

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат

[00С6964467BD03А381В70818019АF64D4Е]

Владелец [Ермаков Олег Юрьевич]

Действителен с [27.03.2024] по [20.06.2025]

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Русскинская средняя общеобразовательная школа»**

**РАССМОТРЕНО**

Педагогическим советом

Протокол №10

от “14.06.2024”

**СОГЛАСОВАНО**

Управляющим советом

Протокол №6

от “16.06.2024”

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

Ермаков О.Ю.

Приказ №517 от  
19.06.2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности

**«Тропинка к своему Я!»**

для обучающихся 1 – 4 классов

**с.п.Русскинская 2024г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии:

- с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования,
- в соответствии с Федеральным Законом Российской Федерации;
- на основе Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. / Данилюк А.Я, Кондаков А.М., Тишков В.А.-2-е изд.-М.: Просвещение, 2011г.
- на основе Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения. Начальная школа /сост. Е.С. Савинов.-2 -е изд., перераб.-М.: Просвещение, 2010.-204 с.- (Стандарты второго поколения).
- на основе авторской программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4 классы)»,
- в соответствии с особенностями образовательного учреждения, образовательных потребностей и запросов обучающихся, воспитанников начальных классов МБОУ «Русскинская СОШ».

Данная программа направлена на формирование общей культуры обучающихся в начальной школе, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, 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.

### **Цели и задачи образовательной программы.**

#### **Цели:**

1.создание условий, позволяющих каждому первокласснику как можно легче и радостнее вступить в новый этап жизни – начало школьного обучения;

2. поддержание и развитие в детях интереса к психологическим знаниям;

3. формирование коммуникативных компетентностей.

#### **Задачи.**

1. Формировать у детей позитивную «Я» - концепцию и устойчивую самооценку, снизить уровень школьной тревожности;

2. Формировать устойчивую учебную мотивацию;

3. Создавать классный коллектив, через формирование групповой

4. сплоченности и выработку системы единых обоснованных требований;

5. Формировать адекватные формы поведения в новых школьных ситуациях;

6. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и

учителем

## **Формы и методы работы при обучении по предмету**

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

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

На занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от школьных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

В групповые занятия должны включаться игровые и двигательные задания. А также серьезное внимание необходимо уделять способам формирования учебной установки в форме игры и сказки. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути преодоления. Используются нетрадиционные формы обучения: психологические и ролевые игры, психологические тренинги, дискуссии, разыгрывание жизненных ситуаций, арт – терапевтические методы (сказко-, музыка-, изотерапия) метафорические истории и притчи. Занятия проводятся в неформальной обстановке. Положительный эмоциональный фон занятий способствует раскованности детей, раскрытию психологических возможностей.

Для успешной реализации учебного процесса используются как групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе.

Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

### **Место курса «Тропинка к своему Я» в ООП**

Программа рассчитана на учащихся 1- 4-ых классов.

Курс «Тропинка к своему Я» рассчитан на 16,5 часа в 1 классе, во 2-4 классах по 17 часа в год.

### **Структура курса**

Основная задача, которая стоит перед педагогом при работе с первоклассником – первичное осознание ребенком его 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, поэтому первой темой, изучаемой на занятиях, становится тема **«Я – школьник»**, которая включает занятия, посвященные знакомству со школой, с учениками своего класса, привыканию к требованиям обучения.

Вторая тема **«Мои чувства»** - помогает детям научиться понимать и контролировать свои эмоциональные состояния. В целом за первый год обучения ребенок делает огромные шаги не только в интеллектуальном развитии, но и в адаптации к незнакомому, первоначально чужому миру школы.

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 рефлексивность.

**Тема «Чем отличаются люди друг от друга»** знакомит детей с понятием «качества людей», помогает исследовать свои качества, изучать свои особенности, **тема «Какой Я – Какой Ты»**, помогает осознать наличие у себя и других людей разнообразные положительные качества.

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. 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.

Четвертый класс – последний в начальной школе. Ребенок внутренне готовится к переходу в среднюю школу, к более самостоятельной жизни, к новому этапу взросления. Их поведение заметно меняется: дети требуют подчеркнутого уважения к себе со стороны взрослых, настаивают на своих правах, нередко игнорируя обязанности. Поэтому необходимо уделить особое внимание **теме «Права и обязанности»**, помогающей детям уяснить необходимость равновесия гармоничного сочетания прав и обязанностей в жизни человека.

Структура курса построена таким образом, что способствует формированию у учащихся начальной школы следующих 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.

### **Тематическое планирование 1 класс.**

#### **Раздел 1. Я - школьник (16часов)**

Школьные и домашние трудности. Как с ними справиться?

Какие я знаю способы борьбы с трудностями: обратиться за помощью, вспомнить свой прошлый опыт, договориться, изменить своё отношение к проблеме, понять, что трудности встречаются в жизни всех первоклассников.

Главное - помнить, что я живу среди людей, и каждый мой поступок и желание отражается на людях, где бы я ни находился: в школе, дома, на улице.

Как зовут ребят моего класса?

Зачем мне нужно ходить в школу?

#### **Раздел 2. Мои чувства (17часов)**

Что такое психология и зачем она нужна человеку? Психология изучает чувства и мысли людей, чтобы научиться понимать себя и окружающих, уметь жить дружно, помогать друг другу.

Радость. Радость можно выразить мимикой. Мимика выражает наши мысли и чувства. Мимика помогает лучше понять собеседника.

Жесты. Передать радость другому человеку можно с помощью жестов. Мимика и жесты – наши первые помощники в общении.

Страх. Какие бывают страхи? Как справиться со страхом?

Гнев. Гнев как выражение чувств: страх и обида часто вызывают гнев.

Как справиться с гневом? Может ли гнев принести пользу?

Разные чувства. Как можно выразить свои чувства?

№ п/п	Тема, цель	Универсальные учебные действия	Количество часов
1	<b>Я – школьник.</b>	-учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолеть их;  -учиться рассуждать, строить логические умозаключения; -уметь оценивать свой результат с помощью учителя;	8
2.	<b>Мои чувства.</b>	-овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками  -уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. -различать эмоции радости, страха, гнева  -доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах	9
<b>Всего часов</b>			<b>17</b>

## Тематическое планирование 2 класс.

### Раздел 1. Вспомним чувства(7часов)

### Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (15часов)

Что такое качества людей, и какие они бывают? Какие качества окружающим нравятся, а какие – нет?

Как мы видим друг друга?

Способность поставить себя на место другого помогает лучше понять друг друга.

В каждом человеке есть «тёмные» и «светлые» качества. Самое важное качество.

Кто такой сердечный человек.

Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

### Раздел 3. Какой Я – какой Ты? (11 часов)

Люди отличаются друг от друга своими качествами. У каждого человека есть много разных положительных качеств.

Как научиться находить положительные качества у себя?

Как правильно оценить себя?

Как распознать положительные качества у других людей?

Когда стараешься лучше понять другого человека, возникает чувство симпатии, сопереживания. А это важно при общении с окружающими.

Какие качества нужны для дружбы?

№ п/п.	Тема	Цели	Количество часов
1	<b>Вспомним чувства.</b>	-актуализировать у детей знания об эмоциональной	3

		сфере человека.	
2.	<b>Чем люди отличаются друг от друга?</b>	-ознакомить детей с понятием «качества людей»; -помочь детям исследовать свои качества, изучить свои особенности.	7
3.	<b>Какой Я – Какой Ты?</b>	- помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств; - учить детей находить положительные качества во всех людях.	7
<b>Всего часов</b>			<b>17</b>

### Тематическое планирование 3 класс.

#### Раздел 1. Я-фантазёр (8часов)

Я – третьеклассник. Как я изменился за лето?

Умение владеть собой. Что это значит? Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками, внимательно слушать собеседника – это и есть умение владеть собой. Это умение очень важно для общения с другими людьми.

Что значит быть хозяином своего «Я»? Какого человека называют ответственным. Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?

#### Раздел 2. Я и моя школа ( 5 часов)

Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают? Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»?

Что такое хорошо и что такое плохо? Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?

Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях

#### Раздел 3. Я и мои родители (5 часов)

Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения?

Правила общения, которые вырабатывались людьми в течение многих веков, необходимо соблюдать, чтобы не обидеть собеседника и самому не попасть в неловкую ситуацию. Всегда важно помнить, что есть граница между тем, что хочется, и тем, что можно.

Волшебные слова: приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор.

Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине. Как эти правила помогают в общении.

Мальчик и девочка. Культура общения полов. Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки.

Как правильно познакомиться?

Как правильно держать себя, чтобы понравиться?

#### Раздел 4. Что такое сотрудничество? (9часов)

Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений:

- из умения понять другого;
- из умения договориться;
- из умения уступить, если это нужно для дела;
- из умения правильно распределить роли в ходе работы.

Что значит понимать другого и как можно этому научиться?

Как научиться договариваться с людьми?

Что такое коллективная работа?

№ п.п	Тема	Цели	Количество часов
1.	<b>Я- фантазер.</b>	- помочь детям осознать ценность умения фантазировать; - развивать креативные способности детей	<b>4</b>
2.	Я и моя школа.	- помочь детям осознать особенности позиции ученика; - предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя; -помочь детям принять учителя таким, какой он есть.	<b>2</b>
3.	Я и мои родители.	- помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; - обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.	<b>2</b>
4.	Я и мои друзья.	- помочь детям осознать качества настоящего друга; -подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить.	<b>2</b>
5.	Что такое сотрудничество?	– дать детям представление о понятии «сотрудничество».	<b>7</b>
		<b>Всего часов</b>	<b>17</b>

### Тематическое планирование 4 класс.

№ п.п.	Тема	Цели	Количество часов
1.	<b>Кто Я?</b>  <b>Мои силы, мои возможности.</b>	- помочь детям усвоить понятие «способности», исследовать свои способности  и возможности;  - помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость.	<b>3</b>
2.	<b>Я расту, я изменяюсь.</b>	- помочь детям научиться осознавать происходящие в них изменения;  - помочь детям научиться планировать цели и пути самоизменения.	<b>3</b>
3.	<b>Мое будущее.</b>  <b>Каким бы я хотел стать в будущем?</b>	- дать детям возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего;  - помочь детям понять, что будущее начинается в настоящем;  - ввести понятие «Жизненный выбор»	<b>2</b>
4.	<b>Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?</b>	- помочь детям осознать понятие «Интеллигентный человек», обсудить проблему идеалов.	<b>2</b>



	<p><b>Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?</b></p>	<p>- помочь детям осознать личную свободу и свободу другого;</p> <p>- помочь им понять, что свобода часто связана с наличием обязанностей;</p> <p>- помочь осознать, что необходимо признавать и уважать права других людей.</p>	<p>7</p>
<b>Всего часов</b>			<p><b>17</b></p>

Основная задача, которая стоит перед педагогом при работе с первоклассником – первичное осознание ребенком его 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. Нужно учитывать, что большинство детей растут в атмосфере домашнего тепла и внимания и приходят в школу от любящих родителей, бабушек и дедушек. Те же, кто посещал детский сад, страдают от смены привычного окружения, от утраты налаженных дружеских контактов.

В классе вокруг них много ровесников, но они все чужие, и общение нужно выстраивать заново, а далеко не каждый ребенок легко устанавливает новые привязанности.

Первой темой, изучаемой на занятиях, становится тема «Я – школьник», которая включает занятия, посвященные знакомству со школой, с учениками своего класса, привыканию к требованиям обучения.

Вторая тема «Мои чувства» - помогает детям научиться понимать и контролировать свои эмоциональные состояния. В целом за первый год обучения ребенок делает огромные шаги не только в интеллектуальном развитии, но и в адаптации к незнакомому, первоначально чужому миру школы. Миру, в котором ему предстоит прожить 11 важнейших (с точки зрения становления личности) лет своей жизни.

Следует иметь в виду, что в случае эмоциональной усталости у ребенка может проявляться «детское поведение»: плач, капризы, желание телесных контактов. При появлении таких симптомов следует разрешить ребёнку не включаться в занятие, а тихонько порисовать.

Второклассник начинает учиться в совершенно ином настроении, нежели год назад. Он уже при обязанностям, у него сформировался образ хорошего ученика.

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

Во втором классе происходит активное освоение учебной деятельности. Ребенок, побуждаемый своими достижениями и неудачами, то есть развивает познавательную рефлексию. По-прежнему сохраняется «быть хорошим, любимым», у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Она мешает родителям сильно огорчают его неудачи. Поэтому особое значение приобретает тема «Качества» получают возможность исследовать себя, узнают, что все люди имеют те или иные недостатки.

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

Основное внимание второклассников начинает постепенно смещаться с учебной деятельности на общение с педагогами, родителями, сверстниками. Поэтому на занятиях большое внимание уделяется играм основанных на любви, сердечности и возможности не только принимать что-либо от людей, но и отдавать. Взросления, который характеризуется наличием гармонии в стремлении принимать и отдавать.

Тема «Чем отличаются люди друг от друга» знакомит детей с понятием «качества людей», помогает осознать свои особенности.

И завершается обучение темой «Какой Я – Какой Ты», помогающей осознать наличие положительных качеств.

К началу третьего класса у ребенка уже четко сформирован отчетливый образ хорошего ученика. Он старается делать, чтобы соответствовать этому образу, однако в результате в какой-то степени утрачивается детская индивидуальность ребенка несколько стираются, снижаются творческие возможности. Все это ослабляет личность, которую психологи называют «внутренним ребенком».

Взрослые в этот период обычно удовлетворенно отмечают стабильную способность детей действовать по образцу. Но, как правило, они не замечают, что эти качества подтверждаются в ребенке отсутствием изобретательности, оригинальности восприятия. Родители, педагоги и психологи констатируют уровень детей, упуская из виду упадок воображения, снижение креативных способностей. Однако это – явление, которое надо начать работу по актуализации творческих способностей детей. Поэтому важнейшей темой психологии становится тема «Я-фантазер», в ходе проработки которой можно «реанимировать фантазию», утвердить уверенность.

Другая важная особенность этого возраста – качественные изменения во взаимоотношениях детей с родителями. К этому времени учитель в сознании детей во многом утрачивает свой идеальный образ. Ребенок реалистично, однако при этом «идеал» может полностью разрушиться, уступив место пренебрежению к «нигилизму». Внутреннее отдаление от авторитета учителя может вызвать страх перед ним либо злость. Дети должны быть направлены на то, чтобы поддержать в ребенке реальный образ учителя, не снижая при этом его авторитета.

Сходный процесс идет и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как людей с достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребенок привыкает к тому, что самые близкие люди имеют порою допустить несправедливость, нечаянно обидеть, быть невнимательным. Но при этом они любят и уважают. Такие моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребенка и сами попросить прощения. Дети учатся строить отношения, делать шаги навстречу близким людям при трудностях в общении, дорожить ценностью у близких.

Важной темой остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества. В этот период становятся более значимыми, нежели в первые два школьных года, меньше зависят от оценок учителя. Для ребенка теперь в большей степени строится на отношениях с друзьями.

Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление.

К окончанию третьего учебного года дети способны брать на себя роль ведущего в знакомых играх, быть внимательным к остальным участникам, уметь договариваться с ними об условиях игры, давать советы при выполнении заданий. Взрослый ведущий старается провести через лидерские роли как можно больше психологическую разницу между положениями лидера и исполнителя на самом себе.

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. Именно сейчас, деликатно используя присущую этому возрасту особенность, можно эффективно помогать ребенку в решении его проблем, влиять на него. Поэтому в программу психологических занятий для четвертого класса введены беседы об идеалах, чести и достоинстве, об интеллигентности.

Четвертый класс – последний в начальной школе. Ребенок внутренне готовится к переходу в среднюю школу, к более самостоятельной жизни, к новому этапу взросления. Некоторые дети уже в этот период по своим психическим и физиологическим характеристикам приближаются к стадии препубертата (отрочества, предпоздносткового возраста). Их поведение заметно меняется: дети требуют подчеркнутого уважения к себе со стороны взрослых, настаивают на своих правах, нередко игнорируя обязанности. Поэтому необходимо уделить особое внимание теме «Права и обязанности», помогающей детям уяснить необходимость равновесия гармоничного сочетания прав и обязанностей в жизни человека.

К окончанию четвертого школьного года дети должны обогатить представления о собственных способностях и возможностях, составить определённый личностный идеал в качестве внутреннего ориентира поведения и поступков, приобрести способность делать осознанный выбор в сложных ситуациях. Ребенок ощущает свою долю ответственности за всё, что с ним происходит, становится более самостоятельным в решении проблем общения и в школьных делах. На психологических занятиях дети этого возраста охотно берут на себя роль ведущего, нередко перенося ее и в реальную жизнь. Многие дети любят принимать участие в делах друзей, стараясь помочь им в трудной ситуации, оказать психологическую поддержку. Поэтому в четвертом классе больше следует уделять внимания детской инициативе, отводить детям активную роль в организации занятий, предоставлять свободный выбор форм и приёмов работы.

### Описание планируемых результатов.

В результате реализации программы «Тропинка к своему Я» обучающиеся должны осознавать себя с позиции школьников; знать правила поведения в школе; уметь адекватно вести себя в различных школьных ситуациях; дружески относиться к одноклассникам; знать, различать и уметь описывать эмоциональные состояния; уметь справляться со страхами, обидами, гневом; уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников; уметь справляться с негативными эмоциями, знать «качества» людей; начать изучение своих особенностей, изучить свои качества.

К концу обучения курса учащиеся получают возможность:

	Личностные	Метапредметные	Предметные
<b>Знать</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;</li> <li>- правила поведения в обществе, семье со сверстниками;</li> <li>- правила игрового общения: о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии;</li> <li>- иметь нравственно-этический опыт со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осознавать собственную полезность и ценность и полезность;</li> <li>- основные способы психологического взаимодействия между людьми;</li> <li>- приемы повышения собственной самооценки;</li> <li>- сознание своего места в мире и обществе.</li> </ul>
<b>Уметь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы;</li> <li>- проявлять настойчивость в достижении цели;</li> <li>- налаживать контакт с людьми;</li> <li>- соблюдать правила игры и дисциплину;</li> <li>- правильно взаимодействовать с партнерами по команде;</li> <li>- выражать себя в наиболее доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;</li> <li>- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей;</li> <li>- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;</li> <li>- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;</li> <li>- формулировать собственное мнение и позицию;</li> <li>- находить свое место в школьной жизни.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- работать в группе, коллективе;</li> <li>- получать удовольствие от процесса познания;</li> <li>- преодолевать возникающие в школе трудности;</li> <li>- психологически справляться с неудачами;</li> <li>- осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние;</li> <li>- взаимодействовать с учителем и сверстниками;</li> <li>- адекватно анализировать собственные проблемы</li> </ul>
<b>Применять</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия;</li> <li>- подводить самостоятельный итог занятия;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем;</li> <li>- приобретенную информацию для</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полученные знания для адекватного установления причин, возникающих у ребенка проблем и путей их решения;</li> </ul>

	<p>- анализировать и систематизировать полученные умения и навыки;</p> <p>- знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития.</p>	<p>установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов.</p>	<p>- полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности;</p> <p>- через игровые роли и сказочные образы;</p> <p>- осознавать собственные трудности и их причины и находить пути их преодоления</p>
--	--	---	--

### УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Васильченко К.В. Путешествие в страну «Я».- Д.: «Сталкер», 1998 г.
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга.- М.: изд-во «Ось», 2001 г.
3. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения.- Новосибирск, 1997 г.
4. Жариков Е.С., Крушельницкий Е.Л. Для тебя о тебе.- М. «Просвещение», 1991 г.
5. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения.- Екатеринбург, 1997 г
6. Коломинский Я.Л. Человек: психология.- М. «Просвещение»,1986 г.
7. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшекласников.  
- М.: Гуманит. изд. центр «Владос», 2001 г.
8. Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе(1 – 4)  
Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта для учащихся:
  1. О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь школьника. 1 класс» М.: изд-во «Генезис»,2018 г.
  2. О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь школьника. 2 класс» М.: изд-во «Генезис»,2018 г.
  3. О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь школьника. 3 класс» М.: изд-во «Генезис»,2018г.