Рабочая программа по внеурочной деятельности социального направления «Тропинка к своему Я!» для 1-х классов, составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой.

**Требования к уровню подготовки обучающихся:**

**Личностные:**

- сформировать у учащегося готовность и способность к саморазвитию;

- развивать мотивацию к обучению и познанию;

- сформировать овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- сформировать принятие и освоение социальной роли обучающегося;

- развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки,

 - развивать эмоционально-волевую сферу, в том числе доброжелательность, эмоционально-нравственную отзывчивость и сопереживание чувствам других людей;

- развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

**Метапредметные:**

**Регулятивные:**

- формировать навыки самоконтроля в общении со сверстниками и

 взрослыми;

- формировать умение извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста,

- дать возможность определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя,

- научить осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению,

- научить строить речевое высказывание в устной форме.

**Познавательные:**

-сформировать умение распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;

-научить исследовать свои качества и свои особенности;

-дать возможность рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;

-сформировать умение наблюдать;

-развивать навыки моделировать ситуацию с помощью учителя.

**Коммуникативные:**

-научить  доверительно и открыто говорить о своих чувствах;

-сформировать умение работать в паре и в группе;

-выработать умение выполнять различные роли;

-научить слушать и понимать речь других ребят;

-дать возможность осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

**Предметные:**

**1 класс**

Первый уровень:

- принимать учебную задачу,

-действовать, согласно алгоритму заданному педагогом;

-выполнять действия по образцу;

-ставить учебную задачу под руководством педагога-психолога;

-планировать свою деятельность под руководством педагога-психолога;

Второй уровень:

-оценивать свою работу и работу товарища;

-сравнивать полученные результаты с ожидаемыми под руководством педагога-психолога;

-демонстрировать положительную динамику развития внимания, памяти, мышления, речи;

-овладевать новой социальной ролью ученика.

Третий уровень:

-демонстрировать развитие коммуникативных навыков и низкий уровень школьной и личностной тревожности

-самостоятельно осуществляют контроль выполнения учебного задания;

**Учебно-тематический план**

**к рабочей программе по внеурочной деятельности социального направления «Тропинка к своему Я!» 33 часа.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование разделов** | **Всего часов** |
| **1** | **Я - школьник** | **15** |
| **2** | **Мои чувства** | **18** |
| **Итого** | **33** |

**Содержание программы**

1. **Я - школьник – 15 ч.**

Знакомство с группой. Введение в программу: содержание и порядок обучения.

Игры и упражнения на развитие важнейших умений, которые необходимо освоить в адаптационный период;

Игры и упражнения на мотивацию учащихся к развитию силы воли и самоконтроля.

1. **Мои чувства – 18 ч.**

Игры и упражнения на рассмотрение особенностей содержательного наполнения радости, страха и гнева;

Игры и упражнения на распознавание и описание своих чувств и чувств других людей;

Игры и упражнения для осознания детьми относительности оценки чувств;

Игры и упражнения, способствующие снижению уровня страхов.

**Список литературы:**

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4). М., 2014г
2. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.
3. И.В.Стишенок. Сказка в тренинге. Коррекция, развитие, личностный рост..-Спб.:Речь,2006
4. Н.В.Самоукина. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы.-Ярославль:Академия развития, 2004.
5. Мухина В.С. Детская психология. М., 1997.
6. Оклендер В. Окна в мир ребёнка. Руководство по детской психотерапии. М., 1997.
7. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.
8. Практическая психология образования / Под. ред. И.В. Дубровиной. М.,1998.
9. Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях внедрения ФГОС // Сост. И.В. Возняк, И.М. Узянова, С.В.Лебедева и др. Волгоград, 2013.
10. Ветрова В.В. Уроки психологического здоровья. М., 2001.