

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа № 11 города Кинеля городского округа Кинель Самарской области

**«РАССМОТРЕНО»**

на заседании МО  
классных руководителей  
Руководитель МО  
Малышева Я.В.  
протокол № 1  
«29» августа 2025 г

**«ПРОВЕРЕНО»**

Зам. директора по ВР  
ГБОУ СОШ №11 г. Кинеля  
Ананьева Л.А.  
«29» августа 2025 г.

**«УТВЕРЖДЕНО»**

Директор  
ГБОУ СОШ №11 г. Кинеля  
Лозовская О.А.  
Приказ №557-ОД  
«29» августа 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности (курса)**  
**«Тропинки к своему Я»**

Уровень реализации рабочей программы:  
базовый, углубленный

для 1-4х классов

Составитель(и): Ломанова Н.Б.  
«Обсуждено»

на Педагогическом совете

протокол № 1

от «29» августа 2025 г.

Кинель, 2025 г.

## **1. Результаты освоения курса**

- Дети научатся осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением; извлекать необходимую информацию из текста и др. источников; определять и формулировать цель в совместной работе;
- Научатся 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.
- Будут уметь планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей; наблюдать; сравнивать по признакам, сопоставлять; иметь представление о собственных возможностях и способностях; научатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения; оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости; моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта; находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото, видео, интернет); перерабатывать информацию; адекватно воспринимать оценку учителя.
- Будут ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.
- Смогут контролировать свою речь и поступки.
- Будут толерантно относиться к другому мнению.
- Научатся самостоятельно решать проблемы в общении, осознавать необходимость признания и уважения прав других людей формулировать своё собственное мнение и позицию.
- Научатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге

## **2. Содержание курса с указанием форм организации и видов деятельности**

Данная программа объёмом 34 ч в год ориентирована на подгрупповую форму работы с обучающимися с 1-4 классов. Предполагается проведение индивидуальных занятий с обучающимися с целью отработки важных моментов поведения и деятельности, которые по тем или иным причинам не были усвоены в группе или имеют нарушения развития. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

**Основные формы работы:** внеурочные занятия с элементами тренинга  
(психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы).

**В структуре каждого занятия выделяются основные этапы работы:**

1. Приветствие.
2. Разминка.
3. Рефлексия предыдущего занятия и анализ домашнего задания.
4. Основное содержание занятия (*введение в тему, развёртывание темы, индивидуализация темы*).
5. Рефлексия текущего занятия.
6. Прощание.

**Формы контроля:** диагностика по плану мониторинга

### Тематическое планирование 1 класс

№ п.п	Тема (цели)	Занятия (темы)	Кол-во часов
1.	<b>Я- фантазер.</b> Цели: - помочь детям осознать ценность умения фантазировать; - развивать креативные способности детей	1. Я – первоклассник	1
		2. Кого можно назвать фантазером?	3
		3. Я умею фантазировать!	3
		4. Мои сны	3
		5. Я умею сочинять!	3
		6. Мои мечты	3
		7. Фантазии и ложь	4
2	<b>Я и моя школа.</b> Цели: - помочь детям осознать особенности позиции ученика; - предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя; -помочь детям принять учителя таким, какой он есть.	8. Я и моя школа.	3
		9. Что такое лень?	2
		10. Я и мой учитель	2
		11. Как справиться с «Немогучками»	3
3.	<b>Я и мои родители.</b> Цели: - помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; - обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.	12. Я и мои родители.	3
		13. Я умею просить прощения.	3
		14. Почему родители наказывают детей?	2
4..	<b>Я и мои друзья.</b> Цели: - помочь детям осознать качества настоящего друга; -подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить.	15. Настоящий друг.	2
		16. Умею ли я дружить?	3
		17. Трудности в отношении с друзьями.	2
		18. Ссора и драка.	3
5.	<b>Что такое сотрудничество?</b>	19. Что такое сотрудничество?	4

	Цель – дать детям представление о понятии «сотрудничество».	20. Я умею понимать другого	2
		21. Я умею договариваться с людьми.	4
		22. Мы умеем действовать сообща.	4
		23. Что такое коллективная работа?	5
		24. Итоговое занятие.	1

### Тематическое планирование 2 класс

№ п.п	Тема (цели)	Занятия (темы)	Кол-во часов
1.	<b>Я- фантазер.</b> Цели: - помочь детям осознать ценность умения фантазировать; - развивать креативные способности детей	1. Я – второклассник	1
		2. Кого можно назвать фантазером?	3
		3. Я умею фантазировать!	3
		4. Мои сны	3
		5. Я умею сочинять!	3
		6. Мои мечты	3
		7. Фантазии и ложь	4
2	<b>Я и моя школа.</b> Цели: - помочь детям осознать особенности позиции ученика; - предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя; -помочь детям принять учителя таким, какой он есть.	8. Я и моя школа.	3
		9. Что такое лень?	2
		10. Я и мой учитель	2
		11. Как справляться с «Немогучками»	3
3.	<b>Я и мои родители.</b> Цели: - помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; - обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.	12. Я и мои родители.	3
		13. Я умею просить прощения.	3
		14. Почему родители наказывают детей?	2
4..	<b>Я и мои друзья.</b> Цели: - помочь детям осознать качества настоящего друга; -подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить.	15. Настоящий друг.	2
		16. Умею ли я дружить?	3
		17. Трудности в отношении с друзьями.	2
		18. Ссора и драка.	3
5.	<b>Что такое сотрудничество?</b> Цель – дать детям представление о понятии «сотрудничество».	19. Что такое сотрудничество?	4
		20. Я умею понимать другого	2
		21. Я умею договариваться с людьми.	4
		22. Мы умеем действовать сообща.	4
		23. Что такое коллективная работа?	5
		24. Итоговое занятие.	1

### Тематическое планирование 3 класс

№ п.п	Тема (цели)	Занятия (темы)	Кол-во часов
1.	<b>Я- фантазер.</b> Цели: - помочь детям осознать ценность умения фантазировать; - развивать креативные способности детей	1. Я – третьеклассник	1
		2. Кого можно назвать фантазером?	3
		3. Я умею фантазировать!	3
		4. Мои сны	3
		5. Я умею сочинять!	3
		6. Мои мечты	3

		7. Фантазии и ложь	4
2	<b>Я и моя школа.</b> Цели: - помочь детям осознать особенности позиции ученика; - предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя; -помочь детям принять учителя таким, какой он есть.	8. Я и моя школа.	3
		9. Что такое лень?	2
		10. Я и мой учитель	2
		11. Как справляться с «Немогучками»	3
3.	<b>Я и мои родители.</b> Цели: - помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; - обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.	12. Я и мои родители.	3
		13. Я умею просить прощения.	3
		14. Почему родители наказывают детей?	2
4..	<b>Я и мои друзья.</b> Цели: - помочь детям осознать качества настоящего друга; -подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить.	15. Настоящий друг.	2
		16. Умею ли я дружить?	3
		17. Трудности в отношении с друзьями.	2
		18. Ссора и драка.	3
5.	<b>Что такое сотрудничество?</b> Цель – дать детям представление о понятии «сотрудничество».	19. Что такое сотрудничество?	4
		20. Я умею понимать другого	2
		21. Я умею договариваться с людьми.	4
		22. Мы умеем действовать сообща.	4
		23. Что такое коллективная работа?	5
		24. Итоговое занятие.	1

### Тематическое планирование 4 класс

№ п.п	Тема (цели)	Занятия (темы)	Кол-во часов
1.	<b>Я- фантазер.</b> Цели: - помочь детям осознать ценность умения фантазировать; - развивать креативные способности детей	1. Я –четырёхклассник	1
		2. Кого можно назвать фантазером?	3
		3. Я умею фантазировать!	3
		4. Мои сны	3
		5. Я умею сочинять!	3
		6. Мои мечты	3
		7. Фантазии и ложь	4
2	<b>Я и моя школа.</b> Цели: - помочь детям осознать особенности позиции ученика; - предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя; -помочь детям принять учителя таким, какой он есть.	8. Я и моя школа.	3
		9. Что такое лень?	2
		10. Я и мой учитель	2
		11. Как справляться с «Немогучками»	3
3.	<b>Я и мои родители.</b> Цели: - помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; - обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.	12. Я и мои родители.	3
		13. Я умею просить прощения.	3
		14. Почему родители наказывают детей?	2

4..	<b>Я и мои друзья.</b> Цели: - помочь детям осознать качества настоящего друга; -подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить.	15. Настоящий друг.	2
		16. Умею ли я дружить?	3
		17. Трудности в отношении с друзьями.	2
		18. Ссора и драка.	3
5.	<b>Что такое сотрудничество?</b> Цель – дать детям представление о понятии «сотрудничество».	19. Что такое сотрудничество?	4
		20. Я умею понимать другого	2
		21. Я умею договариваться с людьми.	4
		22. Мы умеем действовать сообща.	4
		23. Что такое коллективная работа?	5
		24. Итоговое занятие.	1