

**Пояснительная записка**

 Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе программы «Тропинка к своему Я»(уроки психологии в начальной школе).Автор – Хухлаева О.В.

Рассчитана на 1 год, на текущий учебный год

**УМК:**

О.В.Хухлаева «Тропинка к своему Я»: уроки психологии в начальной школе (1-4). – М.: «Генезис», 2014 г.

О.В.Хухлаева «Тропинка к своему Я». Рабочая тетрадь 1 класс. – М.: «Генезис», 2014 г.

**Описание ценностных ориентиров содержания курса**

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

**Ценность свободы** как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** –одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

 **Ценность искусства и литературы-**как способ познаниякрасоты, гармонии, духовного мира человека, нравственного выбора, смысла жизни, эстетического развития человека

Основная цель – помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

Начинается школьная жизнь… И если начало ее у всех одинаковое, то дальше пути расходятся. Кому-то удастся стать на путь успеха, которому будут сопутствовать радость, приобретение уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое. А кому-то будет трудно учиться, и тогда непременными спутниками станут страх и обида, за ними последует чувство собственной неполноценности, ущербности, нежелание учиться.

 Как помочь ребенку найти правильную дорогу в школе? Обычно взрослые сосредотачивают свои усилия только на тренировке детей в различных учебных умениях: чтении, письме, счете. Забывают, что ребенок в школе не только читает, пишет и считает, но чувствует, переживает, размышляет, оценивает себя, друзей, взрослых. И помогать ему надо прежде всего в понимании самого себя и своего места в школьной жизни, во взаимодействии с ребятами и учителем. Помогать в поиске своих ресурсов, утверждении веры в себя и свои возможности, устремлении к преодолению школьных трудностей. И тогда ребенок будет познавать в школе не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный путь будет непременно успешным и радостным.

 Сегодня многие педагоги и родители недооценивают качественные изменения, происходящие в ребенке в период обучения в начальной школе. Гораздо больше внимания уделяют количественному накоплению знаний и умений детей. Однако именно качественные изменения очень важны для ребенка, они могут сыграть как позитивную так и негативную роль, могут укрепить психологическое здоровье или же нарушить его. И если пробелы в знаниях можно впоследствии легко восполнить, то возникшие психологические нарушения могут иметь стойкий характер, с трудом поддаваться коррекции.

 К концу обучения курса учащиеся получат возможность:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Личностные** | **Метапредметные** | **Предметные** |
| **Знать** | – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;- правила поведения в обществе, семье, со сверстниками;- правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению. | - знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии;- иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. | * + осознавать собственную полезность и ценность;

- основные способы психологического взаимодействия между людьми;- приемы повышения собственной самооценки;- осознание своего места в мире и обществе; |
| **Уметь** | - анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели- налаживать контакт с людьми;-соблюдать правила игры и дисциплину;- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.). - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности. | - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;- формулировать собственное мнение и позицию;- находить свое место в школьной жизни; | * + работать в группе, в коллективе.

-получать удовольствие от процесса познания-преодолевать возникающие в школе трудности- психологически справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; -взаимодействовать с учителем и свертниками;- адекватно анализировать собственные проблемы; |
| **Применять** | - быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия;-подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.- знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития | - полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем;- приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов; | - полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения;- полученный опыт 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 курса**

**Я – школьник**.

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

**Мои чувства**.

Радость. Что такое мимикаРадость. Как ее доставить другому человеку.Жесты.Радость можно передать прикосновением.Радость можно подарить взглядомГрусть.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.

**Первый класс.**

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 втом, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Поэтому на групповых психологиче6ских занятиях значительное место отводиться 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 становиться 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 становиться 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.

**Тематическое планирование 1 класс.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Тема занятия  | Кол-во часов |
| 1 | 5.09 | Я умею управлять собой. | 1 |
| 2 | 12.09 | Я умею преодолевать трудности | 1 |
| 3 | 19,26.09 | Я умею слушать других | 1 |
| 4-5 | 3,10.10 | Я умею учиться у ошибки | 2 |
| 6 | 17.10 | Я умею быть доброжелательным | 1 |
| 7 | 24.10 | Я умею быть ласковым | 1 |
| 8 | 31.10 | Я становлюсь сильным духом. | 1 |
| 9 | 7.11 | Я умею делать задание вместе с другими | 1 |
| 10 | 14.11 | Я умею слышать мнение другого | 1 |
| 11 | 21.11 | Я учусь решать конфликты | 2 |
| 12 | 28.11 | Я умею разрешать конфликты | 1 |
| 13 | 5.12 |  Радость. Что такое мимика. | 1 |
| 14 | 12.12 | Радость. Что такое жесты | 1 |
| 15 | 19.12 | Радость. Как ее доставить другому человеку. | 1 |
| 16 | 26.12 | Радость можно передать прикосновением. | 2 |
| 17 | 9.01 | Радость можно подарить взглядом. | 1 |
| 18-19 | 16,23.01 | Грусть. | 2 |
| 21-22 | 30.016.02 | Страх. | 2 |
| 23 | 13.02 |  Страх, его относительность. | 1 |
| 24-25 | 20, 27.02 | Как справиться со страхом. | 2 |
| 26 | 6.03 | Страх и как его преодолеть. | 1 |
| 27 | 13.03 | Гнев. С какими чувствами он дружит? | 1 |
| 28 | 20.03 | Может ли гнев принести пользу? | 1 |
| 29-30 | 27,3.04 | Обида. | 2 |
| 31-32 | 10,17.04 | Разные чувства. | 2 |
| 33 | 24.04 |  Итоговое. | 1 |