**Содержание курса внеурочной деятельности**

**Программа разработана в соответствии с ФГОС начального общего образования, федеральной программой воспитания. Программа внеурочной деятельности связана с Рабочей программой воспитания МАОУ Омутинской СОШ №1.**

Воспитание на занятиях школьных курсов внеурочной деятельности и дополнительного образования преимущественно осуществляется через:

-вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;

-формирование в кружках, секциях, клубах, студиях и т.п. детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;

-создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения;

-поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций;

-поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.

**Программа включает следующие разделы:**

***1класс:***

1. «Я - школьник» (2ч).

Зачем мне нужно ходить в школу. Осознание позиции школьника, обсуждение правил поведения в школе, формируют дружеские отношения в классе, развивают уверенность в себе и своих учебных возможностях.

Занятие № 1. Упражнения: «Передай улыбку по кругу». «Меня зовут… Я люблю себя за то, что…», «Что значит быть школьником». Игра «Правильно-неправильно». Рисунок «Я- школьник». Упражнение «Встретимся опять».

Занятие № 2. Упражнения: «Передай улыбку по кругу», «Что мне нужно в школе», «Я положу в свой портфель», «Пересядьте все те, у кого...». Игра «Кто ты?». Рисунок «Мой дружный класс». Упражнение «Встретимся опять»

1. «Мои чувства» (2ч).

Разъяснение понятий радость, страх, гнев. Расширение представлений об эмоциях, их содержательного наполнении. Обучение распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей. Способствовать снижению уровня страхов Развитие умения прислушиваться и свободно выражать свои ощущения, эмоции и чувства, осознавать их.

Занятие № 1. Упражнения: «Передай улыбку по кругу», «Закончи предложение», «Где живут эмоции». «Сказка про котенка Ваську» (К.  Ступницкая). Рисунок по сказке. Упражнение «Встретимся опять».

Занятие № 2. Упражнения: «Передай улыбку по кругу». «Рассмеши». «Покажи страшилку». Игра «Добрые слова». Сказкотерапия  «Девочка с мишкой». Игра "Картинная галерея». «Радуга эмоций». Упражнение «Встретимся опять».

***2класс:***

1. «Чем люди отличаются друг от друга?» (2ч).

Обучающиеся познакомятся с понятием качества личности, научатся видеть «светлые» и «темные» качества, узнают о преобладающих качествах. Дети учатся видеть и ценить в себе индивидуальность, принимать и любить себя, приходят к осознанию собственной ценности.

Занятие № 1. Ритуал приветствия «Давайте поздороваемся». Разминка упражнение «Паровозик». Игры «Пять хороших  качеств», «Я не такой, как все».Упражнения «Качество в подарок», «Встретимся опять».

Занятие № 2. Ритуал приветствия «Давайте поздороваемся». Разминка Упражнение «Бархатные ручки».Упражнение «Ладошка». Сказкотерапия «Туча», рисунок по сказке. Упражнение «Встретимся опять».

1. «Какой Я – Какой Ты?» (2 ч).

Обучающиеся осознают позицию школьника, формируют дружеские отношения в классе, развивают уверенность в себе, узнают о наличие у них разнообразных положительных качеств, научаться находить положительные качества во всех людях.

Занятие № 1. Ритуал приветствия «Давайте поздороваемся». Разминка. Упражнение «На что похоже настроение?».Упражнения: «Неоконченные предложения», «Темные и светлые мешочки», «Светофорики». Образно-рефлексивное упражнение «Дерево».Упражнение «Встретимся опять».

Занятие № 2. Ритуал приветствия «Давайте поздороваемся». Разминка Упражнение «Воздушный шарик». Игра «Заяц- хваста». Упражнения: «Цыганка». «Подарок», «Встретимся опять».

***3класс:***

1. «Я и моя школа» (1ч).

Придумывают, представляют, фантазируют, изучают разные чувства, и мысли через игровые ситуации на определенную тему данного раздела. Дети осознают позицию школьника, формируют дружеские отношения в классе, развивают уверенность в себе и своих учебных возможностях.

Занятие. Ритуал приветствия «Мой дружочек!».Разминка. Упражнение «Тренируем эмоции». Упражнения: «Меня зовут... Я люблю себя за то, что...», «Наши правила» ,«Образ животного».Рисунок «Вот такой Я!». Рефлексия. Упражнение «Эмоционально­ художественное оформление».

 2.«Я и мои родители» (1ч).

 Обучающиеся учатся осознавать требования родителей, сопоставлять их со своими

 возможностями и желаниями. Обучаются способам разрешения конфликтов с родителями.

Занятие. Ритуал приветствия «Волшебный клубочек». Разминка. Упражнение «Ассоциации». Упражнение «Звёздочка». Рисунок «Моя семья». Письмо родителям. Рефлексия. Упражнение «Эмоционально­ художественное оформление».

 3.«Я и мои друзья» (1ч).

Обучающиеся знакомятся с понятиями «дружба».. Слушают, рисуют и обсуждают сказки. Дети осознают качества настоящего друга, умения дружить.

Занятие. Ритуал приветствия «Здравствуй». Разминка. Упражнение «Ласка». Упражнение «Конкурс хвастунов». Сказка о дружбе «Цветок по имени Незабудка», рисунок по сказке. Рефлексия. Упражнение «Эмоционально­ художественное оформление».

 4.«Что такое сотрудничество?» (1ч)

Обучающиеся знакомятся понятием «сотрудничество», «конфликт». Познакомятся со стратегиями выхода из конфликтной ситуации. Определяют и описывают различные чувства через игровые роли.

Занятие. Ритуал приветствия «Язык фотографий». Разминка. Упражнение «Сочиняем Общую историю». Упражнение «Общая история». Игры: «Рисунок на спине». «День рождение». Упражнения: «Общая фотография», «Радуга». Рефлексия. Упражнение «Эмоционально­ художественное оформление». Ритуал. Упражнение «Колокол».

***4 класс:***

1.«Кто я? Мои силы, мои возможности» (1ч).

Обучающиеся развивают уверенность в себе и своих учебных возможностях, познакомятся с разными ролями в жизни, осознать свою уникальность и неповторимость.

Занятие. Ритуал приветствия «Приветствие с разным настроением». Разминка «Неоконченные предложения». Упражнения: «Психологическая загадка», «Качества моей личности», «Самопрезентация». Рефлексия. Упражнение «Эмоционально­ художественное оформление».

 2.«Я расту, я изменяюсь» (1ч).

Обучающиеся научатся управлять своим внутренним миром. Учатся осознавать происходящие в них изменения. планировать цели и пути самоизменения.

Занятие. Ритуал приветствия «Круговая беседа». Разминка «Неоконченные предложения».  Упражнения: «Психологическая загадка», «Три имени», «Без маски», «Цыганка». «Проективный рисунок – Я такой, какой я есть». Рефлексия. Упражнение «Эмоционально­ художественное оформление».

 3.«Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?» (1ч)

Обучающимся даётся возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего, понять, что будущее начинается в настоящем.

Занятие. Ритуал приветствия. Упражнение «Встаньте все, кто…». Упражнение «Список моих лучших качеств». Упражнения: «Комиссионный магазин», Упражнение «Я в будущем». Рисунок «Мое взрослое будущее». Рефлексия. Упражнение «Эмоционально­ художественное оформление».

 4. «Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?» (1ч)

Обучающиеся осознают личную свободу и свободу другого, поймут, что свобода часто связана с наличием обязанностей. Осознают, что необходимо признавать и уважать права других людей.

Занятие. Ритуал приветствия  Упражнение «Интервью». Разминка. Упражнение «Звезда». Игра «Что было бы, если…». Упражнения: «Сила моего «Я», «Свобода выбора», «Моя мечта». Релаксация. Упражнение «Синие вещи». Рисуем на тему «Я свободный человек». Рефлексия. Упражнение «Эмоционально­ художественное оформление».

**Планируемые результаты внеурочной деятельности**

В результате изучения данного курса, обучающиеся получат возможность формирования ***Личностных результатов*:**

 - осознавать значимость и содержание понятий: взаимопонимание, жизнерадостность, оптимизм, доброжелательность, великодушие, творчество;

- уметь разбираться в проявлениях человеческих чувств и эмоций, проявлять жизнерадостность, оптимизм, щедрость и великодушие;

- знать и применять на практике чуткое и внимательное отношение к людям;

- уметь разбираться в проявлениях добрых и недобрых человеческих чувств и поступков, анализировать их причины и следствия; проявлять ответственность в своих делах и поступках;

***Метапредметных результатов:***

*Регулятивные универсальные учебные действия:*

- знать правила здорового образа жизни;

 - уметь выражать свои мысли и впечатления;

- уметь проявлять внимание и уважение к людям, уважение к самому себе, проявлять заботу к близким, родным.

*Познавательные универсальные учебные действия:*

- искать информацию для выполнения заданий с использованием дополнительной литературы;

- устанавливать причинно-следственные связи, аналогии;

- обобщать

*Коммуникативные универсальные учебные действия:*

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приводить к общему решению в совместной деятельности, в

 том числе в ситуации столкновения интересов;

**Тематическое планирование I года обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название занятия** | **Кол.часов** | **ЭОР** |
| **1.2** | «Я - школьник» | **2** | [**nsportal.ru**›nachalnaya-shkola/psikhologiya/…](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2014/11/16/programma-ya-shkolnik)[**znanio.ru**›media/programma-ya-shkolnik-2505988](https://znanio.ru/media/programma-ya-shkolnik-2505988) |
| **3.4** | «Мои – чувства». | **2** | [**nsportal.ru**›Начальная школа›…/moi-chuvstva-i-emotsii](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/08/moi-chuvstva-i-emotsii) |
| **Итого** | **4** |  |

**Тематическое планирование II года обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название занятия** | **Кол.часов** | **ЭОР** |
| 1,2 | «Чем люди отличаются друг от друга?» | 2 | [**maam.ru**›detskijsad/konspekt-zanjatija-po-…](https://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-zanjatija-po-okruzhayuschemu-miru-chem-lyudi-otlichayutsja-drug-ot-druga-dlja-detei-starshei-grupy.html)[**art-talant.org**›publikacii/20339-programma-kursa-…](https://www.art-talant.org/publikacii/20339-programma-kursa-vneurochnoy-deyatelynosti-tropinka-k-svoemu-ya) |
| 3,4 | «Какой Я – Какой Ты?» | 2 | [**infourok.ru**›vneurochnaya-deyatelnost-po-…](https://infourok.ru/vneurochnaya-deyatelnost-po-psihologii-kakoj-ya-kakoj-ty-4215483.html) |
| **Итого** | **4** |  |

**Тематическое планирование III года обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название занятия** | **Кол.часов** | **ЭОР** |
| 1 | «Я и моя школа». | 1 | [**nsportal.ru**›nachalnaya-shkola/psikhologiya/…](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2019/09/30/gruppovoe-razvivayushchee-zanyatie-po-teme-ya-i-moya) |
| 2 | «Я и мои родители» | 1 | [**http://doshkolnik.ru**›nravstvennost/23136-klassnyiy-chas-…](http://doshkolnik.ru/nravstvennost/23136-klassnyiy-chas-na-temu-ya-i-moi-roditeli.html) |
| 3 | «Я и мои друзья» | 1 | [**znanio.ru**›media/vneurochnoe\_zanyatie\_po\_…](https://znanio.ru/media/vneurochnoe_zanyatie_po_obscheniyu_ya_i_moi_druzya_2_klass-369550) |
| 4 | «Что такое сотрудничество?» | 1 | [**kopilkaurokov.ru**›nachalniyeKlassi/uroki/klassnyi\_…](https://kopilkaurokov.ru/nachalniyeKlassi/uroki/klassnyi_chas_ia_uchus_sotrudnichat) |
| **Итого** | **4** |  |

**Тематическое планирование IV года обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название занятия** | **Кол.часов** | **ЭОР** |
| 1 | «Кто я? Мои силы, мои возможности». | 1 | [**pandia.ru**›text/79/566/39607.php](https://pandia.ru/text/79/566/39607.php) |
| 2 | «Я расту, я изменяюсь». | 1 | [**kopilkaurokov.ru**›Внеурочная работа›…\_chas\_na\_tiemu\_ia\_rastu…](https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/meropriyatia/klassnyi_chas_na_tiemu_ia_rastu_ia_izmieniaius) |
| 3 | «Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?» | 1 | [**mylektsii.ru**›8-108661.html](https://mylektsii.ru/8-108661.html) |
| 4 | «Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?» | 1 | [**dmitrsch.ru**›wp-content/uploads/Познай-себя-для-4-](https://dmitrsch.ru/wp-content/uploads/%D0%9F%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D0%B9-%D1%81%D0%B5%D0%B1%D1%8F-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-4-%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%B0.pdf) |
| **Итого** | **4** |  |

**Формы организации видов деятельности:**

1. Упражнения и игры с элементами тренинга.

2. Чтение и обсуждение художественных произведений. Сказкотерапия;

3. Дискуссии. Обсуждение вопросов, Обыгрывание конфликтных ситуаций, моделирование выхода из них.

4. Работа с заданиями в парах (развитие навыка сотрудничества);

5. Диагностические методы;

6. Рисуночные методы;

**7. Критериями эффективности программы** являются (фиксируются в процессе наблюдения освоения учащимися программы):

1. снижение уровня школьной тревожности;
2. мотивация на саморазвитие;
3. повышение коммуникативной компетентности;
4. активность и продуктивность учеников в деятельности, как в образовательном процессе, так и внеклассной и внешкольной деятельности