

Программа внеурочной деятельности «Лестница успеха» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего образования; - учебного плана ООО МБОУ «Кировская СШ»;

- основной образовательной программы ООО МБОУ «Кировская СШ».

Программа «Первые шаги в науку» составлена согласно учебному плану, утвержденному на 2025 – 2026 уч. год, концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. Рассчитана в течение года на 34 часа по 1 часу в неделю. Срок реализации программы – 4 года.

Программа внеурочной деятельности способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности обучающихся.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД). **1 класс Регулятивные УУД:**

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя

- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя
- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью учителя

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

2 класс Регулятивные УУД:

- учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и

одноклассников

- учиться прогнозировать последствия своих поступков
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации.
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото)
- делать выводы в результате совместной работы в группе
- учиться графически оформлять изучаемый материал
- моделировать различные ситуации
- усваивать разные способы запоминания информации

Коммуникативные УУД:

- учиться позитивно проявлять себя в общении
- учиться договариваться и приходить к общему решению
- учиться понимать эмоции и поступки других людей
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов

3 - 4 класс *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.

Содержание программы

1 класс

Содержание программы (33 часа) представлено двумя разделами:

- «Я школьник»;
- «Мои чувства».

Раздел 1. Я школьник (15 часов) Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила». **Раздел 2. Мои чувства (18 часов)** Радость Что такое мимика. Радость. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Страх. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства. Итоговое занятие.

2 класс

Содержание программы (35 часов) представлено тремя разделами:

- «Вспомним чувства»;
- «Чем люди отличаются друг от друга»;
- «Какой Я – какой Ты».

Раздел 1. Вспомним чувства. (6 часов) Мы рады встрече. Понимаем чувства другого. Мы испытываем разные чувства. Мы испытываем разные чувства (продолжение) **Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга? (18 часов)** Люди отличаются друг от друга своими качествами. Хорошие качества людей. Самое важное хорошее качество. Кто такой сердечный человек. Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком. «Я желаю добра ребятам в классе». Очищаем свое сердце. Какие качества нам нравятся друг в друге. Какими качествами мы похожи и чем отличаемся. Люди отличаются друг от друга своими качествами. В каждом человеке есть светлые и темные качества. **Раздел 3. Какой Я – какой Ты? (11 часов)** Какой Я? Какой Ты? Какой Ты? (продолжение). Трудности второклассника в школе, дома, на улице. Школьные трудности. Школьные трудности (продолжение). Домашние трудности. Домашние трудности (продолжение). Итоговое занятие.

3 класс

Содержание программы (35 часов) представлено пятью разделами:

- «Я - фантазер»;
- «Я и моя школа»;
- «Я и мои родители»;
- «Я и мои друзья»;
- «Что такое сотрудничество».

Раздел 1. Я – фантазер (9 часов) Я-третьеклассник. Кого можно назвать фантазером? Я умею фантазировать! Мои сны. Я умею сочинять! Мои мечты. Фантазии и ложь **Раздел 2. Я и моя школа (6 часов)** Я и моя школа. Что такое лень? Я и мой учитель. Я и мой учитель (продолжение). Как справляться с «Немогучками». 6

Раздел 3. Я и мои родители (4 часов) Я и мои родители. Я умею просить прощения. Почему родители наказывают детей? **Раздел 4. Я и мои друзья (7 часов)** Настоящий друг. Умею ли я дружить? Трудности в отношении с друзьями. Ссора и драка. **Раздел 5. Что такое сотрудничество? (9 часов)** Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого. Я умею договариваться с людьми. Мы умеем действовать сообща. Что такое коллективная работа? Итоговое занятие.
4 класс

Содержание программы (35 часа) представлено шестью разделами:

- «Кто Я? Мои силы, мои возможности»;
- «Я расту, я изменяюсь»;
- «Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?»
- «Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно?»
- «Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?»
- Заключение. Итоговое занятие.

Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (13 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, 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. 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 часа)** 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? (4 часа)** 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? (9 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? **Раздел 6. Заключение. Итоговое занятие (2 часа)**

Тематическое планирование 1 класс (1 час в неделю, всего 33 часа)

№	Тема, раздел, модуль	Кол-во часов
Раздел 1. Я - школьник (15 часов)		
1	Тема «Знакомство. Введение в мир психологии»	1
2	Тема «Как зовут ребят моего класса»	1
3-4	Тема «Зачем мне нужно ходить в школу»	2
5	Тема «Я в школе»	1
6-7	Тема «Мой класс»	2
8-9	Тема «Какие ребята в моем классе»	2
10-12	Тема «Мои друзья в классе»	3
13-14	Тема «Мои успехи в школе»	2
15	Тема «Моя «учебная сила»»	1
Раздел 2. Мои чувства (18 часов)		
16	Тема «Радость. Что такое мимика»	1
17	Тема «Радость. Как ее доставить другому человеку»	1
18	Тема «Жесты»	1
19-20	Тема «Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом»	2
21	Тема «Грусть»	1
22	Тема «Страх»	1
23	Тема «Страх. Его относительность»	1
24	Тема «Как справиться со страхом»	1
25	Тема «Страх и как его преодолеть»	1
26-27	Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит»	2
28-29	Тема «Может ли гнев принести пользу»	2
30	Тема «Обида»	1
31-32	Тема «Разные чувства»	2
33	Тема «Итоговое занятие»	1
Итого		33 ч

Тематическое планирование 2 класс (1 час в неделю, всего 35 часов)

№	Тема, раздел, модуль	Кол-во часов
Раздел 1. Вспомним чувства (6 часов)		
1	Тема «Мы рады встрече»	1
2-3	Тема «Понимаем чувства другого»	2
4-5-6	Тема «Мы испытываем разные чувства»	3
Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (18 часов)		
7-8	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»	2
9-10	Тема «Хорошие качества людей»	2
11-12	Тема «Самое важное хорошее качество»	2
13	Тема «Кто такой сердечный человек»	1
14	Тема «Кто такой доброжелательный человек»	1
15	Тема «Трудно ли быть доброжелательным человеком»	1
16-17	Тема «Я желаю добра ребятам в классе»	2
18	Тема «Очищаем свое сердце»	1
19-20	Тема «Какие качества нам нравятся друг в друге»	2
21-22	Тема «Какими качествами мы похожи и чем отличаемся»	2
23	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»	1
24	Тема «В каждом человеке есть светлые и темные качества»	1
Раздел 3. Какой Я – Какой Ты? (11 часов)		
25-26	Тема «Какой Я?»	2
27-28	Тема «Какой Ты?»	2
29-30	Тема «Трудности второклассника в школе, дома, на улице»	2
31-32	Тема «Школьные трудности»	2
33-34	Тема «Домашние трудности»	2
Итого		34 ч

Тематическое планирование 3 класс (1 час в неделю, всего 35 часов)

№	Тема, раздел, модуль	Кол-во часов
Раздел 1. Я - фантазер (9 часов)		
1	Тема «Я - третьеклассник»	1
2	Тема «Кого можно назвать фантазером?»	1
3-4	Тема «Я умею фантазировать!»	2
5	Тема «Мои сны»	1
6	Тема «Я умею сочинять»	1
7	Тема «Мои мечты»	1
8-9	Тема «Фантазии и ложь»	2
Раздел 2. Я и моя школа (6 часов)		
10-11	Тема «Я и моя школа»	2
12	Тема «Что такое лень?»	1
13-14	Тема «Я и мой учитель»	2
15	Тема «Как справиться с «Немогучками»»	1
Раздел 3. Я и мои родители (4 часа)		
16	Тема «Я и мои родители»	1
17	Тема «Я умею просить прощение!»	1
18-19	Тема «Почему родители наказывают своих детей?»	2
Раздел 4. Я и мои друзья (7 часов)		
20-21	Тема «Настоящий друг»	2
22-23	Тема «Умею ли я дружить?»	2
24	Тема «Трудности в отношениях с друзьями»	1
25-26	Тема «Ссора и драка»	2
Раздел 4. Что такое сотрудничество (9 часов)		
27-28	Тема «Что такое сотрудничество»	2
29-30	Тема «Я умею понимать другого»	2
31	Тема «Я умею договариваться с другими»	1
32	Тема «Мы умеем действовать сообща»	1
33-34	Тема «Что такое коллективная работа»	2
Итого		34 ч

Тематическое планирование 4 класс (1 час в неделю, всего 35 часов)

Тема, раздел, модуль	Кол-во часов
Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (13 часов)	
1	Тема «Мое лето» 1
2-3	Тема «Кто Я?» 2
4-5	Тема «Какой Я – большой или маленький?» 2
6	Тема «Мои способности» 1
7	Тема «Мой выбор, мой путь» 1
8-9	Тема «Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?» 2
10	Тема «Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира» 1
11	Тема «Кого я могу впустить в свой внутренний мир?» 1
12-13	Тема «Что значит верить?» 2
Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (4 часа)	
14-15	Тема «Мое детство» 2
16-17	Тема «Я изменяюсь» 2
Раздел 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)	
18-19	Тема «Мое будущее» 2
20-21	Тема «Хочу вырасти здоровым человеком» 2
Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)	
22	Тема «Кто такой интеллигентный человек» 1
23	Тема «Хочу вырасти интеллигентным человеком» 1
24	Тема «Что такое идеальное Я» 1
Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (9 часов)	
25	Тема «Кто такой свободный человек?» 1
26-27	Тема «Права и обязанности школьника» 2
28	Тема «Что такое «право на уважение?»» 1
29	Тема «Права и обязанности» 1
30-31	Тема «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам» 2
32-33	Тема «Как разрешать конфликты мирным путем?» 2
Раздел 6. Заключение (2 час)	
34	Тема «Итоговое занятие» 1
Итого	34 ч