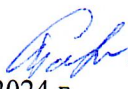



<b>Согласовано</b> Заместитель директора Средней школы №6 по ВР  С.Г. Парамонова «_30_»_августа_2024 г.	<b>Утверждено</b> Директор Средней школы №6  Е.В. Лазарева Приказ №_273_ от «_30_»_августа_2024 г.
---	---



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №6»**

**Дополнительная образовательная программа  
«Путешествие к центру "Я"»**

Направленность  
социально-педагогическая  
Программа разработана  
Педагогом-психологом  
Хохловой Е. К.  
Принята на заседании  
педагогического совета

протокол №\_1\_ от \_30.08.24\_

2024/2025уч.г.

## Пояснительная записка

Данная программа внеурочной деятельности для 4-х классов «Путешествие к центру «Я» включает в себя основные направления работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее. Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии ребенка. Потребностно-мотивационное направление для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте. Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон), половой идентичности и личностного самоопределения (Л.И. Божович).

Рабочая программа «Путешествие к центру «Я» разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» (273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. (ред. от 24.06.2023) (с изм. и доп., вступ. в силу с 05.07.2023 г.);
- Национальным проектом «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10);
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» Национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10);
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р); - Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (от 03.09.2019 г. № 467);
- Приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (от 27.07.2022 г. № 629);
- учебным планом дополнительного образования МБОУ «Средняя школа №6».

### Цель программы:

Цель изучения программы внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я».

- решение основных проблем возраста с целью сохранения психологического здоровья детей, а также развитие коммуникативной, познавательной и личностной сфер личности ребенка.

### Задачи программы:

#### Обучающие:

- научить положительному самоотношению и принятию других людей;
- научить рефлексивным умениям;
- формировать потребность в саморазвитии.

### **Воспитательные:**

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- сохранять и поддерживать психологического здоровья ребенка;
- воспитывать нравственные качества учащихся.

### **Развивающие:**

- создавать условия для развития личности каждого подростка;
- развивать положительные эмоции и волевые качества;
- развивать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

### **Общая характеристика программы внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я».**

Программа внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я» составлена для обучающихся 4 классов. Реализация программы осуществляется на дополнительных занятиях, где используются как коллективные формы работы, так и индивидуальные формы и работа в парах. Чередование форм работы способствует повышению коммуникативных способностей и формированию нравственных качеств обучающихся, позволяет познание себя осуществлять активно и деятельностно.

**Основополагающими принципами** построения программы внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я» являются:

- доступность;
- практико-ориентированность;
- метапредметность.

### **Описание места программы внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я» в учебном плане**

Программа внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я» рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю)

**Направление:** социально-педагогическое

**Возраст обучающихся:** 10-11 лет.

**Сроки реализации:** 1 год.

В основе программы внеурочной деятельности лежит системно - деятельностный подход, который предполагает:

- воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества;
- ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент курса, где развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира составляет цель и результат образования;
- учет индивидуальных возрастных и интеллектуальных особенностей обучающихся;

- обеспечение преемственности начального общего, основного и среднего (полного) общего образования;
- разнообразие видов деятельности и учет индивидуальных особенностей каждого обучающегося, обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности;
- гарантированность достижения планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности «Мир психологии», что и создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности.

#### **Методы и приемы, используемые при изучении программы кружка:**

- 1. Интеллектуальные игры** – задания, дающиеся в начале занятия в качестве разогревающих, настраивающих на работу, организующих ее. Такого рода игры являются достаточно безопасными, поэтому позволяют легко и быстро включить в дискуссию даже закрытых детей. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса обучающихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.
- 2. Ролевые методы** – предполагают принятие ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном, т.е. усиленном варианте.
- 3. Коммуникативные игры** – игры, направленные на формирование у подростков умения увидеть в другом человеке его достоинства, способствующие углублению осознания сферы общения и обучающие умению сотрудничать.
- 4. Игры**, направленные на развитие вербального и невербального воображения.
- 5. Использование терапевтических метафор** с целью поиска и нахождения ресурсов внутри себя.
- 6. Методы формирования «эмоциональной грамотности»** - предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умение принимать во внимание чувства другого человека в конфликтных ситуациях.
- 7. Когнитивные методы.**
- 8. Дискуссионные методы** - позволяют реализовать принцип субъект – субъектного взаимодействия, выявлять различные точки зрения на какую-либо проблему.

#### **Формы проведения занятий:**

- индивидуальная работа;
- работа в паре;
- групповая работа;
- коллективная работа.

Содержание программы внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я» предоставляет широкие возможности для изучения собственной личности, для развития творческих и интеллектуальных способностей, наблюдательности, для коррекции своих эмоциональных состояний.

**Актуальность программы** в том, что с целью повышения эффективности образовательного процесса используются современные психолого-педагогические

технологии: тренинг, деловая игра и др. методы. Перед учебными и практическими занятиями проводится инструктаж о работе в тренинговой группе, о значимости чужого мнения, о правилах ведения дискуссии.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я».**

Сформулированная цель реализуется через достижение образовательных результатов. Эти результаты структурированы по ключевым задачам общего образования, отражающим индивидуальные, общественные и государственные потребности, и включают в себя предметные, метапредметные и личностные результаты. Особенность программы внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я» заключается в том, что полученные знания о себе, своих личностных особенностях, а также работа со своим эмоциональным состоянием будут способствовать успешному усвоению школьной программы.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

У обучающегося будут сформированы:

- обучающийся получит возможность для формирования внутренней позиции школьника;
- формирование ответственного отношения к учению;
- готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании обучения и познания;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметными результатами освоения программы внеурочной деятельности «Путешествие к центру «Я».

являются следующие знания и умения:

- знание индивидуальных и эмоциональных особенностей людей;
- знание правил работы в тренинговой группе;
- знание способов разрешения конфликтных ситуаций;
- умения вести конструктивный диалог;
- умение определять жизненные цели и задачи.

**Обучающиеся получают возможность научиться:**

- понимать себя, свои желания, мечты, ценности;
- вести конструктивную беседу;
- учитывать мнение других людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника;

- бесконфликтному поведению со сверстниками и взрослыми людьми.

Текущий контроль усвоения материала осуществляется во время наблюдения за работой детей во время урока (активность, заинтересованность). В конце учебного года проводится отчетное занятие, на котором обучающиеся продемонстрируют полученные навыки и умения, а также пройдет выставка тетрадей по саморазвитию.

### **Требования и результаты к уровню подготовки обучающихся**

#### **обучающиеся должны знать:**

- что такое «психология», каково её место в системе наук;
- понятие личность, индивид, индивидуальность;
- об уникальности внутреннего мира каждого;

о способах ведения конструктивного диалога;

- о мотивах выбора друзей.

#### **обучающиеся смогут узнать:**

- о разных направлениях психологической науки;
- о способах поведения в трудных ситуациях;
- о понятиях «уверенность» и «уважение» обучающиеся должны уметь:
- анализировать и понимать притчи, сказки, выявлять в них скрытый подтекст;
- анализировать поступки других людей и свои собственные.

#### **обучающиеся смогут научиться:**

- самостоятельно анализировать поведение героев фильма;
- анализировать сказки, притчи, рассказы;
- анализировать собственные потребности и цели.

## Содержание программы «Путешествие к центру «Я».

### Календарно - тематический план занятий в 4 «а», 4 «б» классах..

Задачи программы:

1. Развитие самосознания детей через совершенствование рефлексии.
2. Осознание детьми своего образа «Я» глазами Другого.
3. Развитие положительного отношения, принятия себя и Другого.
4. Развитие самостоятельности детей.
5. Развитие сплоченности детского коллектива.

№ занятия	Тема	Занятие
1	Тема 1: «Я взрослею»	«Я — четвероклассник!»
2		«Я стал взрослее — новые грани моего «я».
3		«Мое детство»
4		«Однажды, когда я был маленьким...»
5		«Встреча с детством»
6		«Мои изменения»
7		«Трудности взросления»
8		«Я рассуждаю, как взрослый»
9		«Критерии взрослости»
10	Тема 2: «Моя самостоятельность»	«Мои возможности»
11		«Моя ответственность»
12		«Я самостоятелен!»
13		«Сила моего «Я»
14		«Проверка на самостоятельность»

15	<b>Тема 3: «Мои права и обязанности»</b>	«Что такое права?»
16		«Что такое обязанности?»
17		«Моя свобода - мои права»
18		«Мои обязанности»
19		«Билль о правах и обязанностях четвероклассника»
20	<b>Тема 4: «Мой Внутренний Мир: кто я и каким меня видят Другие?»</b>	«Мои увлечения»
21		«Осваиваем новые роли»
22		«Мои разные качества»
23		«Я глазами Других»
24		«Преодолеваем себя!»
25		«Я могу, я умею!»
26		«Мои достижения»
27	<b>Тема 5: «Учимся общаться»</b>	«Что такое общение?»
28		«Стили общения»
29		«Мы - коллектив. Наша дружба»
30	<b>Тема 6: «Мое будущее»</b>	«Моя будущая жизнь»
31		«На распутье дорог»
32		«Я ставлю цели»
33		«Моя мечта»
34		«Я перехожу в 5-й класс»



### Список литературы:

1. Практическая психология образования / под ред. И.В. Дубровиной. - М.: ТЦ «Сфера», 1998.
2. Истратова, О.Н. Справочник психолога начальной школы / О.Н. Истратова, Т.В. Экзакусто. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
3. Игры, ребусы, загадки для дошкольников: пособие для родителей / сост. Т.И. Линго. - Ярославль: Академия развития, Академия К, 1998.
4. Винокурова, Н. Лучшие тесты на развитие творческих способностей / Н. Винокурова. - М.: «АСТ-Пресс», 1999.
5. Младший школьник. Развитие познавательных способностей» / под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Просвещение, 2003.
6. Винокурова, Н.К. Развиваем способности детей / Н.К. Винокурова. - М.: РОСМЭН, 2003.
7. Милосердов, И.В. Сборник диктантов для начальной школы / И.В. Милосердов. - М.: «Школа XXI век».
8. Сиротюк, А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии / А.Л. Сиротюк. - М.: «Творческий центр», 2001.
9. Вергелис, Г.И. Младший школьник: помоги ему учиться / Г.И. Вергелис, Л.А. Матвеева, А.И. Раев. - СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена. Изд-во «Союз», 2000.
10. Корнеева, Е.Н. Ох уж эти первоклашки!.. / Е.Н. Корнеева. - Ярославль: Академия развития, Академия К, 1999.
11. Костромина, С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей / А.Ф. Ануфриев, С.Н. Костромина. - М.: Ось-89, 1999.
12. Битянова, М.Р. Работа психолога в начальной школе / М.Р. Битянова, Т.В. Азарова, Е.И. Афанасьева, Н.Л. Васильева. - М.: Совершенство, 1998.
13. Сиротюк, А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения / А.Л. Сиротюк. - М.: Творческий центр, 2003.
14. Кравцова, Е.Е. Психологические особенности детей младшего школьного возраста. Лекции 1-8 / Е.Е. Кравцова. - М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2005.
15. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я/О..Хухлаева.-генезис, М.2012г.

### Список литературы для обучающихся:

1. Гин, С. Мир логики / С. Гин. - М.: Вита-пресс, 2001.
2. Гин, С. Мир фантазии / С. Гин. - М.: Вита-пресс, 2001.
3. Тихомирова, Л.Ф. Упражнения на каждый день: логика для младших школьников / Л. Ф. Тихомирова. - Ярославль: Академия развития, Академия К, 1998.
4. Аверина, И. С. Методика экспресс-диагностики интеллектуальных способностей / И.С. Аверина, Е.И. Щербанова, Е.Н. Задорина // Вопросы психологии. - № 5. - 1991; № 4. - 1994.