

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ПРЕДМЕТОВ
МУЗЫКАЛЬНОГО ЦИКЛА «ТУТТИ»
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

решением
педагогического совета

Протокол № 1
от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

Л.С.Джанполат
«28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ школы
«Тутти»

Н.Б.Пантюшова
Приказ № 51-О
от «28» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ТРОПИНКА К СВОЕМУ Я»**

Класс 2

2023-2024 учебный год

Педагог-психолог: Троицкая Г.Ю.

Квалификационная категория: Высшая

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

2023

Поянительная записка

Программа занятий социально-педагогической направленности «Тропинка к своему Я» модифицирована и составлена на основе одноименной авторской программы О.В.Хухлаевой..

Актуальность, педагогическая целесообразность программы.

Государственные образовательные стандарты второго поколения основаны на принципиально новом подходе к целям образования. На первый план выходит переход от парадигмы знаний к парадигме развития личности. Новые стандарты ориентируют педагогов на то, что школа ответственна не только за качество и количество полученных ребенком знаний, но и за формирование и развитие личности. Требования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования (см.: «Федеральный Государственный Образовательный Стандарт Начального Общего Образования») сформулированы следующим образом:

Обобщенный результат освоения обучающимися основной образовательной программы начального общего образования может быть представлен в следующих личностных характеристиках выпускника («портрет выпускника начальной школы»):

- ✓ любознательный, активно и заинтересованно познающий мир;
- ✓ владеющий основами умения учиться, способный к организации собственной деятельности;
- ✓ любящий свой народ, свой край и свою Родину;
- ✓ уважающий и принимающий ценности семьи и общества;
- ✓ готовый самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки перед семьей и обществом;
- ✓ доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию, высказывать свое мнение;
- ✓ выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.

В связи с этим, перспективным направлением представляется целенаправленное создание условий для личностного развития детей в общеобразовательной школе. Эффективной формой такого развития в начальной школе является введение курса особых развивающих занятий социально-психологической направленности.

Программа О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я» разработана на основании возрастных особенностей и потребностей детей 6,5 – 10 лет и представляет собой систематический курс с 1-ого по 4-ый класс начальной школы.

Цель программы:

- Развитие и воспитание личности ребенка, в частности его самосознания и рефлексивных способностей в тех пределах, которые определяются возрастными возможностями.
- Обучение коммуникативным навыкам, в частности умению формулировать и обосновывать свою точку зрения, понимать и принимать позицию другого, договариваться и принимать совместные решения.

Программа рассчитана на четыре года (с 1-ого по 4-ый класс). Для каждого года обучения разработан свой курс занятий, в соответствии с возрастными особенностями и потребностями детей.

Задачи:

- Обучение распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей
- Обучение исследованию своих качеств и особенностей
- Обучение приемам и методам познания себя
- Обучение способам разрешения конфликтов между людьми
- Развитие уверенности в себе, своих возможностях
- Развитие способности к сотрудничеству в учебной и внеучебной деятельности
- Развитие творческих способностей детей
- Воспитание у детей таких личностных качеств, как самостоятельность в действиях, рефлексии собственных действий, стремления к самоизменению – приобретению новых знаний и умений.

Ожидаемые образовательные результаты.

Под усвоением материала программы «Тропинка к своему Я» следует понимать, прежде всего, усвоение детьми умений и навыков самопознания, создающих предпосылки для самоизменения, личностного развития и развития самосознания.

Также, подразумевается рост социальной компетентности детей, заключающейся в умении слушать и вступать в диалог, умении аргументировать и отстаивать свою позицию в коллективе, умение учитывать позиции других людей, строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

Для выявления и диагностики динамики развития у детей выделенных компетенций, целесообразно вести дневник наблюдений. Также, в качестве диагностического материала могут служить творческие работы детей по темам занятий.

Форма проведения занятий.

- Занятия проводятся в групповой форме.
- Возраст детей 6,5 – 10 лет
- В каждом учебном году организуются занятия на регулярной основе – по 1 в неделю.
- В структуру занятия входят три части: разминка-приветствие, работа по теме, подведение итогов.
- Каждое занятие включает различные комбинации следующих типов работ: рассказ ведущего, развивающие игры, психотехнические и психогимнастические упражнения, беседа, элементы арт-терапии и сказкотерапии, релаксирующие упражнения.

Оценка эффективности.

Оценка эффективности развивающих занятий производится следующими методами:

- Проведение мониторинга уровня школьной адаптации учащихся, уровня школьной тревожности и психологического климата в классе – два раза в год в начале и в конце курса.
- Анализ творческих работ, выполненных в процессе занятий.
- Анкетирование учащихся в конце курса

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.

Методическое обеспечение программы

Занятия по программе проводятся в групповой форме на протяжении четырех лет обучения в начальной школе. В каждом учебном году организуются занятия на регулярной основе - по 1 часу в неделю.

Условия реализации программы:

Для проведения занятий желательно наличие специального помещения, пригодного как в качестве традиционного учебного класса, так и в качестве игровой аудитории. Желательным является наличие в кабинете коврового покрытия и свободно передвигающихся учебных столов. В зависимости от задач занятия и характера взаимодействия учащихся в нем (индивидуальная работа, взаимодействие в парах, работа в тройках/четверках, взаимодействие между командами) учебные столы могут быть расставлены П-образно, в форме подковы, круга, составлены попарно или «квartetом» и др.

Минимально необходимые требования к оборудованию: стол и стул на каждого ученика, доска, стенд для вывешивания наглядного материала, цветные карандаши (фломастеры), листы плотной бумаги (альбомы) на каждого учащегося, набор разнообразных игрушек.

Основные приемы и методы организации образовательного процесса:

Структура занятий.

Занятие включает в себя следующие компоненты:

- **Организационный момент:** используются ритуалы приветствия, разминочные задания.
- **Основная часть,** которая может быть реализована в двух вариантах: если занятие первое в разделе, то используется схема: настрой как подготовка к восприятию нового материала – введение нового содержания – его закрепление. Если занятие продолжает изучаемый раздел, то схема несколько иная: актуализация предыдущего материала – повторение – углубление, расширение, наполнение новыми смыслами;
- **Подведение итогов.** Рефлексия результатов занятия, происходящая в два этапа: эмоциональное отреагирование (что понравилось на занятии, что заинтересовало); осмысление (зачем, для чего нужно то, чем занимались, о чем шла речь, в чем польза нового материала).
- **Ритуал прощания.**

Разумеется, указанная структура может быть использована при необходимости, изменена, ее отдельные составляющие могут быть более или менее насыщены, длительны и дифференцированы.

Методы, применяемые в программе «Тропинка к своему Я» обладают следующими особенностями. Они:

- А. **Активны** и основаны на проживании опыта: дети не просто усваивают знания, а через действия, игру, сказку погружаются в содержание собственного внутреннего мира;
- В. **Эмоционально окрашены,** пробуждают разнообразные эмоции, «затрагивают» интересы ребенка;
- С. **Рефлексивны:** большинство игр, упражнений, психологических техник предусматривает необходимость занять рефлексивную позицию;
- Д. **Оптимальны по трудности,** что связано с ориентацией на зону ближайшего развития;
- Е. **Метафоричны:** во-первых, используемые упражнения, игры, психологические техники являются, по сути дела, поведенческими метафорами – ведь они говорят об одном предмете через признаки другого, а во-вторых, сказкотерапевтические процедуры, которых много в программе, не могут обойтись без метафоры.

Классификация развивающих методов (психотехник, игр, упражнений, приемов, процедур), которые используются в программе:

- 1) традиционные обучающие приемы;
- 2) ритуалы знакомства; представления, прощания;
- 3) «ледокольные» («размораживающие», разогревающие, разминочные) техники;
- 4) приемы сосредоточения, фокусировки, настройки;
- 5) техники релаксации;
- 6) психотехники самооценки и взаимооценки;
- 7) упражнения, направленные на самораскрытие и рефлекссию;
- 8) экспрессивные техники (приемы самовыражения);
- 9) развивающе-тренировочные упражнения;
- 10) сказкотерапевтические упражнения;
- 11) иллюстрационно-демонстрационные задания;
- 12) подвижные игры.

Литература:

1. О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1 – 4)». 3-е изд. – М.: «Генезис», 2009 г.
2. Т.А.Аржакаева, И.В. Вачков, А.Х. Попова «Психологическая азбука. Начальная школа (Первый год обучения)./Под ред. И.В. Вачкова – М.:Издательство «Ось-89», 2003 г.
3. Т.А.Аржакаева, И.В. Вачков, А.Х. Попова «Психологическая азбука. Начальная школа (Второй год обучения)./Под ред. И.В. Вачкова – М.:Издательство «Ось-89», 2003 г.
4. Т.А.Аржакаева, И.В. Вачков, А.Х. Попова «Психологическая азбука. Начальная школа (Третий год обучения)./Под ред. И.В. Вачкова – М.:Издательство «Ось-89», 2005 г.

. II. Содержание программы 2 класс.

№№	Тема	Количество часов		
		Теоретические занятия	Практические занятия	Всего часов
1.	Тема 1. Я - второклассник	1	1	2
2.	Тема 2. Вспомним чувства	0	5	5
3.	Тема 3. Я - фантазер	0	8	8
4.	Тема 4. Какой я – какой ты?	0	7	7
5.	Тема 5. Я и мои друзья.	0	5	5
6.	Тема 6. Я и моя школа	0	7	7
	Итого:			34

III. Поурочно-тематический план занятий 2 класс

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия
Тема 1. Я – второклассник		
1.	Вводное занятие	Знакомство. Повторение правил работы в группе.
2.	Что нового?	Чем отличается второклассник от первоклассника. Что изменилось? Диагностика и формирование учебной мотивации.
Тема 2. Вспомним чувства.		
3.	Как доставить радость другому	Учимся выражать и передавать свои чувства
4.	Диагностическое занятие	Психогимнастика, эмоциональная разгрузка, диагностика уровня эмоционально-волевой сферы и тревожности,
5	Грусть. Что это такое?	Учимся выражать и передавать свои чувства
6.	Что такое страх?	Знакомство со своими страхами. Как справиться со страхом.
7.	Что такое гнев	Знакомство с чувством гнева. Откуда берется гнев. Как справиться с гневом.
Тема 3. Я – фантазер.		
8.	Что такое фантазия?	Формирование интереса к творчеству. Развитие творческих способностей.
9.	Я умею фантазировать	Формирование интереса к творчеству. Развитие творческих способностей
10.	Мой мир	Эмоциональная разгрузка с элементами арт-терапии
11.	Я умею сочинять	Формирование интереса к творчеству. Развитие творческих способностей
12.	Я - сказочник	Сказкотерапевтическое занятие с элементами арт-терапии
13.	Я умею мечтать	Формирование интереса к творчеству. Развитие творческих способностей
14.	Мои мечты	Эмоциональная разгрузка с элементами арт-терапии

15.	Фантазируем вместе	Развитие навыков совместного творчества. Создание коллажа.
Тема 4. Какой я – какой ты.		
16.	Такие разные люди.	Знакомство с понятием «Особенности людей»
17.	Хорошие качества людей	Формирование представления о положительных качествах, умения видеть хорошее в людях
18.	Что такое добро и доброжелательность?	Формирование представления о положительных качествах, умения видеть хорошее в людях и в себе
19.	Легко ли быть добрым	Формирование представления о положительных качествах, умения видеть хорошее в людях и в себе
20.	Портрет хорошего человека	Сказкотерапевтическое занятие с элементами арт-терапии
21.	Учимся видеть добро	Формирование представления о положительных качествах, умения видеть хорошее в людях и в себе
22.	Учимся творить добро	Формирование представления о положительных качествах, умения видеть хорошее в людях и в себе
Тема 5. Я и мои друзья		
23.	Что такое дружба?	Знакомство с понятием «дружба». Развитие сплоченности группы
24.	Кто такой настоящий друг?	Создание портрета человека с которым хорошо дружить. Развитие сплоченности группы
25.	Я и мои «колючки»	Развитие сплоченности группы. Актуализация трудностей общения. Формирование коммуникативных навыков.
26.	Что такое ссора?	Развитие сплоченности группы. Актуализация трудностей общения. Формирование коммуникативных навыков.
27.	Я и мои друзья	Развитие сплоченности группы. Творческое занятие с элементами арт-терапии.
Тема 6. Я и моя школа		
28.	Я и моя школа.	Развитие сплоченности группы. Закрепление школьной мотивации.

19	Диагностическое занятие	Диагностика школьной тревожности. «Я в школе»
30	Трудно ли быть учителем? Трудно ли быть учеником?	Формирование положительного отношения к учителям. Актуализация школьных трудностей.
31	Что мешает мне учиться?	Формирование положительного отношения к учебе. Актуализация школьных трудностей.
32.	«Немогучки» и как с ними бороться	Сказкотерапевтическое занятие
33	Мой дружный класс	Развитие сплоченности группы. Создание портрета класса.
34	Итоговое занятие	Подведение итогов. Вручение дипломов.