

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа № 2 «Образовательный центр» с. Кинель-Черкассы муниципального района Кинель-Черкасский Самарской области

Согласована

Зам. Директора



(подпись)

«29» августа 2022г.

Утверждена

приказом директора

ГБОУ СОШ №2 «ОЦ»

с. Кинель - Черкассы

№ 01-141/3-ОД от 30.08.2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

Предмет (курс)

«Лесенка Успеха»

Класс 1-4

Количество часов по учебному плану в 1 классе – 33 часа, во 2-4 классах – 34 часа в год 1 раз в неделю.

Составлена в соответствии с Примерной рабочей программой формирования психологического здоровья младших школьников «Гропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой (Уроки психологии в начальной школе).

Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол 3/21 от 27.09.2021 г.

Рассмотрена на заседании ШМО учителей начальных классов

Протокол № 1 от «26» августа 2022г.

Руководитель ШМО Евдокимова
М.В.



ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Примерная рабочая программа курса внеурочной деятельности «Лесенка Успеха» на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённая приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 286 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021 г. № 64100) - далее - ФГОС НОО. А также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в Примерной программе воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 02.06.2020 г. № 2/20).

Нормативными документами для составления рабочих программ являются:

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом министерства Просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом министерства Просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Основная образовательная программа начального общего образования государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 2 «Образовательный центр» с. Кинель-Черкассы муниципального района Кинель-Черкасский Самарской области.

Целью психологического сопровождения по ФГОС является создание социально – психологических условий для развития личности учащихся и их успешного обучения. Внеурочная деятельность является одним из таких условий. 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.

Курс внеурочной деятельности «Лесенка Успеха» - это комплекс психологических занятий в начальной школе направленных 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, благоприятной для развития школьника.

Рабочая программа разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой (Уроки психологии в начальной школе).

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента:

аксиологический (связанный с сознанием), **инструментально-технологический** и **потребностно-мотивационный**.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Курс «Тропинка к собственному Я» способствует достижению следующих личностных результатов:

1. Формирование у учащегося готовности и способности к саморазвитию,
2. Развитие мотивации к обучению и познанию,
3. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
4. Принятие и освоение социальной роли обучающегося,
5. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,
6. Развитие эмоционально-волевой сферы, в том числе доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и сопереживания чувствам других людей;
7. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

А также помогает формированию метапредметных достижений, включающих освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться:

1. Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;
2. Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
3. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
4. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
5. Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии
6. Готовность слушать собеседника и признавать возможность существования различных точек зрения, излагать свое мнение, свою точку зрения и оценку событий;
7. Формирование умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
8. Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

Место учебного курса в учебном плане

Общее число часов, отведённых на изучение курса «Лесенка Успеха» - 135 (1 час в неделю в каждом классе): в 1 классе - 33 ч, во 2-4 классах - по 34 ч.

Из рабочей программы воспитания

Создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений обучающихся:

- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;
- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе.

Создание благоприятных условий для развития умения ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать свое мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

Создание благоприятных условий для развития стремления узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания.

Содержание курса внеурочной деятельности

Первый класс

Я школьник (17 часов)

Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

Мои чувства (16 часов)

Радость Что такое мимика. Радость. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Страх. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства. Итоговое занятие.

Основная задача – первичное осознание 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.

Второй класс

Я – фантазёр (10 часов)

Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы? Школа моей мечты - какая она? Что такое фантазия и зачем она нужна человеку? Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром? Мои сны: что в них правда, а что – фантазии? Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии. Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

Я и моя школа (9 часов)

Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя? Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе? Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив! Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками»? Справиться с ними помогает формула: «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».

Я и мои родители (7 часов)

Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная. Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям? Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости». Почему

родители наказывают детей? Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.

Я и мои друзья (8 часов)

Каким должен быть настоящий друг. Умею ли я дружить и можно ли этому научиться? Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся? Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере? Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры? Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников?

Второклассник начинает учиться в совершенно ином настроении, нежели год назад. Он уже привык к своему новому статусу, к школьным обязанностям, у него сформировался образ хорошего ученика. 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 рефлексия. По-прежнему сохраняется острое желание быть успешным в учебе, «быть хорошим, любимым», у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Она может закрепляться, если ребенок считает, что родителей сильно огорчают его неуспехи. Поэтому особое значение приобретает тема «Качества», в процессе освоения которой учащиеся получают возможность исследовать себя, узнают, что все люди имеют те или иные недостатки. Вследствие развития умения действовать по образцу у некоторых детей снижаются творческие способности, исчезает стремление фантазировать. Чтобы предотвратить это, в занятия включено много творческих заданий. Основное внимание второклассников начинает постепенно смещаться с учебной деятельности на отношения, которые в ней проявляются: с педагогами, родителями, сверстниками. Поэтому на занятиях большое внимание уделяется именно формированию взаимоотношений, основанных на любви, сердечности и возможности не только принимать что-либо от людей, но и отдавать им. По сути, это первые шаги на пути взросления, который характеризуется наличием гармонии в стремлении принимать и отдавать.

3 класс

Умение владеть собой (8 часов)

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?

Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений (8 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

Культура общения (8 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?

Что такое сотрудничество? (10 часов)

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?

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. Все это ослабляет контакт с той ванной составляющей личности, которую психологи называют «внутренним ребенком». 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. Другая важная особенность этого возраста – качественные изменения во взаимоотношениях детей со значимыми взрослыми – учителем и родителями. К этому времени учитель в сознании детей во многом утрачивает свой идеальный образ. Дети начинают смотреть на него более реалистично, однако при этом «идеал» может полностью разрушиться, уступив место пренебрежительному отношению, своеобразному «нигилизму». Внутренне отдаление от авторитета учителя может вызвать страх перед ним либо злость и обиду. Поэтому усилия психолога должны быть направлены на то, чтобы поддержать в ребенке реальный образ учителя, не снижая при этом его ценности. Сходный процесс идет и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как живых людей со своими достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребенок привыкает к тому, что самые близкие люди имеют право иногда уставать или сердиться, могут порой допустить несправедливость, нечаянно обидеть, быть невнимательным. Но при этом они любят ребенка не меньше, чем в благоприятные моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребенка и сами попросить прощения. Дети тоже понемногу учатся налаживать отношения, делать шаги навстречу близким людям при трудностях в общении, дорожить ценностью установившихся привязанностей. Важной темой остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в классе. Отношения с друзьями в этот период становятся более значимыми, нежели в первые два школьных года, меньше зависят от оценок учителя и школьных успехов. Самооценка 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 психологических играх и упражнениях, быть внимательным к остальным участникам, уметь договариваться с ними об условиях игры, давать внятные инструкции, контролировать ход выполнения заданий. Взрослый ведущий старается провести через лидерские роли как можно больше детей группы, чтобы каждый ощутил психологическую разницу между положениями лидера и исполнителя на самом себе.

4 класс

Мои силы, мои возможности (11 часов)

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому – четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника? Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленюшка...это все мои друзья. Но командую здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля! Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь? Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие». Мой выбор, мой путь. Способности моих родителей. Как эти

способности помогали им в жизни. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь. Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю. Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно. Что значит верить? Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

Я расту, я изменяюсь (5 часов)

Моё детство. Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю? Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть. Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас. Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

Моё будущее (5 часов)

Как заглянуть во взрослый мир? Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас. Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? (5 часов)

Поведение человека зависит от его качеств. Кто такой интеллигентный человек, и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем? Что такое идеальное Я? У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.

Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? (8 часов)

Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется? Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице». Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»? В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе». Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?

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.

Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности «Лесенка Успеха» на уровне начального образования

Младший школьник достигает планируемых результатов психологического обучения в соответствии со своими возможностями и способностями. На его успешность оказывают влияние темп деятельности ребенка, скорость психического созревания, особенности формирования учебной деятельности (способность к целеполаганию, готовность планировать свою работу, самоконтроль и т. д.).

Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности, представленные по годам обучения, отражают, в первую очередь личностные достижения обучающегося. Также они включают отдельные результаты в области становления метапредметных действий и умений, которые могут быть достигнуты на этом этапе обучения. Тем самым подчеркивается, что становление личностных новообразований и универсальных учебных действий осуществляется средствами психологического содержания курса.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения курса внеурочной деятельности «Лесенка Успеха» в начальной школе у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- осознавать необходимость изучения личностных качеств, эмоций, чувств для адаптации к жизненным ситуациям, для развития общей культуры человека;
- применять правила совместной деятельности со сверстниками, проявлять способность договариваться, лидировать, следовать указаниям, осознавать личную ответственность и объективно оценивать свой вклад в общий результат;
- осваивать навыки организации безопасного поведения в информационной среде;
- применять полученные знания в повседневной жизни, в том числе при оказании помощи одноклассникам, детям младшего возраста, взрослым и пожилым людям;
- оценивать свои успехи, намечать пути устранения трудностей; стремиться углублять свои психологические знания и умения;
- пользоваться разнообразными информационными средствами для решения предложенных и самостоятельно выбранных учебных проблем, задач.

МЕТАПРЕДМЕТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ изучения курса в 1 классе является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

1. Овладеть навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
2. Извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста,
3. Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
4. Учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению,
5. Строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

1. Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя,
2. Учиться исследовать свои качества и свои особенности,
3. Учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя,
4. Учиться наблюдать, моделировать ситуацию с помощью учителя.

Коммуникативные УУД:

1. Учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах,
2. Учиться работать в паре и в группе,
3. Выполнять различные роли,
4. Слушать и понимать речь других ребят,
5. Осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

Метапредметными результатами изучения курса во 2 классе является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

1. Учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников,
2. Учиться прогнозировать последствия своих поступков,
3. Определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя,
4. Учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации,
5. Строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

1. Находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото),
2. Делать выводы в результате совместной работы в группе,
3. Учиться графически оформлять изучаемый материал,
4. Моделировать различные жизненные и учебные ситуации,
5. Усваивать разные способы запоминания информации.

Коммуникативные УУД:

1. Учиться позитивно, проявлять себя в общении,
2. Учиться договариваться и приходить к общему решению,
3. Учиться понимать эмоции и поступки других людей,
4. Овладевать способами позитивного разрешения конфликтов.

Метапредметными результатами изучения курса в 3 классе является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

1. Осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением,
2. Извлекать необходимую информацию из текста,
3. Определять и формулировать цель в совместной работе,
4. Учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях,
5. Осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит,
6. Реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми,
7. Планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого,
8. Соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

1. Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей,
2. Наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять,
3. Обогащать представление о собственных возможностях и способностях,
4. Учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения,
5. Оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости,
6. Учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта,
7. Находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию,
8. Адекватно воспринимать оценку учителя.

Коммуникативные УУД:

1. Ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии,
2. Учиться контролировать свою речь и поступки,
3. Учиться толерантному отношению к другому мнению,
4. Учиться самостоятельно решать проблемы в общении,
5. Осознавать необходимость признания и уважения прав других людей,
6. Формулировать своё собственное мнение и позицию.
7. Учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Метапредметными результатами изучения курса в 4 классе является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

1. Осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением,
2. Извлекать необходимую информацию из текста,
3. Определять и формулировать цель в совместной работе,
4. Учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях,
5. Осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит,
6. Реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми,
7. Планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого,
8. Соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

1. Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей,
2. Наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять,
3. Обогащать представление о собственных возможностях и способностях,
4. Учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения,
5. Оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости,
6. Учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта,
7. Находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию,
8. Адекватно воспринимать оценку учителя.

Коммуникативные УУД:

1. Ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии,

2. Учиться контролировать свою речь и поступки,
3. Учиться толерантному отношению к другому мнению,
4. Учиться самостоятельно решать проблемы в общении,
5. Осознавать необходимость признания и уважения прав других людей,
6. Формулировать своё собственное мнение и позицию.
7. Учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Тематическое планирование рабочей программы курса внеурочной деятельности «Лесенка Успеха»

1 класс (33 часа)

Раздел, тема, количество часов на её изучение	Содержание	Виды деятельности обучающихся Формы проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Я – школьник (17 часов)	Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».	Проигрывание школьных проблем через героев сказок, идентификация проблемы героя с собственными. Развитие уверенности в себе. Беседа о мире эмоций Игровые упражнения. Работа в парах/группах. Сказкотерапия. Беседа. Творческая работа «Рисунок имени».	https://youtu.be/boTd62ZFM3k
Мои чувства (16 часов)	Радость. Что такое мимика. Радость. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Страх. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства. Итоговое занятие.	Изучение особенностей содержательного наполнения радости, страха, гнева; Распознавание и описание своих чувств и чувств других людей; Обсуждение относительности оценки чувств; Рисование страха, работа с терапевтическими сказками; Работа в парах/группах; Игровые упражнения, способствующие снижению уровня страха. Творческая работа.	https://youtu.be/boTd62ZFM3k

Тематическое планирование рабочей программы курса внеурочной деятельности «Лесенка Успеха»

2 класс (34 часа)

Раздел, тема, количество	Содержание	Виды деятельности обучающихся	Электронные (цифровые)
---------------------------------	-------------------	--------------------------------------	-------------------------------

часов на её изучение			образовательные ресурсы
Я – фантазёр (10 часов)	Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы? Школа моей мечты - какая она? Что такое фантазия и зачем она нужна человеку? Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром? Мои сны: что в них правда, а что – фантазии? Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии. Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.	Изучение эмоциональной сферы человека; Формирование взаимоотношений, основанных на любви, сердечности и возможности не только принимать что-либо от людей, но и отдавать им. Работа в парах/группах; Игровые упражнения, в которых ребенок способен отличить ложь от фантазии.	https://youtu.be/bAovL8uo0w8
Я и моя школа (9 часов)	Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя? Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе? Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив! Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и	Исследование собственных качеств личности, Развитие умения находить положительные качества в каждом человеке; Работа в парах: ответ на вопрос: «Что делает ученик? Что делает учитель?»» Игры-соревнования, связанные с планетой «Наоборот» Дифференцированное задание: работа с наглядностью — использование различных опор (таблиц, схем) для формулирования ответа на вопрос.	https://youtu.be/8x9KgcbY_PE

	справиться с «Немогучками?» Справиться с ними помогает формула: «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».		
Я и мои родители (7 часов)	Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная. Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям? Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости». Почему родители наказывают детей? Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.	Учебный диалог: участие в обсуждении правил поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? Дифференцированные задания на проведение контроля и самоконтроля. Работа в группах. Моделирование сюжетной ситуации.	https://youtu.be/LSoz1BgthOE
Я и мои друзья (8 часов)	Каким должен быть настоящий друг. Умею ли я дружить и можно ли этому научиться? Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся? Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере? Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры? Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих	Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии Игровые упражнения: «Ссора», «Одиночество»	https://youtu.be/qQDLqhlfKBY

	сверстников?		
--	--------------	--	--

Тематическое планирование рабочей программы курса внеурочной деятельности «Лесенка Успеха»

3 класс (34 часа)

Раздел, тема, количество часов на её изучение	Содержание	Виды деятельности обучающихся	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Умение владеть собой (8 часов)	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?	Обсуждение собственных границ в общении со взрослыми и сверстниками; Моделирование ситуаций, связанных с умением владеть собой; Психогимнастические и ролевые игры.	https://youtu.be/0oIrgPH6cW4
Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений (8 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	Осознание ценности умения фантазировать; Написание собственных сказок о добре и зле; Групповая и индивидуальная работа Практикум	https://youtu.be/IISFnoWj4L8

	привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают? Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях		
Культура общения (8 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?	Обсуждение правил общения, которые соответствуют нормам этикета. Групповая и индивидуальная работа Моделирование сюжетной ситуации.	https://youtu.be/1axK79unKEY

Что такое сотрудничество? (10 часов)	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?	Изучение особенностей содержательного наполнения слова сотрудничество. Распознавание и описание своих чувств и чувств других людей; Обсуждение относительности оценки чувств; Работа в парах/группах; Игровые упражнения, способствующие налаживанию сотрудничества с детьми.	https://youtu.be/MCAO460CHZU
---	--	--	---

Тематическое планирование рабочей программы курса внеурочной деятельности «Лесенка Успеха»

4 класс (34 часа)

Раздел, тема, количество часов на её изучение	Содержание	Виды деятельности обучающихся	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Мои силы, мои возможности (11 часов)	Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому – четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника? Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка,	Обсуждение телесных ощущений, связанных с напряжением и расслаблением, Формулирование цели совместной работы, Сказкотерапия; Творческая работа	https://youtu.be/SlWAJdN97jQ

	Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленюшка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля! Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь? Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие». Мой выбор, мой путь. Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь. Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю. Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать	
--	--	--

	человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно. Что значит верить? Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!		
Я расту, я изменяюсь (5 часов)	Моё детство. Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю? Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть. Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас. Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?	Формирование умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; Работа в парах/группах; Игровые упражнения, способствующие налаживанию сотрудничества с детьми.	https://youtu.be/MJs0xg_e4-E
Моё будущее (5 часов)	Как заглянуть во взрослый мир? Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас. Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со	Сотрудничествосо взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. Творческая работа	https://youtu.be/xQ8yOGoTMmY

	здоровьем человека?		
Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? (5 часов)	Поведение человека зависит от его качеств. Кто такой интеллигентный человек, и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем? Что такое идеальное Я? У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.	Создание портрета интеллигентного человека; Обсуждение качеств личности интеллигентного человека; Групповая и индивидуальная работа Моделирование сюжетной ситуации.	https://youtu.be/MHHVrXIELK8
Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? (8 часов)	Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется? Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице». Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»? В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе».	Комментирование. Описание хода рассуждения о правах и обязанностях. Моделирование сюжетной ситуации. Групповая и индивидуальная работа	https://youtu.be/Vs4mBbhU1m4

	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?		
--	--	--	--

