

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Кировской области
Управление образования Оричевского района
МОКУ СОШ п. Торфяной



УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Исупова Е.В.
Приказ №101-ОД от «04»
09 2023 г.

**Программа внеурочной деятельности
«Психологическая азбука»**

**Направление внеурочной деятельности –
социальное**

Возраст детей – 2 класс
Срок реализации программы – 1 год

Руководитель и
автор-составитель программы
Кокарева Татьяна Николаевна,
педагог-психолог
высшей квалификационной категории

п. Торфяной
2023

**Программа кружка
«Психологическая азбука»
(2 ступень обучения)**

Пояснительная записка

Начало обучения в школе – один из наиболее значимых моментов в жизни человека. И если начало ее у всех одинаковое, то дальше пути расходятся. Кому-то удастся встать на путь успеха, которому будут сопутствовать радость, приобретение уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое. А кому-то будет трудно учиться, и тогда неизменными спутниками станут страх и обида, за ними последует чувство собственной неполноценности, ущербности, нежелание учиться.

Как помочь ребенку найти правильную дорогу в школе? Обычно взрослые сосредотачивают свои усилия только на тренировке детей в различных учебных умениях. Забывают, что ребенок в школе не только читает, пишет и считает, но чувствует, переживает, размышляет, оценивает себя, друзей, взрослых. И помогать ему надо, прежде всего в понимании самого себя и своего места в школьной жизни, во взаимодействии с ребятами и учителем. Помогать в поиске своих ресурсов, утверждении веры в себя и свои возможности, устремлении к преодолению школьных трудностей. И тогда ребенок в школе будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный путь будет непременно успешным и радостным.

Цель программы – помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

Задачи программы

- научить учащихся способам взаимодействия со сверстниками, родителями и учителями,
- помогать учащимся в поиске своих ресурсов, утверждении веры в себя и свои возможности, устремлении к преодолению школьных трудностей,
- содействовать развитию рефлексии учащихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний,
- изучить уровень развития интеллектуальной сферы учащихся и способствовать её развитию.

Прогнозируемые результаты применения программы направлены:

- на введение детей в предметную область психологии,
- на формирование определенных качеств личности (по крайней мере — возможность формирования), которые нельзя развить, передавая в готовой форме знания и умения: инициативность, гибкость, уверенность, свобода мышления и суждений, непохожесть на других и многое другое.
- на формирование межличностных отношений, предполагающих терпимость, уважение к мнению другого, готовность посмотреть на ситуацию глазами другого человека.

• **Метапредметные:**

Регулятивные:

- адекватно оценивать деятельность, анализировать собственное поведение и поступки окружающих людей
- проверять эффективность выбранных путей: действиями, опытом чувств или прошлых аналогичных ситуаций, ошибаясь и исправляя ошибки
- учиться предвидеть конечный результат
- делать выводы относительно своих возможностей, анализировать свои сильные и слабые стороны
- находить средства для использования новых знаний о себе в реальной жизни и учёбе

Познавательные:

- находить ответы на вопросы, используя книгу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке, тренинге
- перерабатывать информацию для получения необходимого результата
- подбирать моральные качества личности на основе парности этих качеств
- делать выводы в результате совместной работы пары, группы, класса

Коммуникативные:

- уважительно относиться к себе и окружающим, проявлять терпимость к мнению собеседника, уметь пойти на компромисс в нужной ситуации
- научиться владеть собой, уметь анализировать общение в различных жизненных ситуациях (со сверстниками, педагогами, родителями) с ориентацией на ненасильственную модель поведения
- развивать умение слушать и вступать в диалог
- не бояться сделать ошибку, совершить глупость и быть осмеянными
- умение выделить проблему и участвовать в коллективном обсуждении проблемы
- развивать творческие способности и выражать их в процессе коммуникативной деятельности

• Личностные:

- сопереживать (т.е. принимать позицию партнёра по общению и полноценно проживать, прочувствовать его эмоциональное состояние), т.е. ориентироваться в межличностных отношениях
- обогащать личностное развитие через самовыражение и творчество
- формировать рефлексивную адекватную самооценку
- формировать адекватную школьную мотивацию: зачем учусь

Программа разработана для учащихся 2 класса.

Численность детей в группе – 10-12 человек (не более 15 человек).

Курс рассчитан на 30 часов.

Расписание занятий: среда: 11⁵⁵-12⁴⁰

**Календарно-тематический план
2 класс**

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов			Предполагаемая дата проведения
			Практика	Теория	
1	Блок 1. Введение.	1	0,5	0,5	04.10.23
2	Королевство внутреннего мира	1	0,5	0,5	11.10.23
3-4	Сказка о волшебных зеркалах	2	1	1	18.10.23 25.10.23
5-6	Что я знаю о себе	2	1	1	08.11.23 15.11.23
7	Что я знаю о себе и других	1		1	22.11.23
8-9	Я – это кто?	2	1	1	29.11.23 06.12.23
10-11	Какой Я – Какой Ты?	2	1	1	13.12.23 20.12.23
12	Мы испытываем разные чувства	1	1		27.12.23
13	Чем люди отличаются друг от друга?	1	1		10.01.24
14	Хорошие качества людей	1		1	17.01.24
15	В каждом человеке есть светлые и темные качества	1	1		24.01.24
16	Какие качества нам нравятся друг в друге	1	1		31.01.24

17-18	Школьные трудности	2	1	1	07.02.24 14.02.24
19-20	Домашние трудности	2	1	1	21.02.24 28.02.24
	<i>Блок 2. Развитие познавательных процессов</i>				
21	Что я знаю о внимании?	1		1	06.03.24
22	Как развивать свое внимание?	1		1	13.03.24
23	Учимся быть внимательными	1	1		27.03.24
24	Что я знаю о памяти?	1		1	03.04.24
25	Какая у меня память?	1	1		10.04.24
26	Как лучше запоминать?	1	1		17.04.24
27	Что я знаю о мышлении?	1		1	24.04.24
28	Как развивать свой ум?	1	1		08.05.24
29	Учимся думать логично	1	1		15.05.24
30	Подведение итогов	1	1		22.05.24
	Итого	30	17	13	

Структура программы:

Первый блок программы является подготовительным и начинается со знакомства с детьми, создания благоприятных условий для работы, установления позитивного эмоционального контакта (в этом блоке содержатся упражнения на снятие напряжения, на сплочение группы, на повышение уровня психической активности и работоспособности).

При проведении занятий этого блока я опираюсь на методические рекомендации И.Вачкова (Вачков И. Психологическая азбука); Хухлаевой О.В. (Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4 классы)). Цель этого блока: помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

Второй блок программы «Развитие познавательных процессов» делится на 3 части:

1. Развитие внимания (3 занятия)
2. Развитие памяти (3 занятия)
3. Развитие мышления и речи (4 занятия)

Занятия этого блока были составлены на основе программ, представленных в списке литературы.

Алгоритм занятия:

1. Вводная часть *или* Разминка (включает в себя ритуал приветствия)
2. Основная часть – Коррекционно-развивающий блок
3. Двигательная разминка
4. Развитие творческих способностей
5. Заключительная часть (включает подведение итогов занятия и ритуал прощания)

Содержание программы

Блок 1. Введение. (Игры и упражнения: «Знакомство», «Имя оживает», «Ласковое имя», «Рисунок имени»)

➤ Королевство внутреннего мира. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Мое имя», «Имя начинается с буквы...». Работа со «Сказкой о волшебных зеркалах».

➤ Сказка о волшебных зеркалах. Игры и упражнения: «Необычное приветствие», «Ролевая гимнастика», «Закончи предложение». Работа со сказкой - задание «Отражение в волшебных зеркалах».

➤ Что я знаю о себе. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Соревнования знатоков», «Мои плюсы и минусы», «Мое отражение в волшебных зеркалах». Проведение диагностики «Лесенка характера».

➤ Что я знаю о себе и других. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Как расселить людей в доме», «Мы», «Самый-самый», «Три дома», «Спасибо, что помог», «Заяц-Хваста». Работа со сказкой «Гномик Вася»

➤ Я – это кто? Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Кто умеет хорошо...», «Это Я. Это мое», «Тропинка к сердцу», «Рассказ о своем Я». Работа со сказкой «О котёнке или Чего мне волноваться».

➤ Какой Я– Какой Ты. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Закончи предложение», «Психологическая разгадка», «Мне помогли». Работа со «Сказкой про дружбу», «Котенок Маша».

➤ Мы испытываем разные чувства. Игры и упражнения: «Котенок», «Врунишка», «От улыбки станет всем светлей», «Угадай эмоции», «Азбука настроений», «Дневник моих эмоций», «Этюды», «Ёлочка с качествами». Работа со сказкой «Пятерка и доброе сердце»

➤ Чем люди отличаются друг от друга. Игры и упражнения: «Качества», «В чем твоя сила», «Сердце класса», «Чьи качества», Работа со сказкой «Я не такой как все».

➤ Хорошие качества людей. Игры и упражнения: «Какие качества задуманы», «Я знаю пять хороших качеств», «Отзывчивость», «Качество в подарок». Работа со сказкой «Хвостатик».

➤ В каждом человеке есть светлые и темные качества. Игры и упражнения: «Психологические загадки», «Ладошка». Работа со сказкой «Перчатка».

➤ Какие качества нам нравятся друг в друге. Игры и упражнения: «Угадайка», «Снежная королева». Работа со сказкой «Кузя».

➤ Школьные трудности. Игры и упражнения: «Крылатые качели», Копилка трудностей». Рисунок на тему «Школа зверей». Работа со сказкой «В одном лесу жила-была...»

➤ Домашние трудности. Игры и упражнения: «Разные ладошки», «Изобрази ситуацию». Работа со сказкой «О муравьишке».

Блок 2. Развитие познавательных процессов и творческих способностей

➤ Что такое внимание? Виды и свойства внимания. Проведение диагностики внимания. Игры и упражнения: «Шерлок Холмс», «Большая семья», «Обезьянки» «Самый внимательный», «Кто больше увидит и запомнит», «Ухо-горло-нос».

➤ Что я знаю о внимании? Виды и свойства внимания. Увеличение уровня распределения внимания. Игры и упражнения: «Обратный счет», «Окна», «Путаница», «Дорисуй», «Найди отличия», «Слушай и исполняй».

➤ Как развивать внимание. Усиление концентрации и устойчивости внимания. Игры и упражнения: «Летит - не летит», «Послушай, что за окном», «Запретное слово», «Передай предмет по кругу», «Птичка», «Тропинка».

➤ Учимся быть внимательными. Тренировка переключения внимания. Игры и упражнения: «Утренняя гимнастика», «Животные», «Параллельный счет предметов», «Четыре стихии», «Не пропусти профессию», «Рыба, птица, зверь, ...».

➤ Что такое память? Игры и упражнения: «Фотограф», «Путь домой», «Кого не стало?», «Карлики-великаны», «Посмотри и запомни». Работа со «Сказкой о видах памяти»

➤ Какая у меня память? Проведение диагностики памяти. Игры и упражнения: «Хозяйка», «Штирлиц», «Дождик», «Детская площадка», «Ритм», «Слуховой диктант», «На что похожа память?».

➤ Как лучше запоминать. Развитие словесно-логической памяти. Игры и упражнения: «Мои воспоминания», «Парочки», «Снегирь», «Шпионы-разведчики».

➤ Сказка о профессоре Мышлении. Работа со сказкой.

➤ Как развивать свой ум? Развитие мышления и речи. Развитие наглядно – образного мышления. Игры и упражнения: «Конкурс знающих и находчивых» «Назови сходства и различия», «Какая картинка лишняя?», «Группы», «Чего не хватает на рисунках?», «Логический поезд», «Цветные круги».

➤ Учимся думать логично. Развитие словесно-логического мышления. Игры и упражнения: «Рифмы», «Сказка», «Наоборот», «Одним словом», «А ну-ка отгадай», «Что на картинке?», «Вопрошайка».

➤ Подведение итогов. Игры и упражнения: «Загадки», «Добавлялки», «Скороговорки», «Тайна под покрывалом». Диагностика «Оцени свои умения».

Методическое обеспечение

Формы занятий с учащимися: игры, сказки (игровые и, обязательно, двигательные упражнения). Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления.

Психологическое обеспечение – тесты (в соответствии с возрастом), направленные на изучение познавательных процессов и творческих способностей учащихся (изучаем уровень развития на начало года) и на выявление динамики развития ученика (как изменился уровень развития за год).

Виды деятельности:

- игровая деятельность,
- познавательная деятельность,
- социальное творчество.

Занятия рекомендованы как детям с низким уровнем развития познавательных процессов и творческих способностей, так и всем детям данного возраста в качестве сопровождения развития и профилактики.

Для проведения занятий необходимо: просторное помещение со столами, стульями и ковром; цветная бумага и альбомные листы, клей, кисточки, ножницы, пластилин, акварель (гуашь), цветные карандаши, восковые мелки и фломастеры.

Список литературы для педагога:

1. Аржакаева Т. Психологическая азбука. Второй класс // Школьный психолог, 2000 – 2002 гг.
2. Бармашова Е. Программа занятий по развитию внимания «Игровая мозаика» // Школьный психолог, 2005г., № 1.
3. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. – Ярославль: «Академия развития», 1992.
4. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. Под ред. И.В. Дубровиной.- М., 1998
5. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4 классы).- М.: Генезис, 2008. – 344 с.