

ПРИЛОЖЕНИЕ К ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ,
утвержденной приказом от 31.08.2021 № 656
протокол педсовета № 1 от 31.08.2021

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 19»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «Тропинка к своему Я»
4 класс
2021-2022 учебный год

Составители:

Пачева Н.Н.
учитель начальных классов,
высшая квалификационная категория
Кильченбаева А.С.
учитель начальных классов,
первая квалификационная категория
Григорьева Ю.Ю., Мамедиярова А.А.,
Федотова Н.В.,
учителя начальных классов

г. Нижневартовск
2021 год

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	
СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	
ПРИЛОЖЕНИЯ. КТП.....	

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Тропинка к своему я» для 4 класса составлена на основе:

- Закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования №373 от 06.10.2009г
- Курса занятий Хухлаевой О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (1-4 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010. – 207 с.
- Основной общеобразовательной программы МБОУ «СШ №19» на 2020-2021 учебный год учебный год.

Место предмета в учебном плане школы.

Согласно учебному плану МБОУ «СШ №19» на 2020-2021 учебный год в 4 классах на изучение курса «Тропинка к своему я» отводится 1 час в неделю. За год - 34 часа.

Цель курса психологических занятий: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- 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.

Познавательные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться 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

Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться 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.

Учебно – методический комплект:

- мет.пособие Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в начальной школе (1-4 классы). – 4-е изд. М.: Генезис, 2012
- раб.тетрадь Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. 4 класс

Содержание программы

Раздел 1. Мои силы, мои возможности (12 часов)

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому – четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника? Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленишка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля! Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь? Мои способности. Что такое способности и какие нужны

способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие». Мой выбор, мой путь. Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь. Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю. Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно. Что значит верить? Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (4 часов)

Моё детство. Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю? Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть. Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас. Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

Раздел 3. Моё будущее (4 часов)

Как заглянуть во взрослый мир? Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас. Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? (3 часа)

Поведение человека зависит от его качеств. Кто такой интеллигентный человек, и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем? Что такое идеальное Я? У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.

Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? (11 часов)

Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется? Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице». Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»? В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе». Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?

№ урока п/п	Дата по плану	Дата по факту	Название темы/урока	Кол-во часов	Примечание
Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (12 часов)					
1	04.09	04.09	Мое лето	1	
2	11.09	11.09	Кто Я?	1	
3	18.09	18.09	Кто Я?	1	
4	25.09	25.09	Какой Я – большой или маленький?	1	
5	02.10	02.10	Мои способности	1	
6	09.10	09.10	Мой выбор, мой путь	1	
7	16.12	16.12	Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	
8	23.10	23.10	Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	
9	30.10	13.11	Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира	1	
10	13.11	20.11	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1	
11	20.11	27.11	Что значит верить?	1	
12	27.11	04.12	Что значит верить?	1	
Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (4 часа)					
13	04.12	11.12	Мое детство	1	
14	11.12	18.12	Мое детство	1	

15	18.12	25.12	Я изменяюсь	1	
16	25.12	15.01	Я изменяюсь	1	
Раздел 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)					
17	15.01	22.01	Мое будущее	1	
18	22.01	29.01	Мое будущее	1	
19	29.01	05.02	Хочу вырасти здоровым человеком	1	
20	05.02	12.02	Хочу вырасти здоровым человеком	1	
Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)					
21	12.02	19.02	Кто такой интеллигентный человек	1	
22	19.02	26.02	Хочу вырасти интеллигентным человеком	1	
23	26.02		Что такое идеальное Я	1	
Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (11 часов)					
24	05.03		Кто такой свободный человек?»	1	
25	12.03		Права и обязанности школьника	1	
26	19.03		Права и обязанности школьника	1	
27	02.04		Что такое «право на уважение	1	
28	09.04		Права и обязанности	1	

29	16.04		Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1	
30	23.04		Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1	
31	30.04		Как разрешать конфликты мирным путем?	1	
32	07.05		Как разрешать конфликты мирным путем?	1	
33	14.05		Итоговое занятие	1	
34	21.05		Итоговое занятие	1	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 Б класс Комарова С.В.

№ урока п/п	Дата по плану	Дата по факту	Название темы/урока	Кол-во часов	Примечание
Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (12 часов)					
1	4.09	4.09	Мое лето	1	
2	11.09	11.09	Кто Я?	1	
3	18.09	18.09	Кто Я?	1	
4	25.09	25.09	Какой Я – большой или маленький?	1	
5	2.10	2.10	Мои способности	1	
6	9.10	9.10	Мой выбор, мой путь	1	

7	16.10	16.10	Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	
8	23.10	23.10	Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	
9	30.10	13.11	Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира	1	
10	13.11	20.11	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1	
11	20.11	27.11	Что значит верить?	1	
12	27.11	4.12	Что значит верить?	1	
Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (4 часа)					
13	1.12	11.12	Мое детство	1	
14	11.12	18.12	Мое детство	1	
15	18.12	25.12	Я изменяюсь	1	
16	25.12	15.01	Я изменяюсь	1	
Раздел 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)					
17	15.01	22.01	Мое будущее	1	
18	22.01	29.01	Мое будущее	1	
19	29.01	05.02	Хочу вырасти здоровым человеком	1	
20	5.02	12.02	Хочу вырасти здоровым человеком	1	
Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)					

21	12.02	19.02	Кто такой интеллигентный человек	1	
22	19.02	26.02	Хочу вырасти интеллигентным человеком	1	
23	26.02	05.03	Что такое идеальное Я	1	
Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (11 часов)					
24	5.03	12.03	Кто такой свободный человек?»	1	
25	12.03	19.03	Права и обязанности школьника	1	
26	19.03		Права и обязанности школьника	1	
27	2.04		Что такое «право на уважение»	1	
28	9.04		Права и обязанности	1	
29	16.04		Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1	
30	23.04		Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1	
31	30.04		Как разрешать конфликты мирным путем?	1	
32	7.05		Как разрешать конфликты мирным путем?	1	
33	14.05		Итоговое занятие	1	
34	21.05		Итоговое занятие	1	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 В КЛАССА Петренко М.С.

№ урока п/п	Дата по плану	Дата по факту	Название темы/урока	Кол-во часов	Примечание
Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (12 часов)					
1	4.09	4.09	Мое лето	1	
2	11.09	11.09	Кто Я?	1	
3	18.09	18.09	Кто Я?	1	
4	25.09	25.09	Какой Я – большой или маленький?	1	
5	2.10	2.10	Мои способности	1	
6	9.10	9.10	Мой выбор, мой путь	1	
7	16.10	16.10	Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	
8	23.10	23.10	Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	
9	30.10	13.11	Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира	1	
10	13.11	20.11	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1	
11	20.11	27.11	Что значит верить?	1	
12	27.11	4.12	Что значит верить?	1	
Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (4 часа)					
13	1.12	11.12	Мое детство	1	

14	11.12	18.12	Мое детство	1	
15	18.12	25.12	Я изменяюсь	1	
16	25.12	13.01	Я изменяюсь	1	
Раздел 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)					
17	15.01	20.01	Мое будущее	1	
18	22.01	27.01	Мое будущее	1	
19	29.01	03.02	Хочу вырасти здоровым человеком	1	
20	5.02	10.02	Хочу вырасти здоровым человеком	1	
Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)					
21	12.02	17.02	Кто такой интеллигентный человек	1	
22	19.02	24.02	Хочу вырасти интеллигентным человеком	1	
23	26.02		Что такое идеальное Я	1	
Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (11 часов)					
24	5.03		Кто такой свободный человек?»	1	
25	12.03		Права и обязанности школьника	1	
26	19.03		Права и обязанности школьника	1	
27	2.04		Что такое «право на уважение»	1	

28	9.04		Права и обязанности	1	
29	16.04		Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1	
30	23.04		Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1	
31	30.04		Как разрешать конфликты мирным путем?	1	
32	7.05		Как разрешать конфликты мирным путем?	1	
33	14.05		Итоговое занятие	1	
34	21.05		Итоговое занятие	1	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Романская К.В. 4 Г класс

№ урока п\п	Дата по плану	Дата по факту	Название темы/урока	Кол-во часов	Примечание
Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (12 часов)					
1	4.09	4.09	Мое лето	1	
2	11.09	11.09	Кто Я?	1	

3	18.09	18.09	Кто Я?	1	
4	25.09	25.09	Какой Я – большой или маленький?	1	
5	2.10	2.10	Мои способности	1	
6	9.10	9.10	Мой выбор, мой путь	1	
7	16.10	16.10	Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	
8	2.10	2.10	Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	
9	9.10	9.10	Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира	1	
10	16.10	16.10	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1	
11	2.10	2.10	Что значит верить?	1	
12	27.11	4.12	Что значит верить?	1	
Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (4 часа)					
13	4.12	11.12	Мое детство	1	
14	11.12	18.12	Мое детство	1	
15	18.12	25.12	Я изменяюсь	1	
16	25.12	15.01	Я изменяюсь	1	
Раздел 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)					
17	15.01	22.01	Мое будущее	1	
18	22.01	29.01	Мое будущее	1	

19	29.01	05.02	Хочу вырасти здоровым человеком	1	
20	5.02	12.02	Хочу вырасти здоровым человеком	1	
Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)					
21	12.02	19.02	Кто такой интеллигентный человек	1	
22	19.02	26.02	Хочу вырасти интеллигентным человеком	1	
23	26.02		Что такое идеальное Я	1	
Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (11 часов)					
24	5.03		Кто такой свободный человек?»	1	
25	12.03		Права и обязанности школьника	1	
26	19.03		Права и обязанности школьника	1	
27	2.04		Что такое «право на уважение	1	
28	9.04		Права и обязанности	1	
29	16.04		Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1	
30	23.04		Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1	
31	30.04		Как разрешать конфликты мирным путем?	1	

32	7.05		Как разрешать конфликты мирным путем?	1	
33	14.05		Итоговое занятие	1	
34	21.05		Итоговое занятие	1	