

Макарова
Кристина
Владимировна

Подписан: Макарова Кристина Владимировна
DN: G=RU, S=Свердловская область, Т=Директор, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2", CN=ИЛС-1293284100, ИИН=690204805167, E=shkola2a@mai.ru, G=Кристина Владимировна, SN=Макарова, CN=Макарова Кристина Владимировна
Освоение: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023.10.09 08:56:49+05'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.3

Управление образования Артемовского городского округа
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2»

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 11
от «28» августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №2»

/ К.В. Макарова

Приказ № 212

от «28» августа 2023 года



**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Солнышко»**

Направление: коммуникативная деятельность

Возраст обучающихся: 6-7 лет

Срок реализации: 1 год

г. Артемовский, 2023

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Солнышко» реализуется через занятия, связанные с реализацией особых интеллектуальных и социокультурных потребностей обучающихся.

Основаниями для разработки Программы являются следующие нормативные правовые акты и государственные программные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ № «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (зарегистрирован 12.07.2023).

3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (Приказ Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. №373) с изменениями (Приказ Минобрнауки России от 26 ноября 2010 г. №1241)

4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 “О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ”

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

7. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

8. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162 - Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

9. Муниципальная программа «Развитие системы образования Артемовского городского округа на период 2019-2024 годов», утверждённый Постановлением Администрации АГО от 31.10.2018 №1185-ПА;

10. Устав МБОУ «СОШ №2»;

11. Основная образовательная программа МБОУ «СОШ №2»;

12. Положение о рабочей программе по внеурочной деятельности ФГОС НОО, ФГОС ООО МБОУ «СОШ №2» (Приказ №200 от 27 декабря 2018

г.);

13. Положение о системе оценивания (Приказ №200 от 27 декабря 2018 г.).

14. «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе (1-4). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2017г.

Программа предназначена для обучающихся 1 классов и 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 психологических занятий: 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.

Программа рассчитана на 33 часа, 1 час в неделю.

Общая характеристика предмета:

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 организации учебного процесса: групповые занятия.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя

- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя

- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью

учителя

- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью учителя

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах

- учиться работать в паре и в группе

- выполнять различные роли

- слушать и понимать речь других ребят

- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

К **результатам обучения** относятся *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.

Содержание программы «Тропинка к своему Я»

Раздел 1. Я школьник (17 часов)

Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

Раздел 2. Мои чувства (16 часов)

Радость. Что такое мимика. Радость. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Страх. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства. Итоговое занятие.

Календарно-тематическое планирование 1 класс

№ урока	Модули, темы урока	Кол часов	Формы организации учебной деятельности	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)	Измерители	Дата
Раздел 1. Я - школьник (17часов)							
1	Тема «Знакомство. Введение в мир психологии»	1	Беседа, упражнения на формирование дружеских отношений, развитие уверенности в себе	Знакомство с предметом психология, с учителем и одноклассниками. Упражнения «Знакомство», «Имя оживает», «Ласковое имя», «Рисунок имени»	Р Ориентируются на образец и правило выполнения действия П Выделяют и формулируют познавательную цель с помощью учителя К Слушают и понимают речь других ребят Л Формируют положительное отношение к школе	Рабочая тетрадь	
2	Тема «Как зовут ребят моего класса»	1	Групповая работа, индивидуальная работа, направленные на осознание позиции школьника	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Мое имя», «Имя начинается с буквы», «Имя соседа», «Я - солнышко», «Нарисуем имя мамы»	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Умеют работать по предложенному учителем плану К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей	Рисунок на заданную тему	
3-4	Тема «Зачем мне нужно ходить в школу»	2	Групповая и индивидуальная работа Социальные пробы, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Закончи предложение», «Какой урок важнее».	Р Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации П Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя К Слушают, понимают речь других людей Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих	Рабочая тетрадь, упражнения по инструкции, по образцу	
5	Тема «Я в школе»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Работа со сказкой», рисунок «Я в школе»	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы П Слушают и понимают речь других К Умеют задавать вопросы и участвовать в диалоге Л Ориентируются на содержательные	Метод самостоятельных наблюдений	

					моменты школьной действительности		
6-7	Тема «Мой класс»	2	Групповая и индивидуальная работа Практикум, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Сколько в нашем классе», «Какого цвета», «Буратино хочет в школу», «Буратино хочет к нам в гости», «Буратино проголодался». Работа со сказкой «Два города». Рисунок сказки	Р Осуществляют пошаговый и итоговый контроль по результату П Пересказывают небольшие тексты К Строят простое речевое высказывание Л Формируют положительное отношение к школе	Диагностические процедуры	
8-9	Тема «Какие ребята в моем классе»	2	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Сколько в моем классе», «Закончи предложение», «Мы», «Вспомни хорошие поступки», «Мы любим». Работа со сказкой «Кто самый лучший»	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся их преодолеть П Осуществляют поиск и выделяет конкретную информацию с помощью учителя К Имеют первоначальные навыки работы в группе Л Оценивают результаты своей деятельности	Понимание текста, ответы на вопросы	
10-12	Тема «Мои друзья в классе»	3	Групповая и индивидуальная работа Практикум, обсуждение, ролевые игры	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Кто умеет хорошо», «Закончи предложение», «Тропинка к сердцу», «Портрет моего друга», «Изобрази предмет», «Буквы на спине», «Спасибо, что помог», «Ниточки тепла», «Как можно помириться», «Да», «У кого самое лучшее зрение». Работа со сказкой «Про белочку», «Фло», «Снежинка».	Р Овладевают способами самооценки выполнения действия П Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт К Выполняют различные роли Л Формируют положительное отношение к школе	Рисунок по сказке	
13-14	Тема «Мои успехи в школе»	2	Групповая и индивидуальная работа Развивающие упражнения, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Закончи предложение», «Буратино забыл слова», «Мне помогли», «Считалка». Работа со сказкой «Яшук и «звездная болезнь»	Р Осваивают правила планирования, контроля способа решения П Группируют предметы и их образы по заданным признакам К Строят понятные для партнера высказывания Л Соблюдают правила игры и дисциплины	Рисунок по сказке	
15	Тема «Моя «учебная сила»»	1	Групповая и индивидуальная работа Практикум.	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Я тоже», «Встаньте, у кого это есть», «Главная учебная	Р Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале П Классифицируют объекты под	Рисунок по сказке	

			Психогимнастические, ролевые игры. Дискуссионная игра	сила». Работа со сказкой «Козленок Хрупигав»	руководством учителя К Принимают чужую точку зрения Л Знают правила игрового общения	
Раздел 2. Мои чувства (16 часов)						
16	Тема «Радость. Что такое мимика»	1	Фронтальная работа	Разминка «Зайчик рассмеялся – зайчик испугался», «Раз, два, три, за мною повтори». Упражнения «Закончи предложение», «Зоопарк», «Рисунок радости».	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению П Включаются в творческую деятельность под руководством учителя К Учатся работать в паре и группе Л Ориентируются на понимание чувств других людей	Иллюстрация на тему «Радость».
17	Тема «Радость. Как ее доставить другому человеку»	1	Групповая и индивидуальная работа Игровые методы, методы психической саморегуляции	Разминка «Угадай, где я иду», «Превратись в животное». Кричалка «Я очень хороший» Упражнения беседа «Как доставить радость другому человеку», «Собираем добрые слова», «Скажи мишке добрые слова».	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя К Умеют договариваться Л Формируют положительное отношение к школе	Участие в упражнении «Скажи мишке добрые слова».
18	Тема «Жесты»	1	Работа в группах по алгоритму, обсуждение	Разминка «Угадай, где я иду». Упражнения «Радость можно выразить жестом», «Передай сообщение», «Объясни задание». Работа со сказкой «Когда молочные зубы сменились постоянными»	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации Л Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Рисунок по сказке Составление схем
19-21	Тема «Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом»	3	Словесные методы Работа в группах по алгоритму, обсуждение	Разминка «Муха», «Превратись в животное», «Фотоохота», «мысленная картинка», «Врунишка». Кричалка «Ура успешной фотоохоте». Упражнения «Радость можно передать прикосновением», «Радость можно подарить взглядом», «Котенок». Работа со сказкой «О муравьишке, который пошел в школу», «Нужная вещь»	Р Извлекают с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя К Понимают смысл простого текста Л Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Рисунок по сказке
22	Тема «Грусть»	1	Индивидуальная, групповая работа	Разминка «Покажи профессию», «Скажи да и	Р Переносят навыки построения внутреннего плана действия из	Рисунок по сказке

				нет». Упражнения «Закончи предложение», «Грустные ситуации», «Котенок грустит». Работа со сказкой «Сказка про котенка Ваську»	игровой деятельности в учебную П Учатся наблюдать К Договариваются и уважают разные мнения Л Формируют положительное отношение к школе		
23	Тема «Страх»	1	Индивидуальная, групповая работа	Разминка «Дотронься до...». Упражнения «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Работа со сказкой «Девочка с мишкой», «Темноландия»	Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Моделируют ситуации с помощью учителя К Учатся слушать и понимать речь других ребят Л Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия	Рисунок по сказке	
24	Тема «Страх. Его относительность»	1	Фронтальная работа	Разминка «неопределенные фигуры». Упражнения «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки», «Закончи предложение». Работа со сказкой «Мы просто очень боялись за вас»	Р Вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера ошибок П Моделируют ситуацию с помощью учителя К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Понимание прочитанного	
25	Тема «Как справиться со страхом»	1	Фронтальная работа	Разминка «Страшные персонажи телеэкрана», «Придумай веселый конец». Упражнения «Картинная галерея». Работа со сказкой «Маленькая луна»	Р Адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, товарищей П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя К Учатся работать в паре и группе Л Проявляют сопереживание к другим людям	Понимание прочитанного	
26	Тема «Страх и как его преодолеть»	1	Групповая и индивидуальная работа Работа в парах, фронтальная работа	Разминка «Почему подрались дети», «Испугаем по-разному». Упражнения «Страшная маска». Работа со сказкой «Сказка звезд»	Р Осваивает правила планирования, контроля способа действия П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Применяют первоначальные способы поиска информации Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок по сказке	
27-28	Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит»	2	Фронтальная работа Собеседование, игровые упражнения	Разминка «Художники», «Попугай», «Покажи дневник маме». Работа со	Р Овладевает способами самооценки выполнения действия	Рисунок по сказке	

				сказкой «О мальчике Сереже, который всего боялся, и потому дрался», «Как ромашки с васильками поссорились».	<p>П Учатся распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя</p> <p>К Учитывают разные мнения</p> <p>Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки</p>		
29-30	Тема «Может ли гнев принести пользу»	2	Фронтальная работа Собеседование, игровые упражнения Психогимнастика	Разминка «Черная рука – белая рука», «Разозлились - одумались», «Поссорились - помирились». Упражнения «Закончи предложение». Работа со сказкой «О путнике и его беде»	<p>Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя</p> <p>П Устанавливают последовательность событий в тексте</p> <p>К Формулируют собственное мнение</p> <p>Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей</p>	Рисунки и ответы на вопросы по содержанию сказки	
31	Тема «Обида»	1	Групповая и индивидуальная работа Практическая работа	Разминка «Массаж чувствами», «Пусть всегда будет», «Весеннее настроение». Упражнения «закончи предложение», «Какая у меня обида», «Напрасная обида». Работа со сказкой «Обида»	<p>Р Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние</p> <p>П Учатся работать по предложенному учителем плану</p> <p>К Строят понятные для партнера высказывания</p> <p>Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле собственных поступков, так и поступков окружающих людей</p>	Обсуждение сказки, вопросы на понимание смысла сказки	
32	Тема «Разные чувства»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме», «Шурум-бурум», «Море волнуется», «Волны». Упражнения «Закончи предложение», «Ожившее чувство», «Рисунок чувств».	<p>Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся преодолеть их</p> <p>П Высказывают свое мнение</p> <p>К Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p> <p>Л Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности</p>	Задание творческого характера	
33	Тема «Итоговое занятие»	1	Фронтальная, групповая работа	Игра-конкурс Обобщение основных знаний и навыков	<p>Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми</p> <p>П Строят логические умозаключения с помощью учителя</p> <p>К Выполняют различные роли</p> <p>Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития</p>		
Итого		33 ч					

Список литературы

1. Крайг Г.К., Д. Бокум «Психология развития», Питер, 2005г.
2. Ильин Е.П. «Эмоции и чувства». – СПб, 2001г.
3. 120 уроков психологического развития младших школьников. / Локалова Н.П. – М.,2000
4. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога.-М., 1998.
5. Основы психологии. Практикум / Ред.-сост. Л.Д. Столяренко. – Ростов н/Д., 1999.
6. Ольшанская Е.В. Развитие мышления, внимания, памяти, восприятия, воображения, речи: игровые задания. М., 2004.
7. Программа Хухлаевой О.В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4 классы)», Генезис, Москва, 2017 г.