

Согласовано Заведующий кафедрой _____/Просецкая Т.В. Протокол № 1 от 28.08.2022г.	Утверждено на заседании педагогического совета Протокол № 1 от 29.08.2022г.	Утверждаю Директор МБОУ гимназии _____/С.В. Мытарев/ Приказ № 153-д от 31.08.2023 г.
--	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Я - школьник»:
«Жить дружно» (2год обучения)
для начального общего образования
2 «Б» класс

Срок реализации - 1 год
Составитель: Богдановская В.В.,
педагог - психолог

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Я - школьник» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- СП 2.4.3648-20;
- СанПиН 1.2.3685-21;

Цель программы «Я - школьник» Социализация и личностный рост обучающихся посредством овладения знаниями, умениями и навыками психологической науки.

Программа «Я - школьник» для обучающихся 1-4 класса строится в соответствии с его трехкомпонентной структурой, развития личности ребенка, описанной ниже.

Содержание занятий по психологии нацелено на формирование психологического здоровья. создание психолого - педагогических условий, способствующих успешной школьной и социальной адаптации обучающихся, их самореализации в жизни и саморазвитии. Создание условия для развития у детей навыков эффективного общения для обеспечения полноценного взаимодействия, сотрудничества и возможности саморазвития.

Структура психологического здоровья личности, выделенная О.В. Хухлаевой:

• *аксиологический компонент* — ценность собственного «Я» и ценность «Я» других людей. Развитый аксиологический компонент выражается у человека в принятии себя при относительно полном знании себя и принятии других людей. Этому способствуют умение принять «темные» стороны своей личности и личности другого, а также умение видеть «светлое» начало в каждом и взаимодействовать именно с ним;

инструментальный компонент — это владение рефлексией, как способом самопознания. Рефлексия позволяет человеку понимать и определять свои эмоциональные состояния и состояния других людей, свободно и открыто выражать чувства без причинения вреда другим (качества эмоционального интеллекта), а также осознавать причины и последствия своего поведения и поведения других;

• *потребностно-мотивационный компонент* — наличие у человека внутренней потребности в саморазвитии.

Соответственно можно выделить следующие задачи программы:

- формирование у обучающихся умения принимать самого себя и других людей, при этом осознавая свои и чужие достоинства и недостатки;
- развитие личностной рефлексии детей: умения осознавать свои и чужие эмоции, чувства, причины своих и чужих поступков;
- формирование потребности в саморазвитии и самоизменении у ребенка;
- развитие умения в трудной ситуации находить силы внутри самого себя и принимать ответственность за свою жизнь на самого себя;
- расширение пассивного и активного психологического словаря детей;
- развитие познавательных процессов

Личностными результатами изучения курса «Я - школьник» начальной школы является формирование следующих умений:

- определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).

• в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами изучения курса «Я - школьник» являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.
- проговаривать последовательность действий.
- учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией рабочей тетради.
- учиться работать по предложенному учителем плану.
- учиться отличать, верно, выполненное задание от неверного.
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

Познавательные УУД:

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.
- делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя.
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать такие математические объекты, как числа, числовые выражения, равенства, неравенства, плоские геометрические фигуры.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять математические рассказы и задачи на основе простейших математических моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем).

Коммуникативные УУД:

- донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- слушать и понимать речь других.
- 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.
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Основными принципами работы программы являются:

- *принцип создания развивающей ситуации.* Пробудить обучающихся к высказываниям и обсуждению разных точек зрения по поводу выполнения определенных заданий;
- *принцип природосообразности.* Содержание программы соотнесено с возрастными нормами развития мыслительных процессов детей младшего школьного возраста;
- *принцип системности.* Учебно-развивающий материал выстроен по принципу возрастания уровня сложности;
- *принцип доступности.* Материал представлен в конкретной форме, в виде известных жизненных ситуаций, что активизирует познавательный интерес обучающихся, побуждает к размышлениям.

Программа предполагает:

- индивидуальный подход (ориентация на личностный потенциал ребенка и его самореализацию);
- тесную связь с практикой, ориентацию на создание конкретного персонального продукта.

Программа рассчитана на четыре года обучения, разделена на четыре модуля, каждый из которых учитывает возрастные особенности обучающихся, основана на изложении материала в доступной и увлекательной форме.

2 модуль. 2 класс курс «Жить дружно» 34 часа, один раз в неделю.

Пояснительная записка.

Актуальность модуля.

Общение – есть процесс взаимодействия личностей, определенным образом относящихся друг к другу и взаимодействующих друг на друга. Рассматривая проблему влияния общения на развитие личности ребёнка, необходимо обратиться к исследованиям Л. И. Божович, в которых она отмечала, что существуют какие-то последовательно возникающие новообразования, характеризующие этапы центральной линии онтогенетического развития личности, её рациональные стороны. Эти новообразования возникают как следствие активного отношения субъекта к окружающей среде и выражаются в неудовлетворённости своим положением, своим образом жизни (кризисы трёх и семи лет). Эти отношения ребёнка к окружающей среде появляются, развиваются, качественно изменяются в общении.

Ранние формы общения во многом определяют дальнейшее развитие и влияют на личность человека, на его отношения к окружающим людям, к себе, к миру. Если у ребёнка недостаточно сформирована способность к общению в детстве, то в дальнейшем у него могут возникнуть межличностные и внутриличностные конфликты, которые у взрослого человека разрешить сложно.

Ребёнок, поступающий в школу, начинает переживать себя в качестве социального индивида, и у него возникает потребность в новой жизненной позиции и в общественно значимой деятельности, обеспечивающей эту позицию. У ребёнка появляется желание занять значимое для мира «взрослых» место в жизни, в их деятельности. Школьное обучение реализует это стремление, однако необходимо дать ребёнку больше самостоятельности и развивать у него ответственность, учить его работать в группе, так как в процессе совместной работы дети учатся уважать друг друга, прислушиваться к чужому мнению.

В младшем школьном возрасте происходит четкое разделение на группы общения по половым признакам и формируются первые взаимоотношения между мальчиками и девочками. В современном обществе существует ориентация на сильную личность, поэтому очень важно формировать у детей навыки позитивного, конструктивного и бесконфликтного общения.

Данная программа актуальна в этом возрасте еще и потому, что у детей особенно активно происходит формирование произвольности, внутреннего плана действий, начинает развиваться способность к рефлексии и ребенок способен успешно овладевать средствами и способами анализа своего поведения и поведения других людей.

Цель данного модуля: обучение навыкам позитивного общения, сплочение классного сообщества. Достижение поставленной цели реализуется посредством следующих **задач**:

- развитие способности принимать и понимать друг друга;
- развитие уверенности в себе и навыков уверенного поведения;
- совершенствование навыков общения;
- формирование позитивного отношения к одноклассникам;
- обучение альтернативным вариантам поведения;
- развитие навыков групповой работы;
- способствовать самопознанию обучающихся, осознанию своих характерных особенностей и предпочтений;
- обучать ребенка положительному самоотношению и принятию других людей;
- развивать у обучающихся навыки социального поведения и общения с другими людьми, чувство принадлежности к группе;

- вырабатывать у обучающихся положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения;
- обучать школьников рефлексивным умениям;
- формировать у школьников потребность в саморазвитии.

Программа имеет социально-педагогическую направленность.

Она является частью комплексной работы по психолого-педагогическому сопровождению младших школьников. Реализуется программа в третий год работы с детьми 8-9 лет и предназначена для развития коммуникативных навыков детей и сплочению детского сообщества.

Программа работы с детьми состоит из 34 занятий, которые строятся в игровой форме. Занятия включают в себя элементы социально-психологического тренинга.

Продолжительность занятия не должна превышать 45 минут (время одного урока). Оптимальная периодичность встреч – 1 раз в неделю.

В работе используются *следующие методы*: имитационные и ролевые игры, упражнения, направленные на развитие навыков конструктивного индивидуального и группового взаимодействия, прочтение и обсуждение сказок, индивидуальные и групповые рисунки, коллективно-творческие работы.

По окончании прохождения программы 2 модуля «Жить дружно» обучающиеся должны знать:

- понятие общения, его виды;
- роль эмоций и чувств в жизни человека, о природе эмоций, о влиянии эмоций и чувств на здоровье человека;
- нормы и правила, которым необходимо следовать при общении с окружающими;
- стили разрешения конфликта;

должны уметь:

- вступать в контакт и вести разговор;
- слушать собеседника;
- высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению, аргументировать и отстаивать свою позицию;
- распознавать эмоциональную реакцию других людей и осознавать свои эмоции;
- использовать мимику и жесты для более эффективного выражения своих мыслей;
- владеть приемами саморегуляции;
- анализировать и оценивать собственное поведение;
- договариваться в конфликтных ситуациях;
- принимать своих одноклассников;
- работать в группе.

Методическое обеспечение:

- Сюжеты историй и рассказов - текстов для обсуждения (см. Приложение);
- цветные карандаши, цветные мелки;
- карточки с заданиями;
- плакаты с картинками и фразами;
- мяч;
- разноцветные жетоны;
- бумага для рисования;
- ватманы;
- раздаточный материал;
- дидактический материал;
- игры и упражнения (см. Приложение)

Методами и средствами оценки результативности выбраны:

Социометрия.

Источник: Учителю о диагностике эффективности образовательной среды, С.Д. Дерябо, М., 1997.

Цель: исследование внутригруппового статуса личности, структуры межличностных отношений.

Описание методики: Методика представляет собой адаптированный для младших школьников вариант социометрии. Ребенок делает до трех выборов и отвержений в личностной и познавательной сферах.

Инструкция: На листке бумаги напиши трех человек из класса, кого бы ты пригласил играть в интересную игру. Кого бы точно не стал приглашать играть вместе с собой.

Анализ результатов.

Все выборы фиксируются в социометрической матрице.

В таблицу вносятся имена всех детей группы (сначала девочки, потом все мальчики или наоборот), присваиваются им номера по порядку в списке. Данные номера заносятся в таблицу по горизонтали и вертикали, клетки пересечения одинаковых номеров заштриховывают. На основании матрицы путем подсчета выборов определяется, какое количество выборов получил каждый ребенок и сколько взаимных выборов он имеет. Анализ полученных данных дает представление о социометрической структуре группы, которая заключается в распределении детей по четырем статусным категориям: «звезды» (более 5 выборов), «предпочитаемые» (от 3 до 5 выборов), «принятые» (1–2 выбора), «изолированные» (не имеют ни одного выбора). Первые две категории считаются благоприятными, две последние — неблагоприятными. Соотношение суммарных величин благоприятных и неблагоприятных статусных категорий дает представление об уровне благополучия взаимоотношений (УБВ). Если большинство детей группы оказывается в благоприятных статусных категориях, УБВ определяется как высокий; при одинаковом соотношении — как средний; при преобладании в группе детей с неблагоприятным статусом — как низкий. Низкий УБВ — сигнал тревоги, означающий эмоциональное неблагополучие большинства детей в системе взаимоотношений со сверстниками в группе. Соотношение количества изолированных детей к общему числу воспитанников в группе позволяет установить коэффициент изолированности, который рассматривается как диагностический показатель успешности работы педагога по воспитанию дружеских взаимоотношений детей. Согласно результатам исследований Т.А. Репиной, группу можно считать благополучной, если в ней нет изолированных или коэффициент изолированности в пределах 6%; менее благополучной — при индексе до 25% и неблагополучной, если индекс изолированности выше 25%.

3. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания, с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

В воспитании детей младшего школьного возраста (уровень начального общего образования) таким целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

Выделение данного приоритета связано с особенностями детей младшего школьного возраста: с их потребностью самоутвердиться в своем новом социальном статусе - статусе школьника, то есть научиться соответствовать предъявляемым к носителям данного статуса нормам и принятым традициям поведения. Такого рода нормы и традиции задаются в школе педагогами и воспринимаются детьми именно как нормы и традиции поведения школьника. Знание их станет базой для развития социально значимых отношений школьников и накопления ими опыта осуществления социально значимых дел и в дальнейшем, в подростковом и юношеском возрасте. К наиболее важным из них относятся следующие:

1) быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;

2) быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;

3) знать и любить свою Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, село, свою страну;

4) беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);

5) проявлять миролюбие — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;

6) стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;

7) быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;

8) соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;

9) уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности, помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;

10) быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

На занятиях используются *следующие методы*: игра, дыхательные упражнения и упражнения, направленные на развитие навыков произвольности внимания и поведения, психотехнические упражнения, упражнения с элементами арт-терапии, психогимнастика, релаксационные методы, прочтение и обсуждение сказок, продуктивно-творческая деятельность. В каждое занятие включены упражнения, направленные на развитие познавательных психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения)

4. Тематическое планирование курса

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Задачи занятия	Электронные образовательные ресурсы	Целевые приоритеты воспитания
1	Вводное. Общение в жизни человека.	1	дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека; принять правила работы на занятиях.	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie _videouroki.htm	2,6,9,10
2	Я – это Я!	1	Активизация знаний и представлений о себе, акцент на позитивных сторонах собственной личности. Дать понятие о самооценности человеческого «Я»		8,10
3	Я глазами других.	1	формировать способность к самоанализу,		8,9,10

			развивать способность принимать друг друга		
4	Все мы разные	1	помочь учащимся в самораскрытии, развитие внимательного отношения к одноклассникам		2,5,9,10
5	Понимаем ли мы друг друга.	1	Тренировка навыков взаимодействия в группе, работа с социальными ролями, "премирование" различных социальных ролей.		2,6,9,10
6	Вербальное общение	1	формирование конструктивных форм вербального общения, развитие умения находить верный тон общения в различных ситуациях		8,10
7	Умение вести разговор	1			8,9,10
8	Умение говорить комплименты	1	Потребность в положительных эмоциях от общения. Мои потребности и потребности других. Вежливый отказ. Общение в ситуации вежливого отказа		2,5,9,10
9	Невербальное общение	1	развитие навыков невербального общения, формирование невербальных способов поддержки партнера		
10	Внимание к поведению другого человека	1			2,6,9,10
11	Умение слушать	1			8,10
12	Чувство эмпатии.	1			8,9,10

	Толерантность в отношениях с людьми				
13	Доверие в общении	1	формирование атмосферы доверия, развитие чувства ответственности за другого		2,5,9,10
14	Я тебе доверяю.	1	Формирование умения договариваться с людьми. Коллективная работа. Развитие умения действовать сообща. Формирование чувства принадлежности к группе.		2,6,9,10
15	Дружеские отношения	1	развитие понимания необходимости жить в согласии, создание дружеского фона общения в классе		8,10
16	Как поддерживать дружеские отношения?	1	Развитие способности к эмпатии, сопереживанию. Формирование позитивного отношения к сверстникам		8,9,10
17	Ищу друга.	1	Формирование понимания друг друга, умения слушать и слышать других людей.		2,5,9,10
18	У меня есть друг.	1	Способствование формированию навыков взаимодействия в группе. Помощь детям в осознании качеств, которые важны в дружбе. Повышение самооценки детей.		2,6,9,10
19	Я в мире людей.	1	Как работать вместе слаженно? Что такое		8,10

			сотрудничество? Что мешает договориться? Я умею договариваться с людьми. Коллективная работа. Мы умеем действовать сообща. Формирование чувства сотрудничества		
20	Навыки взаимодействия	1	формирование способов взаимодействия, создание благоприятной атмосферы для сплочения членов классного сообщества		8,9,10
21	Секреты общения	1			2,5,9,10
22	Барьеры общения	1	дать представление о вербальных барьерах общения, способствовать преодолению барьеров в общении		2,6,9,10
23	Конфликт. Общение в конflikте	1	осознание причин возникновения конфликтных ситуаций, выработка навыков конструктивного поведения в конflikте		8,10
24	Предотвращение конflikтов	1	закрепление конструктивных форм общения в группе, выработка умений предотвращать конflikты		8,9,10
25	Учимся решать проблемы вместе.	1	закрепление конструктивных форм общения в группе, выработка умений предотвращать конflikты		2,5,9,10
26	Учимся договариваться и	1	закрепление конструктивных		2,6,9,10

	уступать.		форм общения в группе, выработка умений предотвращать конфликты		
27	Позитивное общение	1	определение альтернативных вариантов поведения, развитие уверенности в общении		8,10
28	Групповое взаимодействие	1	формирование у учащихся умения понимать друг друга, совершенствование навыков общения		8,9,10
29	Групповое взаимодействие	1	закрепление навыков группового взаимодействия		2,5,9,10
30	Сюжетно – ролевая игра «Однажды в городе N.....».	1	Развитие коммуникативных навыков, навыков сотрудничества и взаимовыручки		2,6,9,10
31	Ролевая игра «Необитаемый остров»	1	Развитие коммуникативных навыков, навыков сотрудничества и взаимовыручки		8,10
32	Наш класс	1	Закрепить у учащихся полученные знания, совершенствовать навыки дружеских отношений в классе		8,9,10
33	Итоговое занятие. Дигностика. Коммуникативные игры	1	Закрепить у учащихся полученные знания, совершенствовать навыки дружеских отношений в классе		2,5,9,10
34	Резерв времени. Коммуникативные игры	1	Закрепить у учащихся полученные знания, совершенствовать навыки дружеских отношений в		2,6,9,10

		классе		
--	--	--------	--	--

Методическое обеспечение:

- Сюжеты историй и рассказов - текстов для обсуждения
- раздаточный материал;
- игры и упражнения
- разработки бесед;
- заготовки для рисунков;
- плакаты с картинками и фразами;
- карточки с заданиями;
- мяч;
- цветные карандаши;
- бумага для рисования.

Формы организации занятий внеурочной деятельности «Я - школьник» были согласованы с родителями (законными представителями) обучающихся на классном родительском собрании.