

Согласовано
Заместитель директора по УВР
МОУ «СОШ № 33»
_____ /Э.Д. Бочарова/

Утверждаю
Директор МОУ «СОШ № 33»
_____ /Л.Н. Потрусова /
Приказ № 272-од от 31.08.2023 г.

Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности
«Тропинка к своему я»
факультатив
направление спортивно-оздоровительное, коммуникативное
для обучающихся 1а, б, в, г, д, е, ж классов МОУ «СОШ № 33»

Составители:

учителя начальных классов:
Шевцова Любовь Александровна,
учитель первой квалификационной категории;
Шкарина Ольга Константиновна,
учитель высшей квалификационной категории;
Капустина Виктория Александровна,
учитель первой квалификационной категории;
Тонкошкур Наталья Борисовна,
учитель высшей квалификационной категории;
Юрчук Наталья Ивановна,
учитель высшей квалификационной категории;
Хорошкина Ольга Владимировна,
учитель первой квалификационной категории;
Герасимова Наталья Сергеевна,
учитель высшей квалификационной категории.

I. Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему я» спортивно-оздоровительного и коммуникативного составлена на основе требований федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами начального общего образования. Она является продолжением урочной деятельности, составлена на основе курса Хухлаевой О. В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе», является механизмом интеграции, обеспечения полноты и цельности содержания программы по предмету «Окружающий мир», расширяя и обогащая его, учитывает возрастные, общеучебные и психологические особенности младшего школьника.

Программа 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, на расширение знаний и навыков учащихся по гигиенической культуре. 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.

В данной программе представлено развитие межличностных отношений в детском коллективе, понимание разных эмоциональных и физических состояний людей, развитие коммуникативных способностей на основе доброжелательного общения. Ряд занятий формирует основы полоролевого поведения, понимание того, что дружеское отношение сверстников зависит от поведения каждого ребенка; понятие о недопустимости равнодушия, насмешек, прозвищ, по отношению к другим людям. С помощью игр дети учатся анализировать свои поступки.

Цель курса

– формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни, помощь младшим школьникам научиться понимать себя,

взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

- Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
- Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
- Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
- Развивать социальные и коммуникативные умения , необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
- Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
- Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
- Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Место курса в учебном плане

Программа организации внеурочной деятельности младших школьников предназначена для работы с детьми 1 классов, обучающихся по ОС «Школа России».

В первом классе, в соответствии с Образовательной программой школы, на изучение курса «Тропинка к своему Я» отводится 33 часа (1 час в неделю при 33 учебных неделях).

Учебно-методический комплект

Хухлаева О.В. Рабочая тетрадь «Тропинка к своему Я». Москва. - Генезис.

Хухлаева О.В. Методическое пособие. Уроки психологии в начальной школе 1-4 «Тропинка к своему Я» . Москва. - Интермедиа

Форма организации: факультатив

Формы проведения занятий

- практические занятия с элементами игр и игровых элементов, дидактических и раздаточных материалов;
- анализ и просмотр текстов, иллюстраций;
- самостоятельная работа (индивидуальная и групповая).

Интерес учащихся поддерживается внесением творческого элемента в занятия: самостоятельное составление кроссвордов, плакатов, книжек-малышек.

В каждом занятии прослеживаются три части:

- игровая;
- теоретическая;
- практическая.

Основные методы и технологии

- технология разноуровневого обучения;
- развивающее обучение;
- технология обучения в сотрудничестве;
- коммуникативная технология.
- свободное общение
- психогимнастика;
- ролевые гимнастики;
- рисуночные методики
- сказкотерапия
- социометрия

Выбор технологий и методик обусловлен необходимостью дифференциации и индивидуализации обучения в целях развития универсальных учебных действий и личностных качеств школьника.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по формированию умения проектировать свою деятельность являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты освоения учащимися содержания программы внеурочной деятельности:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- осмысление мотивов своих действий при выполнении заданий с жизненными ситуациями;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
 - оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, умение находить с ними общий язык и общие интересы;
 - учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
 - ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
 - способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
 - ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
 - знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
 - развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
 - эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
 - установка на здоровый образ жизни;
- формирование у учащегося готовности и способности к саморазвитию,
- развитие мотивации к обучению и познанию,
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося,
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,
- развитие эмоционально-волевой сферы, в том числе доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Метапредметные результаты освоения учащимися содержания программы внеурочной деятельности:

- умение осмысливать задачу, для решения которой недостаточно знаний;
- умение отвечать на вопрос: чему нужно научиться для решения поставленной задачи?

- умение самостоятельно генерировать идеи, т.е. изобретать способ действия, привлекая знания из различных областей;
- умение самостоятельно находить недостающую информацию в информационном поле;
- умение находить несколько вариантов решения проблемы;
- умение устанавливать причинно-следственные связи;
- умения и навыки работы в сотрудничестве;
- навыки взаимопомощи в группе в решении общих задач;
- умение выдвигать гипотезы.

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:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;
- учиться наблюдать;
- моделировать ситуацию с помощью учителя;

Коммуникативные УУД:

- 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;

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра.

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы внеурочной деятельности:

Обучающийся должен научиться:

- идентифицировать себя как школьника;
- развить уверенность в себе и своих учебных возможностях;
- понимать и контролировать свои эмоциональные состояния;
- распознавать и описывать свои чувства, понимать чувства других людей;
- уметь использовать приемы для преодоления неприятных чувств;
- уметь объяснить свои шаги при принятии какого – либо решения;
- уметь устанавливать атмосферу дружелюбия;
- осознавать уникальности культуры, к которой он принадлежит;
- иметь представление о понятии «здоровье».
- осознавать собственную полезность и ценность;
- знать приемы повышения собственной самооценки;
- осознавать своё место в мире и обществе;
- работать в группе, в коллективе;
- получать удовольствие от процесса познания;
- преодолевать возникающие в школе трудности;
- справляться с неудачами;
- осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние;
- взаимодействовать с учителем, сверстниками.

Обучающийся получит возможность научиться:

- полученные знания применять для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения;

- полученный опыт применять для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности;
- через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления.

Содержание учебного предмета, курса, дисциплины с указанием форм организации урока и основных видов учебной деятельности

№ п/п	Тематический блок (раздел)	Кол-во часов	Содержание учебного предмета, курса, дисциплины по тематическим блокам	Формы организации уроков с указанием количества часов	Основные виды учебной деятельности с учётом воспитательного потенциала урока
1	Уроки здоровья	6	Советы доктора Воды. Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма. Здоровая пища для всей семьи. Вредные привычки. Правила безопасности на воде.	Беседа-2ч, Творческая работа-1ч Практические занятия с элементами игр и игровых элементов-1ч., Самостоятельная индивидуальная работа -1 ч. Урок-игра -1ч.	Слушание объяснений учителя, самостоятельная работа с тетрадью, систематизация учебного материала, просмотр учебных фильмов, анализ проблемных ситуаций на основе рисунков и схем. <i>Активизация познавательной деятельности учащихся, побуждение к соблюдению общепринятых норм поведения привлечение внимание школьников к ценностному аспекту учебного материала, выработка личного отношения учащихся к образованию как ценности, опыт сотрудничества и взаимопомощи, вовлечение в игровые процедуры, вовлечение в интерактивные формы работы,</i>

					<p><i>решение проблемных ситуаций через подбор соответствующих текстов, примеров,</i></p> <p><i>побуждение к соблюдению общепринятых норм поведения,</i></p> <p><i>иницирование высказывания учащимися своего мнения и отношения к социально значимой информации.</i></p>
2	Я-школьник	15	<p>ЗАНЯТИЕ 1. Знакомство. Я умею управлять собой. Знакомство. Беседа на тему: Кто такой дрессировщик, и почему он может управлять животными?», «Нужно ли ученику умение управлять собой?»</p> <p>Упражнения: «Я умею управлять собой», «Умею остановиться», «Умею выполнять требования взрослых»</p> <p>Творческая работа «Рисунок имени».</p> <p>ЗАНЯТИЕ 2. Я умею преодолевать трудности.</p> <p>Разминка «Ролевая гимнастика».</p> <p>Рассказ о подвиге адмирала Ф.Ф. Ушакова. Обсуждение.</p> <p>Упражнения: «Вспомни и сделай», «Сумей понять».</p> <p>Графический диктант.</p> <p>ЗАНЯТИЕ 3. Я умею преодолевать трудности (продолжение).</p>	<p>Беседа-3 ч,</p> <p>Творческая работа-2ч</p> <p>Практические занятия с элементами игр и игровых элементов-2,</p> <p>Просмотр и анализ текстов-1ч.</p> <p>Самостоятельная индивидуальная работа -1 ч.</p> <p>Урок-игра -1ч.</p> <p>Групповая работа -1ч.</p> <p>Диспут- 1 ч.</p> <p>Круглый стол –</p>	<p>Знакомство с основными правилами школьной жизни, личной гигиены. Обсуждение трудности, с которыми учащиеся столкнулись в школе, поиск пути их преодоления.</p> <p>Слушание объяснений учителя, самостоятельная работа с тетрадью, систематизация учебного материала, просмотр учебных фильмов, анализ проблемных ситуаций, объяснение наблюдаемых явлений, участие в групповой работе.</p> <p><i>установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации</i></p> <p><i>активизация познавательной деятельности учащихся,</i></p> <p><i>побуждение к соблюдению общепринятых норм поведения</i></p>

		<p>Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения: «Вспомни и сделай», «Вопрос», «Тихо». Работа со сказкой «Лопух и одуванчик». Обсуждение. Графический диктант. ЗАНЯТИЕ 4. Я умею слушать других. Разминка «Ролевая гимнастика». История про альпинистов. Обсуждение. Упражнения: «Я умею справляться с трудностями», «Запомни ответ», «Диалог». Творческая работа «Общий рисунок» Работа со сказкой «Муравьишка Гришка». Обсуждение. ЗАНЯТИЕ 5. Я умею учиться у ошибки. Разминка «Противоположности». Работа со сказкой «Ошибка и Неошибка». Обсуждение. Творческая работа по сказке «Чему может научить ошибка?» Графический диктант Работа со сказкой «Коля и Солнечный Зайчик». Обсуждение. ЗАНЯТИЕ 6. Я умею быть доброжелательным. Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Обсуждение.</p>	<p>1 ч. Творческая работа в группе-1ч Практические упражнения – на каждом занятии. Коммуникативная игра-1ч.</p>	<p><i>привлечение внимание школьников к ценностному аспекту учебного материала, выработка личного отношения учащихся к образованию как ценности, опыт сотрудничества и взаимопомощи, вовлечение в игровые процедуры, вовлечение в интерактивные формы работы, решение проблемных ситуаций через подбор соответствующих текстов, примеров, побуждение к соблюдению общепринятых норм поведения, инициирование высказывания учащимися своего мнения и отношения к социально значимой информации использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе включение в занятие игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных</i></p>
--	--	---	---	--

		<p>Графический диктант. ЗАНЯТИЕ 7. Я умею быть доброжелательным (продолжение). Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнение: четыре испытания. Графический диктант. ЗАНЯТИЕ 8. Я – доброжелательный. Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения: «Кому письмо?», «Качества доброжелательного человека», «Зачем нужны качества?», «Ищем хорошее качество, благодарим, извиняемся», «Желаем добра». Работа со сказкой «Сережа – Серый Волк». Обсуждение. ЗАНЯТИЕ 9. Я умею быть ласковым. Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой «История про Павлика». Обсуждение. Упражнения: «Ласковый взгляд», «Ласковое прикосновение», «Ласковые слова и интонация» Работа со сказкой «Волчонок Сеня». Обсуждение. ЗАНЯТИЕ 10. Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими. Разминка «Ролевая гимнастика».</p>		<p><i>отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия;</i> <i>применение во время занятия интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников;</i> <i>применение дидактического театра, где полученные во время занятия знания обыгрываются в театральных постановках;</i> <i>применение дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога;</i> <i>применение групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми</i></p>
--	--	--	--	--

		<p>Работа со сказкой. Обсуждение. Творческая работа «Нарисуй страну».</p> <p>ЗАНЯТИЕ 11. Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими (продолжение).</p> <p>Разминка «Ролевая гимнастика».</p> <p>Упражнения: «Что между странами?», «Как страны общаются?», «Общий рассказ».</p> <p>Графический диктант.</p> <p>ЗАНЯТИЕ 12. Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.</p> <p>Разминка «Ролевая гимнастика».</p> <p>Работа со сказкой. Обсуждение.</p> <p>Упражнения: «Кто умеет слышать мнение другого?», «Оружие для защиты».</p> <p>Графический диктант.</p> <p>ЗАНЯТИЕ 13. Я учусь решать конфликты.</p> <p>Разминка «Ролевая гимнастика».</p> <p>Работа со сказкой. Обсуждение.</p> <p>Упражнение: «Это конфликт?»</p> <p>Графический диктант.</p> <p>ЗАНЯТИЕ 14. Я учусь решать конфликты (продолжение).</p> <p>Разминка «Ролевая гимнастика».</p> <p>Упражнения: «Придумай конфликт», «Инсценировка конфликта».</p>		
--	--	---	--	--

			Графический диктант. ЗАНЯТИЕ 15. Я умею разрешать конфликты. Разминка «Почему подрались дети», «Испугаем по-разному». Работа со сказкой. Обсуждение. Упражнения: «Инсценируем конфликт», «Конфликт»		
3	Страна Эмоций	11	<p>ЗАНЯТИЕ 16. Радость. Что такое мимика?</p> <p>Разминка «Зайчик рассмеялся – зайчик испугался».</p> <p>Упражнения: «Закончи предложения».</p> <p>Графический диктант. ЗАНЯТИЕ 17. Радость. Что такое мимика? (продолжение). Разминка «Раз, два, три, позу за мной повтори».</p> <p>Упражнение: «Зоопарк».</p> <p>Творческая работа «Рисунок радости».</p> <p>ЗАНЯТИЕ 18. Радость. Что такое жесты?</p> <p>Разминка «Угадай, где я иду?», «Превратись в животное».</p> <p>Упражнения: «Радость можно выразить жестом», «Передай сообщение»</p> <p>Графический диктант.</p>	<p>Беседа-3ч, Творческая работа-0,5ч Практические занятия с элементами игр и игровых элементов-0,5ч., Просмотр и анализ текстов-0,5ч., Просмотр и анализ и иллюстраций-0,5ч. Самостоятельная индивидуальная работа -1 ч.</p>	<p>Слушание объяснений учителя, самостоятельная работа с тетрадью, систематизация учебного материала, просмотр учебных фильмов, анализ проблемных ситуаций.</p> <p><i>установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации активизация познавательной деятельности учащихся,</i></p> <p><i>побуждение к соблюдению общепринятых норм поведения привлечение внимание школьников к ценностному аспекту учебного материала, выработка личного отношения учащихся к образованию как ценности, опыт сотрудничества и взаимопомощи, вовлечение в игровые процедуры, вовлечение в интерактивные формы</i></p>

		<p>ЗАНЯТИЕ 19. Радость. Что такое жесты? (продолжение). Разминка «Превратись в животное», кричалка «Я очень хороший!» Упражнения: «Радость можно выразить жестом», «Объясни задание». Работа со сказкой. «Когда молочные зубы сменились постоянными». Обсуждение.</p> <p>ЗАНЯТИЕ 20 Радость. Как ее доставить другому человеку? Разминка «Угадай, где я иду?» Упражнения: «Как доставить радость другому человеку?», «Собираем добрые слова», «Скажи мишке добрые слова» Графический диктант.</p> <p>ЗАНЯТИЕ 21. Радость Можно передать прикосновением. Разминка «Муха», «Превратись в животное», «Фотоохота», кричалка «Ура успешной фотоохоте!». Упражнения: «Радость можно передать прикосновением», «Котенок». Работа со сказкой «О муравьишке, который пошел в школу». Обсуждение.</p>	<p>Урок-игра-1ч. Групповая работа -1ч. Диспут -0,5 ч. Круглый стол – 0,5 ч. Творческая работа в группе-1ч. Практические упражнения – 0,5ч. Коммуникативная игра-0,5ч.</p>	<p><i>работы, решение проблемных ситуаций через подбор соответствующих текстов, примеров, побуждение к соблюдению общепринятых норм поведения, инициирование высказывания учащимися своего мнения и отношения к социально значимой информации использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе включение в занятие игровых процедур, которые помогают поддерживать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия; применение во время занятия интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников;</i></p>
--	--	---	---	--

		<p> ЗАНЯТИЕ 22. Грусть. Разминка «Покажи профессию», «Скажи да и нет». Упражнения: «Закончи предложение», «Грустные ситуации», «Котенок грустит». Работа со сказкой «Сказка по котенка Ваську». Обсуждение. </p> <p> ЗАНЯТИЕ 23. Страх. Разминка «Дотронься до...» Упражнения: «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Работа со сказкой «Девочка с мишкой». Творческая работа. Рисунок по иллюстрациям. </p> <p> ЗАНЯТИЕ 24. Страх (продолжение). Разминка «Дотронься до...» Упражнения: «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Работа со сказкой «Темноландия». Творческая работа. Рисунок по иллюстрациям. </p> <p> ЗАНЯТИЕ 25. Страх. Как его преодолеть. Разминка «Неопределенные фигуры». Упражнения: «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки», «Закончи предложение». Графический диктант. </p>		<p> <i>применение дидактического театра, где полученные во время занятия знания обыгрываются в театральных постановках; применение дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; применение групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми</i> </p>
--	--	---	--	--

		<p> ЗАНЯТИЕ 26. Страх. Как его преодолеть (продолжение). Разминка «Неопределенные фигуры». Упражнения: «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки» </p> <p> ЗАНЯТИЕ 27. Гнев. С какими чувствами он дружит? Разминка «Художник», «Попугай». Работа со сказкой «О мальчике Сереже, который всего боялся, и потому дрался». Обсуждение. Творческая работа. </p> <p> ЗАНЯТИЕ 28. Гнев. С какими чувствами он дружит? (продолжение). Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме». Работа со сказкой «Как ромашки с васильками поссорились». Обсуждение и творческая работа по сказке. </p> <p> ЗАНЯТИЕ 29. Гнев и его польза Разминка «Черная рука – белая рука», «Разозлились – одумались», «Поссорились – помирились». Упражнение: «Закончи предложение» Работа со сказкой «О путнике и его беде». Обсуждение Творческая работа по итогам сказки. </p>		
--	--	--	--	--

			<p>ЗАНЯТИЕ 30. Обида. Разминка «Массаж чувствами», «Пусть всегда будет!». Упражнения: «Закончи предложение», «Какая у меня обида». Работа со сказкой «Обида». Обсуждение и творческая работа по</p>		
4	Обобщение	1	<p>Обобщение и подведение итогов за год.</p>	<p>Обобщающий урок</p>	<p>Обобщение знаний, полученных за год, изготовление памяток (стенгазета) по бережному отношению к своему здоровью. <i>Активизация познавательной деятельности учащихся, побуждение к соблюдению общепринятых норм поведения привлечение внимание школьников к ценностному аспекту учебного материала, выработка личного отношения учащихся к образованию как ценности, опыт сотрудничества и взаимопомощи, вовлечение в игровые процедуры</i></p>
	Всего	33			

Список информационно-методического обеспечения

Хухлаева О.В. Рабочая тетрадь «Тропинка к своему Я». Москва. - Генезис 2018г.

Хухлаева О.В. Методическое пособие. Уроки психологии в начальной школе 1-4 «Тропинка к своему Я» . Москва. - Интермедиа 2018г.

Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Курс занятий для младших школьников по обучению здоровью «Школа докторов природы или 135 уроков здоровья». Москва. - Лабиринт, 2014 г.

Согласовано
Заместитель директора по УВР
МОУ «СОШ № 33»
_____ /Э.Д. Бочарова/

Утверждаю
Директор МОУ «СОШ № 33»
_____ /Л.Н. Потрусова /
Приказ № 272-од от 31.08.2023 г.

Календарно – тематическое планирование
по курсу внеурочной деятельности
«Тропинка к своему я»
факультатив
направление спортивно-оздоровительное, коммуникативное
для обучающихся 1а, б, в, г, д, е, ж классов МОУ «СОШ № 33»
2023-2024 учебный год

Составители:

учителя начальных классов:
Шевцова Любовь Александровна,
учитель первой квалификационной категории;
Шкарина Ольга Константиновна,
учитель высшей квалификационной категории;
Капустина Виктория Александровна,
учитель первой квалификационной категории;
Тонкошкур Наталья Борисовна,
учитель высшей квалификационной категории;
Юрчук Наталья Ивановна,
учитель высшей квалификационной категории;
Хорошкина Ольга Владимировна,
учитель первой квалификационной категории;
Герасимова Наталья Сергеевна,
учитель высшей квалификационной категории.

№ урок а	Наименование, разделов, тем уроков	КОЛ-ВО часов	Дата проведения		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Примечание
			по плану	по факту		
			1 триместр			
Уроки здоровья		4				
1	Настроение в школе. Настроение после школы.	1ч	1 неделя 01.09.23- 08.09.23	1 ____ __._.23	https://www.youtube.com/watch?v=bKZ4WSoXGYw	
2	Советы доктора Воды.	1ч	2 неделя 11.09.23- 15.09.23	1 ____ __._.23	https://www.youtube.com/watch?v=Bc7QxTT0OY8	
3	Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма.	1ч	3 неделя 18.09.23- 22.09.23	1 ____ __._.23	https://www.youtube.com/watch?v=eNWqHeHP7zM	
4	Здоровая пища для всей семьи.	1ч	4 неделя 25.09.23- 29.09.23	1 ____ __._.23	https://www.youtube.com/watch?v=oCiFIKSCFis https://www.youtube.com/watch?v=k9I7IMby5gI	
Я — школьник		15ч				
5	Знакомство. Я умею управлять собой.	1ч	5 неделя 02.10.23- 06.10.23	1 ____ __._.23	https://www.youtube.com/watch?v=JtSacaHNJak https://psy.wikireading.ru/hezqpwTF2E	Т.с. 6-8
6	Я умею преодолевать трудности.	1ч	6 неделя 09.10.23- 13.10.23	1 ____ __._.23	https://infourok.ru/ya-umeyu-preodolevat-trudnosti-prezentaciya-4489521.html	Т.с. 9-10
7	Я умею преодолевать	1ч.	7 неделя	1 ____	https://psy.wikireading.ru/hB3QE9vDXb	Т.с. 10-11

	трудности.		16.10.23- 20.10.23	___.__.23		
8	Я умею слушать других.	1ч	8 неделя 23.10.23- 27.10.23	1 ____ ___.__.23	https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2019/11/24/ya-umeyu-slushat-drugih https://psy.wikireading.ru/hgbTP1eCOd	Т.с. 12-14
			Каникулы 29.10-06.11			
9	Я умею учиться у ошибки.	1ч	9 неделя 07.11.23- 10.11.23	1 ____ ___.__.23	https://psy.wikireading.ru/hksASFcNT6	Т.с. 15-17
10	Я умею быть доброжелательным.	1ч	10 неделя 13.11.23- 17.11.23	1 ____ ___.__.23	https://www.youtube.com/watch?v=DHrTSQKc4sI https://www.1urok.ru/categories/13/articles/49557 https://psy.wikireading.ru/hcTogbzndC	Т.с. 18-19
11	Я умею быть доброжелательным.	1ч	11 неделя 20.11.23- 24.11.23	1 ____ ___.__.23	https://www.youtube.com/watch?v=DB6srHRwNUE https://www.youtube.com/watch?v=2AQ17GFf4p0	Т.с. 20-21
12	Я – доброжелательный.	1ч	12 неделя 27.11.23- 01.12.23	1 ____ ___.__.23	https://www.youtube.com/watch?v=DB6srHRwNUE https://youtu.be/OTVGF-c6V9I https://psy.wikireading.ru/h7VgRbHqjX	Т.с. 22-24
			2 триместр			
13	Я умею быть ласковым.	1ч	13 неделя 04.12.23-	1 ____	https://psy.wikireading.ru/hGNzwkXVbK	Т.с. 25-27

			08.12.23	__ . __ .23		
14	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими.	1ч	14 неделя 11.12.23- 15.12.23	1 ____ __ . __ .23	https://psy.wikireading.ru/hRNiTuZcOW https://medmafia.ru/post/26548-pravila-silnogo-duhom-cheloveka-kak-zhe-stat-takim/	Т.с. 28-29
15	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими.	1ч	15 неделя 18.12.23- 22.12.23	1 ____ __ . __ .23	https://psy.wikireading.ru/hHKVBIfTnu	Т.с. 29-30
			Каникулы 30.12-08.01			
16	Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.	1ч	16 неделя 25.12.23- 29.12.23	1 ____ __ . __ .23	https://psy.wikireading.ru/hHKVBIfTnu	Т.с.31-33
17	Я учусь решать конфликты.	1ч	17 неделя 09.01.24- 12.01.24		https://psy.wikireading.ru/h6LqwF517t	Т.с.34-35
18	Я учусь решать конфликты.	1ч	18 неделя 15.01.24- 19.01.24	1 ____ __ . __ .24	https://www.youtube.com/watch?v=tAcphBU39t8	Т.с.35-36
19	Я учусь решать конфликты.	1ч	19 неделя 22.01.24- 26.01.24	1 ____ __ . __ .24	https://psy.wikireading.ru/htgAaTvn48	Т.с.37-39
			Каникулы 05.02-09.02			
	Страна Эмоций	13ч				
20	Радость. Что такое мимика?	1ч	20 неделя 29.01.24- 02.02.24	1 ____ __ . __ .24	https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-radost-zhizni-1501134.html http://www.myshared.ru/slide/1015270/ http://www.myshared.ru/slide/1354481/	Т.с. 41-42

					https://www.youtube.com/watch?v=jf5-UmkhmM4 https://psy.wikireading.ru/hFjprzN8d4 https://www.maam.ru/detskijsad/prezentacij-a-nashi-yemoci-i-chuvstva.html	
21	Радость. Что такое жесты?	1ч	21 неделя 12.02.24- 16.02.24	1 ____ ___.__.24	https://psy.wikireading.ru/h3HpsR2Ctx https://lusana.ru/presentation/28116	Т.с.43-44
22	Радость. Как ее доставить другому человеку?	1ч	22 неделя 19.02.24- 23.02.24	1 ____ ___.__.24	https://www.youtube.com/watch?v=e2BPUI2oBSY https://psy.wikireading.ru/htTx0aK9eI	Т.с. 45-47
			3 триместр			
23	Радость Можно передать прикосновением.	1ч	23 неделя 26.02.24- 01.03.24	1 ____ ___.__.24	https://psy.wikireading.ru/hwj5GGKBRv https://www.youtube.com/watch?v=hraUI4Po000	Т.с.48-50
24	Грусть.	1ч.	24 неделя 04.03.24- 07.03.24	1 ____ ___.__.24	https://www.youtube.com/watch?v=5S11GOVQKQ8 https://psy.wikireading.ru/h4yUkH1vVE https://znanio.ru/media/prezentatsiya_grust-174679	Т.с.51-53
25	Страх.	1ч	25 неделя 11.03.24- 15.03.24	1 ____ ___.__.24	https://psy.wikireading.ru/hjyTBHwsV5 https://abrakadabra.fun/12534-jemocii-prezentacija-dlja-detej.html	Т.с.54-56
			Каникулы 23.03-31.03			
26	Страх. Как его преодолеть.	1ч	26 неделя 18.03.24- 22.03.24	1 ____ ___.__.24	https://psy.wikireading.ru/hQFCuvxTtr	Т.с.57-59
27	Гнев. С какими чувствами он	1ч	27 неделя	1 ____	https://www.youtube.com/watch?v=qvxuxj	Т.с.60-62

	дружит?		01.04.24- 05.04.24	___.___.24	CLrcQ https://psy.wikireading.ru/hKqZGt32jl https://ppt-online.org/892330	
28	Гнев и его польза	1ч	28 неделя 08.04.24- 12.04.24	1 ____ ___.___.24	https://psy.wikireading.ru/hsptOfcG07 https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-na-temu-emocii-kak-spravitsya-s-gnevom-2311345.html	Т.с.63-65
29	Обида.	1ч	29 неделя 15.04.24- 19.04.24	1 ____ ___.___.24	https://www.youtube.com/watch?v=P2-XNWr_pAM https://psy.wikireading.ru/hKZM79DhPd https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-obida-i-proschenie-3484637.html https://ppt4web.ru/detskie-prezentacii/obida0.html	Т.с.66-68
30	Разные чувства.	1ч	30 неделя 22.04.24- 26.04.24	1 ____ ___.___.24	https://www.youtube.com/watch?v=wVy4zU0VzMU https://psy.wikireading.ru/hPwaQHsRog https://ypok.pф/presentation/20453.html	Т.с.69-71
	Уроки здоровья	2				
31	Вредные привычки.	1ч	31 неделя 29.04.24- 10.05.24	1 ____ ___.___.24	https://www.youtube.com/watch?v=YIY_PO3aO8o	

32	Правила безопасности на воде.	1ч	32 неделя 13.05.24- 17.05.24	1 ____ ___.__.24	https://www.youtube.com/watch?v=NxhTOY65veU https://www.youtube.com/watch?v=zS3AZAU2aXY	
Обобщение		1				
33	Обобщение изученного.	1ч	33 неделя 20.05.24- 24.05.24	1 ____ ___.__.24	https://psy.wikireading.ru/hIbHQTigCD	Т.с.72-73