

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №356
с углубленным изучением немецкого и английского языков
Московского района Санкт-Петербурга

Принята

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 356
Московского района Санкт-Петербурга
Протокол № 7
от 25.06.2026 г.

Утверждена

приказом директора ГБОУ школы
№ 356 Московского района
Санкт-Петербурга
_____ А.А. Неклюдова
№ 63 от 25.06.2026

С учетом мотивированного мнения

Совета родителей
Протокол № 4
от 28.05.2026 г.

Совета обучающихся
Протокол № 6
от 25.05.2026 г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат 00bbc79ecb805463d1e7d7abddf9d1d252
Владелец **Неклюдова Алена Артемовна**
Действителен с 29.06.2026 по 22.09.2027

**ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Путь к успеху»**

для 1-4 классов

Пояснительная записка

Программа «Путь к успеху» направлена на развитие эмоционально-личностной сферы в рамках адаптированной программы обучающихся 1-3 классов.

Программа составлена на основе нормативной базы:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.№2821-10, «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» зарегистрированные в Минюсте России 03 марта 2011 года;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18 апреля 2008 года № АФ-150/06 «Рекомендации по созданию условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами».

Объем программы 34 часа (0.5 час в неделю).
Продолжительность занятия: 30 мин.

Форма работы: групповые и индивидуальные занятия.

Цель программы: развитие эмоционально-волевой сферы, повышение осознанного восприятия учащимся своих эмоциональных проявлений и взаимоотношений, развитие социально-личностной компетентности и тем самым обеспечение всестороннего гармоничного развития его личности.

Задачи программы:

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.

Методические приемы.

В программу включено много полифункциональных упражнений, которые с одной стороны, могут решать несколько задач, с другой стороны, могут на разных детей оказывать различное воздействие:

- словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.
- методы, адаптированные к условиям школьного обучения: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), метод творческого самовыражения (литературное, художественное и др. виды творчества),
- методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки),
- когнитивные методы,
- методы дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности.

Основными видами деятельности являются:

- игровая деятельность;
- познавательная деятельность;
- практическая деятельность.

Содержание программы:

- **Занятие 1.2 часа**
Беседа «Расскажи о себе», Рисунок человека, Лесенка Щур (диагностика уровня самооценки)
Изучение уровня и характера оценки, сформированности образа «Я», степени осознания своих особенностей, выявление тревожности, агрессивности, изучение самооценки.
- **Занятие 2. Первичная диагностика. 2 часа**
Развитие представлений о себе, содействие развитию положительного образа «Я», стимулирование интереса к другому человеку, создание положительного эмоционального фона.
- **Занятие 3 .2ч**
Содействие развитию положительного образа «Я», самовыражению, улучшению общения со сверстниками, развитию самоконтроля.
- **Занятие 4 . 2ч**
Способствует принятию своего имени, самовыражению детей, улучшению общения со сверстниками.
- **Занятие 5 .2ч**

Способствует осознанию себя как учащегося, самовыражению, снижению эмоционального напряжения в школе.

- **Занятие 6 .2ч**

Способствует осознанию себя во времени, самовыражению ребенка, развитию уверенности в себе и своих силах.

- **Занятие 6 .2ч**

Развитие представления детей о своей семье, способствует самовыражению детей, формированию у детей умения любить окружающих

- **Занятие 7.2ч**

Развитие представления детей о дружбе, формирование взаимопонимания, содействие в формировании доброжелательных отношений в группе.

- **Занятие 8.2ч**

Развитие представления детей о дружбе, развивать умений сотрудничать, содействовать в развитии умений в формировании доброжелательных отношений в группе

- **Занятие 9.2ч**

Развитие представления детей об эмоциональных состояниях (радость, грусть); развитие способность выражать эмоциональное состояние с помощью мимики, позы, жестов, походки; развитие способность понимать эмоциональное состояние другого.

- **Занятие 10.2ч**

Развитие способность выражать свое внутреннее состояние через эмоции, понимать эмоциональное состояние другого.

- **Занятие 11.2ч**

Развитие представлений детей об эмоциональных состояниях (страх), возможность для актуализации своего страха.

- **Занятие 12.2ч**

Способствовать осознанию страха как нормального человеческого чувства, развитие умения выражать чувство страха в рисунке, возможность поработать с предметом своего страха.

- **Занятие 13.2ч**

Преодоление стереотипного восприятия агрессивных персонажей сказок, снижение степени страха через придание объектам страха нетипичных для них характеристик.

- **Занятие 14.2ч**

Развитие представления об эмоции «гнев», рефлексия своего агрессивного поведения, формирование доверия к окружающим.

- **Занятие 15.2ч**

- Развивать самоконтроля, знакомство со способами саморегуляции.

- **Диагностика итоговая .2ч**

Беседа «Расскажи о себе», Рисунок человека, Лесенка Щур (диагностика уровня самооценки)

Изучение уровня и характера оценки, сформированности образа «Я», степени осознания своих особенностей, выявление тревожности, агрессивности, изучение самооценки.

- **Итоговое занятие 17.2ч**

Закрепление полученных знаний об эмоциональных состояниях, развитие самоконтроля, положительного самовосприятия.

К ожидаемым результатам реализации программы можно отнести формирование следующих знаний и умений:

- уметь рассказывать о себе и своем социальном окружении;
- знать о существовании собственных индивидуальных особенностей и особенностей своих сверстников;
- понимать и описывать свои желания и чувства;
- выражать определённые эмоциональные состояния различными способами;
- устанавливать связь между эмоциональным состоянием и событием;
- контролировать свои эмоциональные реакции;
- умение соблюдать очередность в совместной деятельности
-

Тематическое планирование

№	Дата	Тема	Кол-во часов	Примечание
1,2		Диагностика	0.5	
3,4		«Это Я!» Это Я!	0.5	
5,6		Это Я! Какой Я?	0.5	
7,8		Мое имя	0.5	
9,10		Я - ученик	0.5	
11,12		Линия жизни	0.5	
13,14		Моя семья	0.5	
15,16		Мои друзья	0.5	
17,18		Что такое дружба	0.5	
		« Мои чувства »	0.5	
19,20		Мое настроение	0.5	
21,22		Мои эмоции	0.5	
23,24		Мои чувства: страх	0.5	
25,26		Мои страхи	0.5	
27,28		В гостях у Бабы Яги	0.5	
29,30		Мои чувства: гнев	0.5	
31,32		Учуь управлять собой	0.5	

33		Диагностика	0.5	
34		Итоговое занятие	0.5	
		Итого	17	

Литература

1. Пасечник Л.В. Помощь депрессивным детям: Учебно-методическое пособие. – М.: АРКТИ, 2012. – 80 с.
2. Михайлина М.Ю. Профилактика детской агрессивности: теоретические основы, диагностические методы, коррекционная работа. – Волгоград: Учитель, 2015. – 116 с.

Электронные ресурсы:

1. «Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>
2. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке, режим доступа: <http://www.psychology.ru/Library>
3. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: <http://www.proshkolu.ru>
4. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: <http://psy.1september.ru>