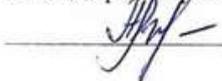


Автономная некоммерческая профессиональная
образовательная организация
«Дальневосточный центр непрерывного образования»
общеобразовательная школа для одарённых детей им. Н.Н.Дубинина
(ШОД)

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора ШОД



А.В.Рженкина

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ШОД



С.О.Дутко

«30» августа 2024 г.

Принята на заседании педагогического
совета АНПОО «ДЦНО» ШОД
Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«РОСТ»
(развитие, осмысление, самопознание, творчество)
1-4 классы

г. Владивосток
2024г.

Содержание:

Пояснительная записка

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Содержание программы внеурочной деятельности «РОСТ»

Тематическое планирование

Список литературы

Материально-техническое обеспечение программы

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности по психологии для учащихся начальной школы разработана в соответствии с ФГОС и Положением о Центре психолого-педагогического сопровождения школы для одаренных детей, целью которого является создание и соблюдение психологических условий, обеспечивающих психическое и личностное развитие ребенка, способствующих психологическому здоровью всех участников образовательного процесса.

Данный учебный курс «РОСТ» составлен на основе программы развивающих занятий «Психологическая азбука» (авторы: Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х.), а также на основе программы «Тропинка к своему Я» («уроки психологии в начальной школе»), автор – Хухлаева О.В.).

Данная рабочая программа предусматривает реализацию в дистанционном (как синхронном, так и асинхронном) формате, а также по индивидуальному маршруту развития.

В основе данной рабочей программы лежит ориентация на комплексное развитие навыков soft skills у детей, начиная с поступления в школу. Программа внеурочной деятельности «РОСТ» построена концентрическим способом, что позволяет один и тот же материал (вопрос) излагать несколько раз, но с элементами усложнения, с расширением, обогащением содержания образования новыми компонентами с углублением рассмотрения имеющихся между ними связей и зависимостей. Таким образом, курс позволяет развивать навыки soft skills на протяжении всего школьного обучения согласно возрастным задачам развития.

Курс занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение справляться с разными эмоциональными состояниями;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме.

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

Используемые методы: на занятиях дети играют, рассказывают о себе, свободно выражают себя в рисунке, движении, размышляют вслух, выполняют индивидуальные и групповые задания, разыгрывают сценки, разгадывают психологические загадки, слушают и обсуждают специально подобранные сказки и мультфильмы, расслабляются под музыку, участвуют в конкурсах.

Программа внеурочной деятельности «РОСТ» рассчитана на 4 учебных года начальной школы, по 34 часа в каждом учебном году (1 занятие в неделю).

Планируемые формы контроля (как групповые, так и индивидуальные): тестирование, анкетирование, самооценка и взаимооценка, рефлексия, проекты, применение проективных методик диагностики, наблюдение и др. Данные формы контроля вводятся в течение учебного года в конце прохождения каждого тематического блока. Ребята участвуют в контрольных исследованиях, которые в большей части являются творческими и направлены на выявление динамики уровня развития личностных показателей ребенка, его компетенций, умений и навыков.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

В первом классе: данная программа направлена на психологическое сопровождение первоклассников в процессе его адаптации к школе, развитие эмоционального интеллекта ребенка, профилактическую работу по предупреждению школьной дезадаптации и тревожности. Занятия данной рабочей программы помогают ребенку узнавать себя, учиться понимать и идентифицировать свои чувства и ощущения, осознавать свое место в школьной жизни, развитию коммуникации со сверстниками, учителями, родителями.

Во втором классе: в процессе изучения курса «РОСТ» ребенок научается осознавать, что такое сотрудничество, какие бывают сложности в общении с окружающими, и обучается способам справляться с этими трудностями. Ребенок приобретает начальные навыки сотрудничества. Также в течение учебного года ребенок приходит к начальному пониманию и осознанию себя, своих качеств, узнает, что такое темперамент и характер, свои сильные и слабые стороны, благодаря чему приходит понимание, что каждый человек индивидуален. Часть программы направлена на развитие таких психических процессов как память и мышление, учащиеся приобретают навыки произвольного запоминания. Также как и в первом классе один из блоков содержит программу развития эмоционального интеллекта, через изучение которой ребенок приходит к осознанию своих чувств и эмоций, закрепляются навыки дифференцировки эмоций и оптимального отреагирования своих чувств.

В третьем классе: данная программа позволяет ребенку научиться осознавать свое отношение к ближайшему кругу взаимодействия (школа, родители, друзья), выстраивать его оптимальным образом. Учащийся научается методам отреагирования своих чувств по отношению к близким, а также укрепляется его позиция школьника/сына, дочери/друга. Также программа учебного курса через диагностику и развитие познавательных процессов позволяет ребенку осознать свои когнитивные возможности и научиться понимать причины своих успехов/неудач. В процессе развития психических функций у детей формируются навыки произвольного запоминания и внимания, умение анализировать, находить главное, решать задачи нестандартными творческими методами. Третий самый большой блок данного курса посвящен теме «сотрудничества», благодаря которому учащийся научается понимать что такое «общение», «конфликт», «ссора», «дружба», избегать или конструктивно разрешать конфликты, сотрудничать со сверстниками взрослыми, распознавать свои и чужие чувства, сопереживать другому, осознавать сходства и различия между людьми.

В четвертом классе: данная программа позволит ребенку научиться осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением; извлекать

необходимую информацию из текста; определять и формулировать цель в совместной работе; учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях; осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит; реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми; планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого; соотносить результат с целью и оценивать его; планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей; наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять; обогатить представление о собственных возможностях и способностях; наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения; оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости; учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта; находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию; адекватно воспринимать оценку учителя; ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии; контролировать свою речь и поступки; толерантному отношению к другому мнению; самостоятельно решать проблемы в общении; осознавать необходимость признания и уважения прав других людей; формулировать своё собственное мнение и позицию; учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Содержание программы внеурочной деятельности «РОСТ»

Структура занятий программы внеурочной деятельности «РОСТ» включает следующие компоненты:

- Введение в тему занятия и разминка: используются ритуалы приветствия, разминочные задания.
- Основная часть, в которой излагается главная тема урока. Используются лекции, беседы, основные упражнения, игры, раскрывающие идею урока.
- Подведение итогов: рефлексия результатов занятия (эмоциональное отреагирование (что понравилось на занятии, что заинтересовало); осмысление (зачем, для чего нужно то, чем занимались, о чем шла речь, в чем польза нового материала).

Применяемые в программе методы обладают следующими особенностями:

- активны и основаны на проживании опыта: дети не просто усваивают знания, а через действия, игру, сказку погружаются в содержание собственного внутреннего мира;
- эмоционально окрашены, пробуждают разнообразие эмоций, «затрагивают» интересы детей;
- рефлексивны: большинство игр, упражнений, психологических техник предусматривает наличие рефлексивной позиции у участников;
- оптимальны по трудности, что связано с ориентацией на зону ближайшего развития;
- метафоричны.

Основные формы реализации внеурочной деятельности: традиционные обучающие приемы; ритуалы знакомства, представления, прощания; «ледокольные» (разогревающие, разминочные) техники; приемы сосредоточения, фокусировки, настройки; техники релаксации; психотехники самооценки и взаимооценки; упражнения, направленные на самораскрытие и рефлексию; экспрессивные техники (приемы самовыражения); развивающе-тренировочные упражнения; сказкотерапевтические упражнения; арттерапевтические упражнения; подвижные игры.

Основное содержание программы.

В первом классе учебный курс «РОСТ» состоит из двух основных блоков: «Я – школьник! Адаптация к школе» и «Развитие надпрофессиональных навыков soft skills». Первый блок включает следующие темы занятий: «Знакомство», «Я теперь школьник», «Что я знаю о себе? Я – это кто?», «Что я знаю о других?». Второй блок включает: «Я умею управлять собой», «Я умею преодолевать трудности», «Я умею слушать других», «Что такое время? Учимся определять и управлять им», «Я умею учиться у ошибки», «Я доброжелательный», «Я умею делать задания вместе с другими», «Я учусь решать конфликты», «Что такое чувства? Какие бывают эмоции? Как их увидеть?», «Радость. Как

ее распознать? Как ее доставить самому себе и другому человеку?», «Грусть. Какие мы, когда грустим? Чем нам может помочь грусть?», «Гнев. С кем он дружит?», «Страх. Нужно ли от него прятаться?», «Обида. В чем ее тяжесть?», «Разные чувства. Я умею их распознавать у себя и других», «В мире фантазий», «Итоговое».

Во втором классе внеурочная программа «РОСТ» состоит из трех основных блоков: «Коммуникация. Сотрудничество», «Познаем себя, познаем других», «Эмоциональный интеллект». Первый блок включает шесть тем: «Давай дружить!», «Трудности в отношениях с друзьями», «Что такое сотрудничество», «Я умею понимать другого», «Я умею договариваться с другими», «Мы умеем действовать сообща». Второй блок включает в себя 15 занятий на следующие темы: «Люди отличаются друг от друга своими качествами», «Хорошие качества людей», «Кто такой доброжелательный человек», «Какие качества нам нравятся друг в друге», «Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?», «Мой характер», «Мой темперамент», «Каждый человек уникален», «Какой я? Какой ты?», «Трудности второклассника», «Мои желания», «Мои способности», «Что такое память? Как лучше запоминать?», «Как развить свой ум?», «Мои фантазии». Третий блок включает 7 тем: «Понимаем чувства другого», «Мы испытываем разные чувства», «Радость», «Страх», «Гнев», «Печаль», «Обида».

В третьем классе учебный курс «РОСТ» состоит из трех основных блоков: «Я и мир вокруг» (включает три темы: «Я и моя школа», «Я и мои родители», «Я и мои друзья»), «Развитие психических процессов» (в который входят следующие темы: «Развиваем мышление», «Развиваем воображение», «Развиваем память», «Развиваем внимание»), «Сотрудничество. Общение» (самый большой блок в учебном году включающий следующие темы занятий: «Что такое общение? Качества, важные для общения», «Какие мы в общении?», «Ссора. Конфликт», «Мои друзья и недруги», «Что такое дружба?», «Мой друг», «Мы – дружная команда», «Правила доброжелательного общения», «Как мы все похожи», «Какие мы все разные», «Что другие ценят во мне?», «Сочувствие и сопереживание».

В четвёртом классе учебный курс «РОСТ» состоит из пяти основных блоков: первый блок «Кто Я? Мои силы, мои возможности» (включает следующие темы: «Мое лето», «Кто Я?», «Какой Я – большой или маленький?», «Мои способности», «Мой выбор, мой путь», «Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?», «Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира», «Кого я могу впустить в свой внутренний мир?», «Что значит «верить?»); второй блок «Я расту, я изменяюсь» (включает темы: «Мое детство», «Я изменяюсь»); третий блок «Моё будущее» (включает темы: «Мое будущее», «Хочу вырасти здоровым человеком»); четвёртый блок «Хочу

вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно?» (включает темы: «Кто такой интеллигентный человек», «Хочу вырасти интеллигентным человеком», «Что такое идеальное Я»); пятый блок «Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?» (включает темы: «Кто такой свободный человек?», «Права и обязанности школьника», «Что такое «право на уважение»?», «Права и обязанности», «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам», «Как разрешать конфликты мирным путем?», «Итоговое занятие. Групповая работа. Игра «Ключи от форта Байярд»).

Материально-техническое обеспечение программы

1. Интерактивная доска, либо мультимедийный проектор
2. Ноутбук
3. Колонки
4. Канцелярские принадлежности: бумага формата А4, альбомы, ватман, цветные карандаши, краски, кисти, мелки восковые, песок, масса для лепки, фольга, пластилин и т.д.

Тематическое планирование

| Класс | Тема | Количество часов |
|------------|--|------------------|
| 1 класс | «Знакомство» | 2 |
| | «Я теперь школьник» | 2 |
| | «Что я знаю о себе? Я – это кто?» | 2 |
| | «Что я знаю о других?» | 2 |
| | «Я умею управлять собой» | 2 |
| | «Я умею преодолевать трудности» | 1 |
| | «Я умею слушать других» | 2 |
| | «Что такое время? Учимся определять и управлять им» | 2 |
| | «Я умею учиться у ошибки» | 1 |
| | «Я доброжелательный» | 1 |
| | «Я умею делать задания вместе с другими» | 2 |
| | «Я учусь решать конфликты» | 2 |
| | «Что такое чувства? Какие бывают эмоции? Как их увидеть?» | 2 |
| | «Радость. Как ее распознать? Как ее доставить самому себе и другому человеку?» | 1 |
| | «Грусть. Какие мы, когда грустим? Чем нам может помочь грусть?» | 1 |
| | «Гнев. С кем он дружит?» | 2 |
| | «Страх. Нужно ли от него прятаться?» | 2 |
| | «Обида. В чем ее тяжесть?» | 1 |
| | «Разные чувства. Я умею их распознавать у себя и других» | 1 |
| | «В мире фантазий» | 2 |
| «Итоговое» | 1 | |
| 2 класс | «Давай дружить!» | 2 |
| | «Трудности в отношениях с друзьями» | 2 |
| | «Что такое сотрудничество» | 1 |
| | «Я умею понимать другого» | 1 |
| | «Я умею договариваться с другими» | 1 |
| | «Мы умеем действовать сообща» | 1 |
| | «Люди отличаются друг от друга своими качествами» | 1 |
| | «Хорошие качества людей» | 1 |
| | «Кто такой доброжелательный человек» | 1 |
| | «Какие качества нам нравятся друг в друге» | 1 |
| | «Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?» | 1 |
| | «Мой характер» | 2 |
| | «Мой темперамент» | 1 |
| | «Каждый человек уникален» | 1 |
| | «Какой я? Какой ты?» | 1 |
| | «Трудности второклассника» | 2 |
| | «Мои желания» | 1 |
| | «Мои способности» | 1 |
| | «Что такое память? Как лучше запоминать?» | 1 |
| | «Как развить свой ум?» | 1 |
| | «Мои фантазии» | 1 |
| | «Понимаем чувства другого» | 1 |
| | «Мы испытываем разные чувства» | 2 |

| | | |
|-------------------|---|---|
| | «Радость» | 1 |
| | «Страх» | 1 |
| | «Гнев» | 1 |
| | «Печаль» | 1 |
| | «Обида» | 1 |
| 3 класс | «Я и моя школа» | 4 |
| | «Я и мои родители» | 2 |
| | «Я и мои друзья» | 2 |
| | «Развиваем внимание» | 2 |
| | «Развиваем память» | 2 |
| | «Развиваем мышление» | 2 |
| | «Развиваем воображение» | 2 |
| | «Что такое общение? Качества, важные для общения» | 1 |
| | «Какие мы в общении?» | 2 |
| | «Ссора. Конфликт» | 2 |
| | «Мои друзья и недруги» | 1 |
| | «Что такое дружба?» | 1 |
| | «Мой друг» | 1 |
| | «Мы – дружная команда» | 1 |
| | «Правила доброжелательного общения» | 1 |
| | «Как мы все похожи» | 1 |
| | «Какие мы все разные» | 1 |
| | «Что другие ценят во мне?» | 1 |
| | «Сочувствие и сопереживание» | 5 |
| 4 класс | «Мое лето» | 1 |
| | «Кто Я?» | 2 |
| | «Какой Я – большой или маленький?» | 1 |
| | «Мои способности» | 1 |
| | «Мой выбор, мой путь» | 1 |
| | «Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?» | 2 |
| | «Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира» | 1 |
| | «Кого я могу впустить в свой внутренний мир?» | 1 |
| | «Что значит верить?» | 2 |
| | «Мое детство» | 2 |
| | ««Я изменяюсь»» | 2 |
| | «Мое будущее» | 2 |
| | «Хочу вырасти здоровым человеком» | 2 |
| | «Кто такой интеллигентный человек» | 1 |
| | «Хочу вырасти интеллигентным человеком» | 1 |
| | «Что такое идеальное Я» | 1 |
| | «Кто такой свободный человек?» | 1 |
| | «Права и обязанности школьника» | 2 |
| | «Что такое «право на уважение?»» | 1 |
| | «Права и обязанности» | 1 |
| | «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам» | 2 |
| | «Как разрешать конфликты мирным путем?» | 2 |
| | «Итоговое занятие» | 2 |
| Групповая работа. | | |

Список литературы

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). – 9-е изд. – М.: Генезис, 2018. – 312с.
2. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1-м классе. – 4-е изд. – М.: Генезис, 2017. – 136 с.
3. Психологическая поддержка младших школьников: программы, конспекты занятий / авт.-сост. О.Н. Рудякова. – изд. 2-е, испр. – Волгоград: Учитель. – 89 с.
4. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения 1-4 части. – М.: Генезис, 1999.
5. Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. М., 1997.
6. Прутцманн П. Дружный класс как маленькая планета. СПб., 1998.
7. Миллс Дж., Кроули Р. Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребенка». М., 1996.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

на 2024-2025 учебный год

«РОСТ» 1 класс

количество часов в год 34 ; количество часов в неделю 1

| № п/п | Тема урока | Образовательные результаты | | Форма аттестации | Кол-во часов | Сроки |
|--|---|---|---|--|--------------|---------------|
| | | Предметные | Метапредметные | | | |
| Модуль 1 «Я – школьник! Адаптация к школе» | | | | | | |
| 1 | «Знакомство» | 1. Знание и осознание, что включает позиция «школьника». 2. Знание и применение правил школьной жизни. 3. Адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика. | <ul style="list-style-type: none"> • Внутренняя позиция школьника на уровне эмоционально – положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика» как примера для подражания. • Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функции участников, способов взаимодействия. | Проект «Создай «Хорошего Ученика»» | 2 | 1 четверть |
| 2 | «Я теперь школьник» | | | | 2 | |
| 3 | Что я знаю о себе? Я – это кто?» | | | | 2 | |
| 4 | «Что я знаю о других?» | | | | 2 | |
| Модуль 2 «Развитие «надпрофессиональных» навыков soft skills» | | | | | | |
| 5 | «Я умею управлять собой» | 1. Знание основных методов управления собой. 2. Осознание значимости навыков управления собой и саморегуляции. 3. Использование различных методов саморегуляции, управления собой и своим временем. 4. Навыки слушания и коммуникации. | <ul style="list-style-type: none"> • Учебно–познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи. • Знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. • Ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и | Анкетирование «Я умею управлять собой» | 2 | 2 четверть |
| 6 | «Я умею преодолевать трудности» | | | | 1 | |
| 7 | «Я умею слушать других» | | | | 2 | |
| 8 | «Что такое время? Учимся определять и управлять им» | | | | 2 | |
| 9 | «Я умею учиться у ошибки» | | | | 1 | |
| 10 | «Я доброжелательный» | | | | 1 | |
| 11 | «Я умею делать задания вместе с другими» | 2 | 3-4 четверть | | | |

| | | | | | | |
|----|--|--|---|------------------------------------|---|--|
| 12 | «Я учусь решать конфликты» | <p>5. Понятие «время», методы управления временем.</p> <p>6. Знание методов использования собственных ошибок как точек роста.</p> <p>7. Навыки совместной деятельности.</p> <p>8. Умение работать в команде.</p> <p>9. Понимание феномена конфликта. Навыки регулирования.</p> <p>10. Осознание ценности конструктивного решения конфликтов, навыки конструктивного взаимодействия с другими.</p> <p>11. Осознание своих личностных качеств как средство взаимодействия с другими.</p> | <p>поступков окружающих людей.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликтов, принятие решения и его реализация. • Целеполагание как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно. • Планирование – определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий. • Саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий. | | 2 | |
| 13 | «Что такое чувства? Какие бывают эмоции? Как их увидеть?» | <p>1. Понимание что такое чувства, эмоции.</p> <p>2. Навыки дифференциации эмоциональных переживаний.</p> <p>3. Знание навыков оптимального и экологичного отреагирования эмоциональных переживаний.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им. • Осознание и оценка собственных эмоций как регуляторов межличностного взаимодействия. • Использование речевых и неречевых средств для выражения и понимания эмоций. | Проект-представление «Мои чувства» | 2 | |
| 14 | «Радость. Как ее распознать? Как ее доставить самому себе и другому человеку?» | | | | 1 | |
| 15 | «Грусть. Какие мы, когда грустим? Чем нам может помочь грусть?» | | | | 1 | |
| 16 | «Гнев. С кем он дружит?» | | | | 2 | |

| | | | | | | |
|----|--|--|--|---------------------------------|---|--|
| 17 | «Страх. Нужно ли от него прятаться?» | | | | 2 | |
| 18 | «Обида. В чем ее тяжесть?» | | | | 1 | |
| 19 | «Разные чувства. Я умею их распознавать у себя и других» | | | | 1 | |
| 20 | «В мире фантазий» | 1. Понимание, что такое фантазии, воображение. 2. Навыки нахождения разных нестандартных путей решения задач. | • Самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера | Проект «Создаю то, не знаю что» | 2 | |
| 21 | «Итоговое» | Итоговая диагностика образовательных результатов | | | 1 | |

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

на 2024-2025 учебный год

«РОСТ» 2 класс

количество часов в год 34 ; количество часов в неделю 1

| № п/п | Тема урока | Образовательные результаты | | Форма аттестации | Кол-во часов | Сроки |
|--|-------------------------------------|--|---|-----------------------------|--------------|------------|
| | | Предметные | Метапредметные | | | |
| Модуль 1 «Коммуникация. Сотрудничество» | | | | | | |
| 1 | «Давай дружить!» | 1. Положительное или нейтральное отношение к сверстникам. | <ul style="list-style-type: none"> Учиться договариваться и приходить к общему решению. Учиться понимать эмоции и поступки других людей. Овладевать способами позитивного разрешения | Проект «Мы дружная команда» | 2 | 1 четверть |
| 2 | «Трудности в отношениях с друзьями» | 2. Осознание своих границ и границ другого. 3. Умение работать в команде. | | | 2 | |
| 3 | «Что такое сотрудничество» | 4. Осознание ценности конструктивного решения | | | 1 | |

| | | | | | | |
|---|-----------------------------------|--|--|--|---|--|
| 4 | «Я умею понимать другого» | конфликтов, навыки конструктивного взаимодействия с другими. | <ul style="list-style-type: none"> Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, взаимно учиться позитивно, проявлять себя в общении. | | 1 | |
| 5 | «Я умею договариваться с другими» | | | | 1 | |
| 6 | «Мы умеем действовать сообща» | | | | 1 | |

Модуль 2 «Познаем себя, познаем других»

| | | | | | | |
|----|---|--|--|---|---|---------------|
| 7 | «Люди отличаются друг от друга своими качествами» | <ol style="list-style-type: none"> Осознание, оценка различных качеств друг друга. Позитивное самоотношение. Осознание и оценка особенностей своего темперамента и характера как причин успешности\ неуспешности общения в школе; Ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. | <ul style="list-style-type: none"> Осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением. Извлекать необходимую информацию из текста Определять и формулировать цель в совместной работе. Осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит. Реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми Планировать цели и пути самоизменения с помощью | Лэпбук «Какой я есть, я хотел бы иметь» | 1 | 2 -3 четверть |
| 8 | «Хорошие качества людей» | | | | 1 | |
| 9 | «Кто такой добродетельный человек» | | | | 1 | |
| 10 | «Какие качества нам нравятся друг в друге» | | | | 1 | |
| 11 | «Какими качествами мы | | | | 1 | |

| | | | | | | |
|---|---|--|---|-------------------------|--|---|
| | похожи, а какими различаемся?» | | | | | |
| 12 | «Мой характер» | | | | | 2 |
| 13 | «Мой темперамент» | | | | | 1 |
| 14 | «Каждый человек уникален» | | | | | 1 |
| 15 | «Какой я? Какой ты?» | | | | | 1 |
| 16 | «Трудности второклассника» | | | | | 2 |
| 17 | «Мои желания» | | | | | 1 |
| 18 | «Мои способности» | | | | | 1 |
| 19 | «Что такое память? Как лучше запоминать?» | | | | | 1 |
| 20 | «Как развить свой ум?» | | | | | 1 |
| 21 | «Мои фантазии» | | | | | 1 |
| Модуль 3 «Эмоциональный интеллект» | | | | | | |
| 22 | «Понимаем чувства другого» | 1. Осознание и оценка собственных эмоций как | • Понимание чувств других людей и сопереживание им. | Лепбук «Я и мои эмоции» | | 1 |

| | | | | | | |
|----|--------------------------------|--|---|--|---|------------|
| 23 | «Мы испытываем разные чувства» | регуляторов межличностного взаимодействия. | <ul style="list-style-type: none"> Осознание и оценка собственных эмоций как регуляторов межличностного взаимодействия. Использование речевых и неречевых средств для выражения и понимания эмоций. Зачатки эмпатии как понимания чувств других людей. | | 2 | 4 четверть |
| 24 | «Радость» | 2. Использование речевых и неречевых средств для выражения и понимания эмоций. | | | 1 | |
| 25 | «Страх» | | | | 1 | |
| 26 | «Гнев» | | | | 1 | |
| 27 | «Печаль» | | | | 1 | |
| 28 | «Обида» | | | | 1 | |

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

на 2024-2025 учебный год

«РОСТ» 3 класс

количество часов в год 34 ; количество часов в неделю 1

| № п/п | Тема урока | Образовательные результаты | | Форма аттестации | Кол-во часов | Сроки |
|--|----------------------|--|---|-----------------------------------|--------------|------------|
| | | Предметные | Метапредметные | | | |
| Модуль 1 «Я и мир вокруг» | | | | | | |
| 1 | «Я и моя школа» | 1. Осознание своего отношения к школе и близким. 2. Умение отреагировать свои чувства по отношению к школе/родителям/друзьям. 3. Укрепление позиции школьника/ребенка/друга. | <ul style="list-style-type: none"> Личностное, профессиональное, жизненное самоопределение. Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функции участников, способов взаимодействия. | Проект/рисунок и | 4 | 1 четверть |
| 2 | «Я и мои родители» | | | | 2 | |
| 3 | «Я и мои друзья» | | | | 2 | |
| Модуль 2 «Развитие психических процессов» | | | | | | |
| 4 | «Развиваем внимание» | 1. Осознание своих когнитивных возможностей и способность понимать причины своего успеха/неуспеха. | <ul style="list-style-type: none"> Смыслообразование - поиск и установление личностного смысла учения (т.е. значение для себя), понимание границ того, что я знаю и | Диагностика психических процессов | 2 | 2 четверть |
| 5 | «Развиваем память» | | | | 2 | |

| | | | | | | |
|---|---|---|--|--|---|--------------|
| | | 2. Понимание, что такое психические процессы, виды. 3. Навыки произвольного запоминания. 4. Навыки произвольного внимания. 5. Умение решать творческие задачи. | что я не знаю, стремление к преодолению разрыва между этими областями. • Способность к оценке своей учебной деятельности. • 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. • Анализ объектов с целью выделения признаков (существенных, несущественных). • Синтез - составление целого из частей, в том числе самостоятельного достраивания с восполнением недостающих компонентов. • Выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов. • Подведение под понятие, выведение следствий. • Установление причинно - следственных связей, представление цепочек объектов и явлений. • Доказательство, выдвижение гипотез и их обоснование. • Формулировка проблемы. | | | |
| 6 | «Развиваем мышление» | | | | 2 | |
| 7 | «Развиваем воображение» | | | | 2 | |
| Модуль 3 «Сотрудничество. Общение» | | | | | | |
| 8 | «Что такое общение? Качества, важные для общения» | 1. Понимание, что такое общение, конфликт, ссора, дружба. 2. Знание основных правил конструктивного диалога. | • Личностное, профессиональное, жизненное самоопределение. • Нравственно – этическая | Анкетирование . Проект «Мы - дружная команда» | 1 | 3-4 четверть |
| 9 | «Какие мы в общении?» | | | | 2 | |

| | | | | | | |
|----|-------------------------------------|--|--|---|---|--|
| 10 | «Ссора. Конфликт» | 3. Понимание природы индивидуальности друг друга. 4. Понимание феномена эмпатии и сопереживания. 5. Знание навыков конструктивного решения конфликтов. | ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания исходя из социальных и личностных ценностей. • Эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им. • Разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликтов, принятие решения и его реализация. • Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи нормами родного языка, современных средств коммуникаций. • Саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий. | | 2 | |
| 11 | «Мои друзья и недруги» | | | 1 | | |
| 12 | «Что такое дружба?» | | | 1 | | |
| 13 | «Мой друг» | | | 1 | | |
| 14 | «Мы – дружная команда» | | | 1 | | |
| 15 | «Правила доброжелательного общения» | | | 1 | | |
| 16 | «Как мы все похожи» | | | 1 | | |
| 17 | «Какие мы все разные» | | | 1 | | |
| 18 | «Что другие ценят во мне?» | | | 1 | | |
| 19 | «Сочувствие и сопереживание» | 5 | | | | |

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

на 2024-2025 учебный год

«РОСТ» 4 класс

количество часов в год - 34; количество часов в неделю – 1

| № | Тема урока | Образовательные результаты | Форма | Кол-во | Сроки |
|---|------------|----------------------------|-------|--------|-------|
|---|------------|----------------------------|-------|--------|-------|

| п/п | | Предметные | Метапредметные образовательные результаты (личностные) | аттестации | часов | |
|--|---|--|---|----------------------------|-------|--------------|
| Модуль 1 «Кто Я? Мои силы, мои возможности» | | | | | | |
| 1 | «Мое лето» | <p>1. Понимает и дифференцирует свои способности и свои возможности.</p> <p>2. Осознаёт свою уникальность и неповторимость.</p> <p>3. Называет различные составляющие своего Я.</p> <p>4. Выделяет способности, необходимые людям разных профессий. Понимает, что необходимо для успешной учёбы в школе.</p> <p>5. Осознаёт необходимость постоянного выбора в различных жизненных ситуациях, делает анализ различным направлениям выбора и находит оптимальный для себя вариант.</p> <p>6. Даёт описание себя: какой я и чем отличаюсь от других.</p> <p>7. Отмечает уникальность своего внутреннего мира, и уникальность внутреннего мира других людей.</p> <p>8. Умеет выделять качества людей, которым может доверять и рассказать о себе.</p> <p>9. Знает и рассказывает о том, какое</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Ориентируется на образец и правило выполнения действия. • Наблюдает и осознает происходящие в самом себе изменения. • Слушает и понимает речь других ребят. • Умеет распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. • Проявляет сопереживание к другим людям. • Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками. • Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах. • Ориентируется на понимание чувств других людей. • Планирует деятельность в учебной и жизненной ситуации. • Находит положительные | Проект/рисунки, обсуждение | 1 | 1-2 четверть |
| 2 | «Кто Я?» | | | | 2 | |
| 3 | «Какой Я – большой или маленький?» | | | | 1 | |
| 4 | «Мои способности» | | | | 1 | |
| 5 | «Мой выбор, мой путь» | | | | 1 | |
| 6 | «Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?» | | | | 2 | |
| 7 | «Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира» | | | | 1 | |
| 8 | «Кого я могу впустить в свой внутренний мир?» | | | | 1 | |
| 9 | «Что значит верить?» | | | | 2 | |

| | | | | | | |
|---|-----------------|---|---|------------|---|---------------|
| | | значение может иметь взгляд. | качества у себя и у других людей. • налаживает контакты с окружающими. | | | |
| Модуль 2 «Я расту, я изменяюсь» | | | | | | |
| 10 | «Мое детство» | 1. Осознаёт происходящие в себе изменения. 2. Планирует цели и пути самоизменений. | • Осознает необходимость признания и уважения особенностей других людей. • Определяет и объясняет своё отношение к правилам и нормам человеческого общения. • Умеет соотносить позиции партнеров и собственную. • Оценивает правильность выполнения действий и корректирует при необходимости. • Владеет навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми. | Коллаж | 2 | 2 четверть |
| 11 | ««Я изменяюсь»» | | | | 2 | |
| Модуль 3 «Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем» | | | | | | |
| 12 | «Мое будущее» | | • Умеет полно и точно | Сочинение, | 2 | 3 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|------------------------------|---|-----------------|
| 13 | «Хочу вырасти здоровым человеком» | 1.Размышляет о будущем, конструирует своё будущее, обсуждает возможные варианты будущего. 2. Даёт определение понятию «жизненный выбор». 3. Умеет понимать свои чувства и чувства другого человека. 4. Устанавливает взаимосвязь между физическим и психологическим здоровьем. | выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. • Ориентируется на понимание чувств других людей. • Умеет ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации. • Усваивает разные способы запоминания информации | записки. Обсуждение. | 2 | четверть |
| Модуль 4 «Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?» | | | | | | |
| 14 | «Кто такой интеллигентный человек» | 1.Даёт определение понятию «интеллигентный человек». 2. Называет какие качества должен развивать в себе ученик, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем. 3. Даёт определение понятию «идеальное Я» и называет каких качеств ему не достаёт. | <ul style="list-style-type: none"> • Умеет наблюдать, находить положительные качества у себя и у других людей. • Умеет оценивать свой результат с помощью учителя. • Умеет договариваться и уважать разные мнения. • Моделирует ситуацию с помощью учителя. • Определяет и формулируют цель деятельности с помощью учителя. • Проявляет сопереживание к другим людям. | «Проект/рисунки, обсуждение. | 1 | 3 четверть |
| 15 | «Хочу вырасти интеллигентным человеком» | | | | 1 | |
| 16 | «Что такое идеальное Я» | | | | 1 | |
| Модуль 5 «Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?» | | | | | | |
| 17 | «Кто такой свободный человек?» | 1.Понимает, что такое личная свобода и свобода другого | • Осознаёт особенности | Обсуждение, составление | 1 | 3-4 четверть |

| | | | | | | |
|----|---|--|---|---|---|--|
| 18 | «Права и обязанности школьника» | человека. | позиции ученика и ведёт себя в соответствии с этой позицией. <ul style="list-style-type: none"> • Умеет понимать и контролировать свое эмоциональное состояние. • Умеет рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя. • Умеет договариваться и уважать разные мнения, работать в парах. • Понимает и контролирует свое эмоциональное состояние. • Оценивает свой результат с помощью учителя. • Умеет находить положительные качества у себя и у других людей. • Умеет исследовать свои качества и свои особенности. | билля о правах. Обсуждение сказки, вопросы на понимание смысла сказки. Фиксация личностного развития ребёнка. | 2 | |
| 19 | «Что такое «право на уважение»?» | 2. Осознаёт необходимость признавать и уважать права других людей. | | | 1 | |
| 20 | «Права и обязанности» | 3. Объясняет какие права и обязанности у него есть. | | | 1 | |
| 21 | «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам» | 4. Придумывает 5 главных прав и обязанностей четвероклассника. | | | 2 | |
| 22 | «Как разрешать конфликты мирным путем?» | 5. Строит прогноз последствий в случае нарушения определённых прав. | | | 2 | |
| 23 | «Итоговое занятие» Групповая работа. | 6. Даёт определение понятиям: дружба, ссора, конфликт. 7. Называет способы мирного разрешения конфликтов. | | | 2 | |