет трудно учиться, и тогда неизменными спутниками станут страх и обида, за ними последует чувство собственной неполноценности, ущербности, нежелание учиться.

Как помочь ребенку найти правильную дорогу в школе? Обычно взрослые сосредотачивают свои усилия только на тренировке детей в различных учебных умениях: чтении, письме, счете. Забывают, что ребенок в школе не только читает, пишет и считает, но чувствует, переживает, размышляет, оценивает себя, друзей, взрослых. И помогать ему надо прежде всего в понимании самого себя и своего места в школьной жизни, во взаимодействии с ребятами и учителем. Помогать в поиске своих ресурсов, утверждении веры в себя и свои возможности, устремлении к преодолению школьных трудностей. И тогда ребенок будет познавать в школе не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный путь будет непременно успешным и радостным.

Сегодня многие педагоги и родители недооценивают качественные изменения, происходящие в ребенке в период обучения в начальной школе. Гораздо больше внимания уделяют количественному накоплению знаний и умений детей. Однако именно качественные изменения очень важны для ребенка, они могут сыграть как позитивную так и негативную роль, могут укрепить психологическое здоровье или же нарушить его. И если пробелы в знаниях можно впоследствии легко восполнить, то возникшие психологические нарушения могут иметь стойкий характер, с трудом поддаваться коррекции.

К концу обучения курса учащиеся получают возможность:

	Личностные	Метапредметные	Предметные
Знать	<ul style="list-style-type: none">– о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;- правила поведения в обществе, семье, со сверстниками;- правила игрового общения, о правильном отношении к	<ul style="list-style-type: none">- знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии;- иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми,	<ul style="list-style-type: none">- осознавать собственную полезность и ценность;- основные способы психологического взаимодействия между людьми;- приемы повышения

	собственным ошибкам, к победе, поражению.	взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.	собственной самооценки; - осознание своего места в мире и обществе;
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> - анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели - налаживать контакт с людьми; - соблюдать правила игры и дисциплину; - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.). - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; - формулировать собственное мнение и позицию; - находить свое место в школьной жизни; 	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, в коллективе - получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе трудности - психологически справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; -взаимодействовать с учителем и сверстниками; - адекватно анализировать собственные проблемы;

<p>Применять</p>	<ul style="list-style-type: none"> - быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; - подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки. - знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития 	<ul style="list-style-type: none"> - полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем; - приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов; 	<ul style="list-style-type: none"> - полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения; - полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности; - через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления;
-------------------------	--	--	---

Первый класс.

Основная задача – первичное осознание позиции школьника, прежде всего через новые обязанности, которые ребенок учиться выполнять.

Первые дни в школе требуют целенаправленной работы по формированию установки на преодоление школьных трудностей и способности получать удовлетворение от процесса познания. Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Поэтому на групповых психологических занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

В групповые занятия должны включаться игровые и двигательные задания. Первоклассники еще не могут контролировать свои действия. Поэтому главной задачей занятий становится содействие развитию рефлексии учащихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний.

Предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьезное внимание способам формирования учебной установки в близких и доступных детям формах, прежде всего в форме игры и сказок. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными. В результате к концу первого года обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

Для первоклассников самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей. Детям кажется, что они занимают центральное место в жизни педагога, что все его беды и радости связаны только со школой и с ними. Поэтому полезно включать в занятия задания, которые дают возможность понять, что радовать и огорчать учителя могут не только их успехи или дисциплина на уроке, но и чтение книг, к примеру, или общение с собственными детьми. Это поможет учащимся справиться с возможным страхом перед учителем.

Другая важная задача в работе с первоклассниками – установление атмосферы дружелюбия.

19.	Страх. Его относительность	1		весёлый конец». Работа со сказкой.	себе и своих чувствах (К)										
20.	Как справиться со страхом.	1													
21.	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1													
22.	Как справиться с гневом?	1													
23.	Может ли гнев принести пользу?	1													
24 25	Разные чувства.	2													

Раздел 3. Трудности первоклассника

26	Трудности первоклассника в школе, дома, на улице.	1	Осваивать правила поведения в разных ситуациях: в школе, дома, на улице, в общественных местах. Работать с иллюстрациями. Находить необходимую информацию. Моделировать ситуацию.	Разминка «Разнообразие характеров». Упр. «Копилка трудностей», «Театр». Рисование «Трудные ситуации первоклассника». Работа со сказкой. Конкурс достижений.	Учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолевать их (Р) Учиться рассуждать, строить логические умозаключения (П) Уметь договариваться и приходить к общему решению (К)									
27	Школьные трудности	1												
28	Домашние трудности	1												
29	На улице(поведение и общение)	1												
30	В магазине(поведение в общественных местах)	1												
31 32	Диагностика УУД	2												
33	Итоговое занятие	1												

Второй класс.

Второклассник начинает учиться в совершенно ином настроении, нежели год назад. Он уже привык к своему новому статусу, к школьным обязанностям, у него сформировался образ хорошего ученика.

В течение второго учебного года дети должны получить довольно полное представление о своих индивидуальных способностях и возможностях, о собственных достоинствах и недостатках.

Во втором классе происходит активное освоение учебной деятельности. Ребенок, побуждаемый взрослыми, начинает оценивать причины своих достижений и неудач, то есть развивает познавательную рефлексия. По-прежнему сохраняется острое желание быть успешным в учебе, «быть хорошим, любимым», у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Она может закрепляться, если ребенок считает, что родителей сильно огорчают его неуспехи. Поэтому особое значение приобретает тема «Качества», в процессе освоения которой учащиеся получают возможность исследовать себя, узнают, что все люди имеют те или иные недостатки.

Вследствие развития умения действовать по образцу у некоторых детей снижаются творческие способности, исчезает стремление фантазировать. Чтобы предотвратить это, в занятия включено много творческих заданий.

Основное внимание второклассников начинает постепенно смещаться с учебной деятельности на отношения, которые в ней проявляются: с педагогами, родителями, сверстниками. Поэтому на занятиях большое внимание уделяется именно формированию взаимоотношений, основанных на любви, сердечности и возможности не только принимать что-либо от людей, но и отдавать им. По сути, это первые шаги на пути взросления, который характеризуется наличием гармонии в стремлении принимать и отдавать.

Тематическое планирование занятий «Тропинка к своему Я»

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности учащихся	Содержание	Универсальные учебные действия (УУД)	Дата				Фактическая дата				Примечание		
1 Раздел: Вспомним чувства			Актуализация у детей знания об эмоциональной сфере человека	«Мячик», «Лишнее слово», «Я тебя понимаю», «режим дня», «Качества», «Сердце класса», «Поделится любовью» и др.; работа со сказкой	Ознакомление с понятием «чувства», (П); Формирование умения контролировать свои эмоции и чувства (Р), Умение распознать чувства и эмоции окружающих (К)											
1	Мы рады встрече	1														
2-3	Понимаем чувства другого	2														
4-5	Мы испытываем разные чувства	2														
2 Раздел: Качества людей			Знакомство детей с понятием «качества людей», исследование своих качеств и изучение своих особенностей	«Лишнее слово», «Качества», «В чем твоя сила», «Сердце класса», «Чьи качества»	Ознакомление с понятием «качества людей», положительные и отрицательные качества (П); Исследование своих качеств, изучение своих особенностей (Л);											
6-7	Люди отличаются друг от друга своими качествами	2														
8	Хорошие качества людей	1														
9	Самое важное хорошее качество	1														
10	Кто такой сердечный человек?	1														
11-12	Кого называют «доброжелательным человеком?»	2														

Третий класс.

К началу третьего класса у ребенка уже четко сформирован отчетливый образ хорошего ученика, он ясно представляет себе, что надо делать, чтобы соответствовать этому образу, однако в результате в какой-то степени утрачивается детская непосредственность, индивидуальные особенности ребенка несколько стираются, снижаются творческие возможности. Все это ослабляет контакт с той ванной составляющей личности, которую психологи называют «внутренним ребенком».

Взрослые в этот период обычно удовлетворенно отмечают стабильную способность детей выполнять стандартные задания, умение действовать по образцу. Но, как правило, они не замечают, что эти качества утверждаются в ребенке за счет обеднения фантазии, снижения изобретательности, оригинальности восприятия. Родители, педагоги и психологи констатируют уровень развития мышления, памяти, внимания детей, упуская из виду упадок воображения, снижение креативных способностей. Однако это явление временное и обратимое, если вовремя начать работу по актуализации творческих способностей детей. Поэтому важнейшей темой психологических занятий в третьем классе становится тема «Я - фантазер», в ходе проработки которой можно «реанимировать фантазию», утвердить ее ценность в глазах детей и взрослых.

Другая важная особенность этого возраста – качественные изменения во взаимоотношениях детей со значимыми взрослыми – учителем и родителями. К этому времени учитель в сознании детей во многом утрачивает свой идеальный образ. Дети начинают смотреть на него более реалистично, однако при этом «идеал» может полностью разрушиться, уступив место пренебрежительному отношению, своеобразному «нигилизму». Внутренне отдаление от авторитета учителя может вызвать страх перед ним либо злость и обиду. Поэтому усилия психолога должны быть направлены на то, чтобы поддержать в ребенке реальный образ учителя, не снижая при этом его ценности.

Сходный процесс идет и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как живых людей со своими достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребенок привыкает к тому, что самые близкие люди имеют право иногда уставать или сердиться, могут порой допустить несправедливость, нечаянно обидеть, быть невнимательным. Но при этом они любят ребенка не меньше, чем в благоприятные моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребенка и сами попросить прощения. Дети тоже понемногу учатся налаживать отношения, делать шаги навстречу близким людям при трудностях в общении, дорожить ценностью установившихся привязанностей.

Важной темой остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в классе. Отношения с друзьями в этот период становятся более значимыми, нежели в первые два школьные года, меньше зависят от оценок учителя и школьных успехов. Самооценка ребенка теперь в большей степени строится на отношениях с друзьями. Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление.

Тематическое планирование 3 класс.

3 класс.

Раздел 1. Я – фантазёр

№ п / п	Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности учащихся	Примечания	Универсальные учебные действия (УУД)	Дата	Фактическая дата	Примечание
1.	Я - третьеклассник	1	Угадывать партнёра по описанию его качеств. Угадывать и описывать ситуацию по её пластическому представлению. Придумывать невероятные истории по заданию учителя и обсуждать их в группе.	Разминка «Мы снова вместе». Упр. « Небылицы», «Кто это?». Рисование «Мой сон». Работа со сказкой.	Строить речевое высказывание в устной форме(Р) Осознавать ценность умения фантазировать(П) Учиться выполнять разные роли(К)			
2	Кого можно назвать фантазёром?	1						
3 - 4	Я умею фантазировать	2						
5	Мои сны	1						
6	Я умею сочинять	1						
7 - 8	Мои мечты	2						
9 - 10	Фантазии и ложь	2						

Раздел 2. Я и моя школа

11-12	Я и моя школа	2	Участвовать в учебной игре о	Разминка «слова и	Учиться отреагировать свои			
-------	---------------	---	------------------------------	-------------------	----------------------------	--	--	--

13-14	Я и мой учитель	2	правилах поведения в школе. Моделировать ситуацию по заданию учителя и обсуждать её.	действия». Упр. «Мешок хороших качеств», «Школьные ситуации». Работа со сказкой «О ленивой звёздочке»	чувства в отношении учителя и одноклассников(Р) Осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией(К)															
15-16	Я и мои одноклассники	2																		
17	Что такое лень?	1																		
18-19	Как справиться с «Немогучками»?	2																		

Раздел 3. Я и мои родители

20	Я и мои родители	1	Познакомиться с историей своей семьи. Участвовать в групповой работе по составлению родословной. Обсуждать и анализировать полученный	Конкурс рисунков «Моя семья», «История моей семьи». Составление родословной Этюд «Дружная семья» Подвижные	Извлекать необходимую информацию из различных источников(текст, фото, рисунок) (Р) Учиться графически оформлять изучаемый материал(П)															
21	«Урок мудрости» (уважение к старшим)	1																		
22	Я умею просить прощения	1	результат. Участвовать в беседе «Почему родители наказывают детей?»	игры: «Бабушка Маланья», «Ловишки»	Овладевать способами разрешения конфликтов с родителями (К)															
23	Почему родители наказывают детей?	1																		

Раздел 4. Я и мои друзья

4 класс.

Главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности.

Самое важное свойство этого возраста – особая открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают их туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребенок настолько открыт.

Тематическое планирование 4 класс.

Раздел 1. Кто я? Мои особенности и возможности

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности учащихся	Содержание	Универсальные учебные действия (УУД)	Дата	Фактическая дата	Примечание
1	Как я изменился летом?	1	Познакомиться с понятием «способности». Исследовать свои способности и возможности в различных видах деятельности. Участвовать в составлении и обсуждении устных рассказов о лете и конкурсе рисунков с последующим обсуждением. Исполнять различные роли. Моделировать и анализировать	Разминка «Летние впечатления». Упр. «Я-четвероклассник», «Роли», «Конкурс портретов». Беседа «Что такое способности». Этюды «Отгадай, кто я?», «Отражение в озере». Рисование «Мой автопортрет». Работа со сказкой.	Учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях (Р) Обогатить представления о собственных возможностях и способностях (П) Учиться самостоятельно решать проблемы общения (К)			

			ситуации.						
2-3	Кто я?	2							
4	Расту=взрослею?	1							
5-6	Мои способности	2							
7	Мои интересы	1							
8-9	Мой путь к успеху	2							
10-11	Мой внутренний мир	2							
12	Мой внутренний мир и мои друзья	1							

Раздел 2. Мой класс и мои друзья

13	Мои друзья-девочки и мальчики	1	Обсуждать особенности взаимодействия с одноклассниками, сплочение классного коллектива, выявлять лидерские качества, умение справляться с конфликтными ситуациями	Упр. «Кто это?», «Симпатия и дружба», «Коллективный компьютер», «что я вношу в свой класс», «копилка»,» Узнай товарища» и др., работа со сказкой.	Обсудить значимый для учеников процесс общения со сверстниками (П, Л,К) Помочь осознать свое место среди одноклассников (Л,К)				
14-15	Мой класс	2							
16	Мои одноклассники	1							
17	Мои одноклассники какие они?	1							
18	Какие ученики мои одноклассники	1							
19	Лидерство в классе	1							
20-21	Конфликты в классе	2							
22	Взаимопомощь в классе	1							

Раздел 3. Мое прошлое, настоящее, будущее

23	Моё детство	1	Выполнять различные роли. Отгадывать по заданию учителя главного героя сказок по описанию. Участвовать в беседе. Моделировать различные жизненные ситуации.	Разминка «Вспомним детство». Упр. «Маленькое имя», «Любимый сказочный герой», «Неопределённые картинки» Рисование «Любимая фотография»	Осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит (Р) Учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения (П)					
24	Мое настоящее	1	Познакомиться с понятием «жизненный выбор».	Беседа «Раньше и сейчас». Работа со Разминка «Заглянуть во взрослый мир».	Формулировать своё собственное мнение и позицию (К) Планировать цели и пути самоизменения (Р)					
25	Мое будущее	1	Обсуждать возможные варианты будущего.	Упр. «Я в будущем», «Хочу в будущем – делаю сейчас». Рисование: «Я в настоящем и в будущем».	Оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости (П)					
26	Мой будущий дом	1		Беседа о взаимосвязи физического и психологического здоровья сказкой	При работе в группе					

27	Моя будущая профессия	1			учитывать мнение товарищей (К)					
28	Мое близкое будущее-5 класс	1								
29	Что нового меня ждет в 5 классе	1								
30 - 33	Диагностика УУД	4								
34	Итоговое	1								

Литература

1. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я», из-во «Генезис», Москва, 2011 год.
2. Балова Ж. «Мультитики + первоклашки» Программа занятий по ускорению адаптационных процессов.// «Школьный психолог» №21, 2008 год.
3. Мультфильм «Тетушка Сова».