Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

**** «Чагодская средняя общеобразовательная школа»

**Общеобразовательная**

**общеразвивающая программа**

 **по внеурочной деятельности**

 ***«Познай себя»***

**коммуникативная деятельность**

***для 3-4 классов***

 Составитель программы:

педагог - психолог

Цуканова И.А.

**Пояснительная записка**

 Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Познай себя» для 3 - 4-х классов составлена на основе:

· Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

· Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373)

· Примерной основной образовательной программы начального общего образования, одобренной Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15);

· Письма Министерства просвещения РФ от 5 сентября 2018 г. N 03-ПГ-МП-42216

· Основной образовательной программы начального общего образования муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа с углубленным изучением отдельных предметов № 20 Краснооктябрьского района Волгограда», утверждённая приказом МОУ СШ №20 от 31.08.2020 г. № 147-ОД «О введении в действие ООП НОО, ООП ООО учебного плана и ПМО, календарного учебного графика, рабочих программ».

· Положения «О порядке разработки, утверждения и структуре рабочих программ курсов, предметов в МОУ СШ№ 20».

 Авторской программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4)», 2-изд., М.: Генезис, 2008г.

 Важностью данной программы является не только решение дидактических и воспитательных, но также психологических проблем, возникающих в классе. Младшие школьники наиболее восприимчивы. И психологическая работа с детьми этого возраста наиболее важна. Предлагаемые занятия предполагают игры, подвижные упражнения, обсуждение в круге организовано в форме бесед, проблемно-ценностных дискуссий.

Программа направлена на сохранение эмоционального здоровья, коррекцию эмоционально-личностных особенностей детей младшего школьного возраста, на создание условий для развития ребенка как субъекта успешной деятельности.

 **Целью** программы психолого-педагогического сопровождения ребенка в учебно-воспитательном процессе является определение и обеспечение социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития ребенка в ситуациях школьного взаимодействия, а также формирование у школьников способности и готовности к ответственному проблемно-ценностному общению как в школьной, так и в открытой общественной среде.

 Для достижения детьми поставленной цели необходимо создать социально-психологические условия, **задачи**, позволяющие:

1. Сформировать у детей необходимую позитивную мотивацию. («Зачем мне нужно этим заниматься, что мне это даст?»)

2. Сформировать у школьников необходимые и доступные им на данном этапе развития навыки самоанализа и рефлексии. («Какой я?»)

3. Дать школьникам возможность познать свои сильные стороны как субъекта познавательной деятельности и научиться опираться на них в процессе учебных занятий. («Что я умею делать хорошо, и как мне это использовать в учебе?»)

4. Предоставить детям возможность познать слабые стороны своей познавательной деятельности и дать представление о способах их развития или приспособления к ним, компенсации другими возможностями. («Что мне дается с трудом, и как относиться к своим слабостям и недостаткам?»)

На групповых занятиях значительное место отводятся заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость. Занятия призваны смягчить процесс адаптации, помочь осознать их новый статус, обрести друзей, не растеряться в потоке новой информации.

**Описание места курса в учебном плане**

На изучение данного курса в 3 -  4 классе отводится **34 часа** (1 час в неделю, 34 учебные недели).

**Планируемые результаты изучения курса**

**Основные результаты**

Низкий уровень тревожности;

Высокая и нормальная самооценка;

Позитивное отношение к себе и своей личности;

Хорошо сформированные умения общения со сверстниками и взрослыми;

Сплоченный классный коллектив обучающихся с положительной мотивацией к обучению.

**Основные умения и навыки**, которыми должен овладеть школьник за время занятий по программе:

Умение осознавать требования учителя и соответствовать им;

Умение устанавливать межличностные отношения с педагогами;

Умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы;

Умение общения и достойного поведения с одноклассниками;

Навыки коллективной деятельности.

**Личностные УУД:**

Понимает цель обучения, планирует результат своей деятельности способен работать на результат с отсрочкой его достижения;

Умеет адаптироваться к динамично меняющемуся миру, способен сделать личностный выбор на основе норм морали;

Ориентируется в социальных ролях умеет выстраивать межличностные взаимоотношения;

Умеет находить выход из конфликтной ситуации, договариваться о взаимовыгодном сотрудничестве, обмене коллекций и т.п.;

Строит свои отношения со сверстниками и взрослыми на основе взаимопонимания и поддержки.

**Регулятивные УУД:**

Ставит учебную задачу на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что еще не известно;

Самостоятельно определяет ориентиры в новом материале, прогнозирует результат учебной деятельности;

Умеет планировать последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата, вносит изменения в план с учетом результата предыдущего действия.

**Коммуникативные УУД:**

Планирует учебное сотрудничество со сверстниками: участвует в распределении ролей, составлении плана деятельности, обсуждении результатов, рефлексии;

Способен поставить задачи для инициативного сотрудничества при поиске и сборе информации;

Владеет способами разрешения конфликта, может стать посредником в разрешении.

**Содержание учебного предмета**

**3 - 4 класс**

**«Я – фантазер» (7 часов).** Наблюдают и представляют, какие характерные качества для них важны. Высказывают и доказывают свои исследования, сделанные о себе через игровые ситуации и упражнения. Стимулируют моторное и эмоциональное самовыражение, снимают мышечные зажимы, развивают пластику, гибкость, легкость своего тела. Дети осознают ценность умения фантазировать, развивают креативные способности. Дети учатся управлять своим телом, занятия способствуют моторному и эмоциональному самовыражению.

**«Я и моя школа» (5 часов).** Придумывают, представляют, фантазируют, изучают разные чувства, и мысли через игровые ситуации на определенную тему данного раздела. Слушают, анализируют, высказывают предлагаемые им мини- рассказы, сказки, притчи по темам раздела. Анализируют свои действия выделяемых мотивов: учебных, получение отметок, игровой, внешней и т.п. Дети осознают позицию школьника, формируют дружеские отношения в классе, развивают уверенность в себе и своих учебных возможностях.

**«Я и мои родители»** **(4 часа**). Анализируют позитивное отношение к родителям, осознание родственных чувств, через проигранные ситуации. Выявляют своеобразие эмоционального благополучия себя в семье. Рисуют, высказывают свое мнение. Тема позволяет ребенку осознать отношения в семье, закрепляет чувство взаимосвязи с родными. Дети развивают умения прислушиваться и свободно выражать свои ощущения, эмоции и чувства, осознавать их.

**«Я и мои друзья» (4 часов).** Развивают свои умения прислушиваться и свободно выражать свои ощущения, эмоции и чувства. Рисуют, сравнивают и обсуждают. Фантазируют, сочиняют веселые сказки. Дети осознают качества настоящего друга, умения дружить.

**«Что такое сотрудничество» (10 часов).** Определяют и описывают различные чувства через игровые роли. Слушают, рисуют и обсуждают сказки. Выполняют разминки, упражнения активаторы, энергизаторы. Дети знакомятся с понятием «сотрудничество».

**Игра — конкурс КВН (1 час).** Обобщают знания и навыки, полученные ими в течение года. Вспоминают полюбившиеся упражнения, применяют их в новой ситуации.

**«Я и мое будущее» (2 часа).** Составляют личную карту успехов и будущих целей, обсуждают достигнутые результаты и планируют для себя новые цели и задачи, демонстрируют по желанию свои карты.

**Педагогические средства:**

Специально организованная среда.

Специально организованные занятия.

Физкультминутки.

Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками).

Работа с книгой.

Инсценировки.

Праздники и соревнования.

Диагностика и контроль.

**Формы работы;**

Тренинги

Беседы и дискуссии

Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)

Релаксационные упражнения

Психогимнастические этюды и элементы

Работа с книгой

Работа с притчами

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № **п.п.** | **Раздел** | **Кол-во часов** | **Виды деятельности учащихся** |
| **1.** | **«Я - фантазер»** | 7 | Беседа, коллективное рисование, участие в тренингах и тестированиях |
| **2.** | **«Я и моя школа»** | 5 | Беседа, подготовка инсценировок, тренинг, работа с притчей |
| **3.** | **«Я и мои родители»** | 4 | Участие в дискуссии, прохождение тестирования, упражнения |
| **4.** | **«Я и мои друзья»** | 4 | Участие в различных играх, беседы, участие в дискуссии |
| **5.** | **«Что такое сотрудничество»** | 10 | Участие в тренингах по общению, сплочению, беседа, работа со сказками |
| **6.** | **Игра – конкурс КВН** | 1 | Организация праздника и участие в игре, подведения итогов |
| **7.** | **«Я и мое будущее»** | 2 | Составление личной карты успехов и целей |
|  | **Итого** | **34** |  |

**Учебно – методическое обеспечение**

**Материально-технические средства обучения:**

Бумага для рисования

Ватманы

Краски, карандаши, фломастеры

Компьютер

Проектор

Блокноты

**Список литературы:**

Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4), О.В. Хухлаева, 2-изд., М.: Генезис, 2008г.

Григорьев, Д.В., Степанов, П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор.  /Д.В. Григорьев// Стандарты нового поколения: Пособие для учителя. М. Просвещение, 2014. – С.224

Проектирование программы формирования универсальных учебных действий. Методические рекомендации. / Авт.-сост. Е.И. Агаркова, Е.В. Калмыкова, С.А. Кравцова, М.И. Шиняев, - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2011. – С.36

Нормативное правовое и методическое обеспечение введения федерального образовательного стандарта начального общего образования. Методические рекомендации. / Сост.: Г.А. Шешерина, И.В. Клемешова, Т.С. Дюкова, О.С. Воронкова. - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2011. – С.78

Психологическое сопровождение участников образовательного процесса в условиях введения ФГОС нового поколения.  / Авт.-сост. Г.А. Шешерина, Е.И. Агаркова, В.М. Чернышова, Е.В. Грипас. - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2011. – С.65

Развитие потенциальных возможностей учащихся на основе построения индивидуальных образовательных маршрутов.   / Авт.-сост. В.М. Чернышова, Е.В. Грипас. - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2011. – С.87

Психологическое здоровье – основа личностного развития школьников. Методические рекомендации по реализации программы учебных занятий по психологии для учащихся общеобразовательной школы.  /Авт.-сост.: Петров В.Б., Воеводкина Л.Н., Вязавова Н.В., Лепихова М.В., Молоканова М.С., Невзорова Г.В., Чернышова В.М. – Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2010. – С.67

Коррекционно-развивающая программа по формированию у детей начальной школы эмоциональной стабильности и коммуникационных навыков. /Авт.-сост. Е.Д. Шваб // Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия (из опыта работы).  – Волгоград: Учитель, 2007, С.85

Алябьева, Е.А. Психогимнастика в начальной школе. Методические материалы в помощь психологам и педагогам.  / Е.А. Алябьева – М.: ТЦ Сфера, 2006. – С.88

Аржакаева, Т. Психологическая азбука для дошкольников. / Т. Аржакаева // газета «Школьный психолог»