

Утверждена

13.03.2020г.приказ № 27

с изменениями

11.03.2021 г. № 55

**Рабочая программа**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Хочу вырасти счастливым»**  
**1 -4 класс**

## 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Хочу вырасти счастливым» Личностные результаты.

### **У обучающегося будут сформированы:**

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образа «хорошего ученика»;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к оценке своей учебной деятельности.

### **Обучающий получит возможность для формирования:**

- *внутренней позиции ученика на уровне положительного отношения к образовательной организации, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;*
- *выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;*
- *адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;*
  - *самостоятельно определять и высказывать самые простые, общие для всех людей правила поведения при совместной работе и сотрудничестве (этические нормы).*

## **Метапредметные результаты.**

### **Регулятивные УУД**

#### **Обучающийся научится:**

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

#### **Обучающийся получит возможность научиться:**

- *проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;*
- *самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;*
- *самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.*

### **Познавательных УУД**

#### **Обучающийся научится:**

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые);
- строить сообщения в устной и письменной форме;

- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков.

**Обучающийся получит возможность научиться:**

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;
- записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме.

**Коммуникативные УУД**

**Обучающийся научится:**

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

**Обучающийся получит возможность научиться:**

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь

## **2.Содержание курса внеурочной деятельности**

### **1 класс**

#### ***Раздел 1. Я – школьник***

Что такое психология и зачем она нужна человеку? Психология изучает чувства и мысли людей, чтобы научиться понимать себя и окружающих, уметь жить дружно, помогать друг другу.

Освоение школьного пространства: одноклассники, классный кабинет, размещение школьных помещений.

Я – школьник. Кто такие школьники? Чем занимаются школьники? Что интересно школьнику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы?

Мои школьные успехи. Что я могу делать «хорошо», чему я должен научиться. Что помогает мне учиться.

#### ***Раздел 2. Мои чувства***

Радость. Радость можно выразить мимикой. Мимика выражает наши мысли и чувства. Мимика помогает лучше понять собеседника.

Жесты. Передать радость другому человеку можно с помощью жестов. Мимика и жесты – наши первые помощники в общении.

Грусть. Для чего она нужна? Как прекратить грустить?

Страх. Какие бывают страхи? Как справиться со страхом?

Гнев. Гнев как выражение чувств: страх и обида часто вызывают гнев. Как справиться с гневом? Может ли гнев принести пользу?

Обида.

Разные чувства. Как можно выразить свои чувства?

**Подведение итогов**

## 2 класс

### **Раздел 1. Вспомним чувства**

Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы?

Актуализация знаний об эмоциональной сфере человека.

### **Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга).**

Что такое качества людей и какие они бывают? Какие качества окружающим нравятся, а какие – нет? Способность поставить себя на место другого помогает лучше понять друг друга. В каждом человеке есть «тёмные» и «светлые» качества. Самое важное качество.

Кто такой сердечный человек. Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

Люди отличаются друг от друга своими качествами. У каждого человека есть много разных положительных качеств. Как научиться находить положительные качества у себя? Как правильно оценить себя? Как распознать положительные качества у других людей?

Когда стараешься лучше понять другого человека, возникает чувство симпатии, сопереживания. А это важно при общении с окружающими.

Какие качества нужны для дружбы?

### **Раздел 3. Какой Я – какой Ты**

Мои качества. Как мы видим друг друга?

Школьные и домашние трудности. Как с ними справиться?

**Подведение итогов (4 часа).**

## 3 класс

### **Раздел 1. Я – фантазёр)**

Я – третьеклассник. Что интересно третьекласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы? Школа моей мечты - какая она?

Что такое фантазия и зачем она нужна человеку? Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром?

Мои сны: что в них правда, а что – фантазии?

Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии.

Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

### **Раздел 2. Я и моя школа**

Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя?

Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе?

Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив!

Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками»? Справиться с ними помогает формула: «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».

### **Раздел 3. Я и мои родители**

Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная.

Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям?

Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости».

Почему родители наказывают детей? Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.

#### ***Раздел 4. Я и мои друзья***

Каким должен быть настоящий друг. Умею ли я дружить и можно ли этому научиться?

Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся? Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере? Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры?

Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников?

#### ***Раздел 5. Что такое сотрудничество?***

Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений:

-из умения понять другого;

- из умения договориться;

- из умения уступить, если это нужно для дела;

--из умения правильно распределить роли в ходе работы.

Что значит понимать другого и как можно этому научиться?

Как научиться договариваться с людьми?

Что такое коллективная работа?

***Подведение итогов (4 часа).***

### **4 класс**

#### ***Раздел 1. Кто я? Мои силы, мои возможности***

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, Лениюшка...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.

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**

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. Каким бы я хотел стать в будущем?**

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: что для этого нужно?**

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?**

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?

## **Подведение итогов**

На занятиях предусматриваются следующие **виды внеурочной деятельности**: познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, игровая, трудовая деятельность, художественное творчество.

## **Тематическое планирование**

### **1 класс**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Форма деятельности</b>	<b>Количество часов</b>
<b>«Я – школьник» (12 часов)</b>			
<b>1</b>	Знакомство. Введение в мир психологии.		<b>1</b>
<b>2</b>	Как зовут ребят моего класса.	Практикум по осознанию позиции школьника.	<b>1</b>
<b>3</b>	Зачем мне нужно ходить в школу.	Практикум по	<b>1</b>

		осознанию позиции школьника.	
4	Мой класс.	Практикум по осознанию позиции школьника.	1
5	Диагностическое занятие.	Диагностика позиции «Я», самооценки. Изучение уровня школьной мотивации.	1
6	Какие ребята в моем классе.	Практикум по формированию дружеских отношений в классе.	1
7	Мои друзья в классе.	Диагностика межличностных отношений	1
8	Мои друзья в классе.	Диагностика межличностных отношений	1
9	Мои друзья в классе.	Практикум по развитию уверенности в себе и своих учебных возможностях.	1
10	Диагностическое занятие.	Практикум по развитию уверенности в себе и своих учебных возможностях.	1
11	Мои успехи в школе.	Практикум по развитию уверенности в себе и своих учебных возможностях.	1
12	Моя учебная сила.	Практикум по развитию уверенности в себе и своих учебных возможностях.	1
<b>Мои чувства» ( 17 часов)</b>			
1	Радость.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
2	Радость. Как ее доставить другому человеку.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
3	Что такое мимика.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
4	Жесты.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
5	Диагностическое занятие.	Диагностика эмоционально-волевой сферы	1
6	Радость можно передать прикосновением.	Практикум по распознаванию и описанию	1

		своих чувств и чувств других людей. Помощь в осознании относительности оценки чувств. Способствовать снижению уровню страхов, тревожности.	
7	Радость можно подарить взглядом.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
8	Грусть.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
9	Страх.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
10	Страх и его относительность.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
11	Радость.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
12	Радость.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
13	Радость. Как ее доставить другому человеку.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
14	Что такое мимика.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
15	Жесты.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
16	Диагностическое занятие.	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1
17	Диагностическое занятие	Практикум по распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей.	1



<b>Подведение итогов (4 часа)</b>			
<b>1</b>	Радость можно подарить взглядом.	Диагностика позиции «Я», самооценки. Изучение уровня школьной мотивации.	<b>1</b>
<b>2</b>	Грусть.	Диагностика эмоционально-волевой сферы.	<b>1</b>
<b>3</b>	Страх.	Диагностика межличностных отношений	<b>1</b>
<b>4</b>	Страх и его относительность.	Игра-конкурс (КВН) по изученному материалу.	<b>1</b>

**Тематическое планирование  
2 класс**

	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>	Форма деятельности
	<b>«Вспомним чувства».(5 часов)</b>		
1	Мы рады встрече. Я – второклассник.	1	Классный час
2	Понимаем чувства другого.	1	Диспут
3	Разные чувства.	1	Беседа
4	.Диагностическое занятие.	1	Тест
5	Люди отличаются друг от друга своими качествами.	1	Диалог
	<b>Чем люди отличаются друг от друга (14 часов)</b>		
1	Хорошие качества людей.	1	.Беседа о различных людях
2	.Самое важное хорошее качество.	1	Беседа о человеческих качествах.
3	Кто такой сердечный человек.	1	Диспут
4	Кто такой доброжелательный человек.	1	Диалог
5	Трудно ли быть доброжелательным человеком.	1	Урок- диспут
6	Я желаю добра.	1	Мини- проект
7	Очищаем свое сердце.	1	Круглый стол
8	Какие качества нам нравятся друг в друге.	1	Классный час
9	Диагностическое занятие.	1	Тест
10-11	Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.	2	Диспут
12-13	В каждом человеке есть светлые и темные качества.	2	Круглый стол
14	Диагностическое занятие.	1	Тест
	<b>Какой Я – какой Ты?»(11 часов)</b>		
1-2	.Какой я?	2	Игра -викторина
3-4	Какой ты?	2	Игра - виктоина
5-6	Копилка трудностей.	2	Диспут
7-8	.Школьные трудности.	2	Круглый стол
9-11	Домашние трудности.	3	Круглый стол
	<b>Подведение итогов (4 часа)</b>		

1	Диагностическое занятие.	1	Тест
2	.Диагностическое занятие.	1	Тест
3	Диагностическое занятие.	1	Тест.
4	Итоговое занятие.	1	Тест

### Тематическое планирование

#### 3 класс

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма деятельности
<b>«Я - фантазер».(8часов)</b>			
1.	Я - третьеклассник.	1	Классный час
2.	Диагностическое занятие.	1	Диспут
3.	Кто такие фантазеры.	1	Беседа
4.	Я умею фантазировать.	1	Тест
5.	Мои сны.	1	Диалог
6.	Я умею сочинять.	1	.Беседа о различных людях
7.	Мои мечты.	1	Беседа о человеческих качествах.
8.	Фантазии и ложь.	1	Диспут
<b>Я и моя школа(7 часов)</b>			
1	Я и моя школа.	1	Диалог
2	Что такое лень?	1	Урок- диспут
3-4.	Я и мой учитель.	2	Мини- проект
5-6.	Как справиться с «Немогучками».	2	Круглый стол
7	Диагностическое занятие.	1	Классный час
<b>Я и мои родители(5 часов)</b>			
1	Диагностическое занятие.	1	Тест
2-3	Мои родители.	2	Диспут
4	Я умею просить прощения.	1	Круглый стол
5	Почему родители наказывают детей?	1	Тест
<b>Я и мои друзья(5 часов)</b>			
22.	Умею ли я дружить?	1	Игра -викторина
23.	Трудности в отношениях с друзьями.	1	Игра - виктоина
24.	Ссора и драка.	1	Диспут
25.	Диагностическое занятие.	1	Круглый стол
26.	Что такое сотрудничество?	1	Круглый стол
<b>Что такое сотрудничество?(5часов)</b>			
27.	Я умею понимать другого.	1	Тест
28.	Я умею договариваться с людьми.	1	Тест
29.	Мы умеем действовать сообща.	1	Тест.
30.	Что такое коллективная работа?	1	Игра - викторина
31.	Диагностическое занятие.	1	Тест
<b>Подведение итогов (3 часа)</b>			
32.	Диагностическое занятие.	1	Тест
33.	Диагностическое занятие.	1	Тест
34.	Итоговое занятие.	1	Тест

### Тематическое планирование

#### 4 класс

<i>№ занятия</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Формы деятельности</i>
<b>Кто я? Мои силы, мои возможности(10 часов)</b>			
1.	Мое лето.	1	Классный час
2.	Диагностическое занятие.	1	Диспут
3.	Кто я?	1	Беседа
4.	Какой я – большой или маленький?	1	Тест
5.	Мои способности.	1	Диалог
6.	Мой выбор, мой путь.	1	.Беседа о различных людей
7.	Мой внутренний мир.	1	Беседа о человеческих качествах.
8.	Уникальность внутреннего мира.	1	Диспут
9.	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1	Диалог
10.	Что значит верить?	1	Урок- диспут
<b>Я расту, я изменяюсь (4 часа)</b>			
11-12.	Мое детство.	2	Мини- проект
13.	Я изменяюсь.	1	Круглый стол
14.	Диагностическое занятие.	1	Классный час
<b>Мое будущее.</b>			
<b>Каким бы я хотел стать в будущем(4 часа)</b>			
15-16.	Мое будущее.	2	Тест
17-18.	Хочу вырасти здоровым человеком.	2	Диспут
<b>Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?» (5 часов)</b>			
19.	Кто такой интеллигентный человек?	1	Круглый стол
20-21.	Хочу вырасти интеллигентным человеком.	2	Тест
22.	Что такое идеальное Я?	1	Игра -викторина
23.	Диагностическое занятие.	1	Игра - виктоина
<b>Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?» (7 часов)</b>			
24	Кто такой свободный человек?	1	Диспут
25.	Права и обязанности школьника.	1	Круглый стол
26.	Что такое «право на уважение»?	1	Круглый стол
27.	Права и обязанности.	1	Тест
28.	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.	1	Тест
29-30.	Как разрешать конфликты мирным путем?	2	Тест.
<b>Подведение итогов (4 часа)</b>			
31.	Диагностическое занятие.	1	Тест
32.	Диагностическое занятие.	1	Тест
33.	Диагностическое занятие.	1	Тест
34.	Итоговое занятие.	1	Тест