

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кировской области

Муниципальное образование Оричевский муниципальный район

МОКУ СОШ п. Торфяной

УТВЕРЖДЕНО



Директор МОКУ СОШ п. Торфяной

Исупова

Исупова Е.В.

Приказ №95-ОД от 26.08.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Психологическая азбука»

**Направление внеурочной деятельности –
социальное**

Возраст детей – 1 класс
Срок реализации программы – 1 год

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

п. Торфяной
2024

**Программа кружка
«Психологическая азбука»
(1 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 неперенными спутниками станут страх и обида, за ними последует чувство собственной неполноценности, ущербности, нежелание учиться.

Как помочь ребенку найти правильную дорогу в школе? Обычно взрослые сосредоточивают 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.

Средствами занятий внеурочной деятельности реализуется Рабочая программа воспитания школы.

Цель воспитания обучающихся в образовательной организации:

- развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;
- формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи воспитания обучающихся в образовательной организации:

1. Усвоение обучающимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально- значимых знаний).
2. Формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие).
3. Приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям

социокультурного опыта поведения, общения, межличностных социальных отношений, применения полученных знаний.

4. Достижение личностных результатов освоения общеобразовательных программ в соответствии с ФГОС.

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 1 класса.

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

Курс рассчитан на 29 часов.

Расписание занятий: *понедельник, 13⁴⁰ – 14²⁰*

**Календарно-тематический план
1 класс**

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов			Предполагаемая дата проведения
			Практика	Теория	
1	Блок 1. <i>Введение. Знакомство.</i>	1		1	16.09.24
2	Ребята моего класса	1	1		23.09.24
3	Зачем нужно ходить в школу	1	1		30.09.24
4	Мой класс	1	1		07.10.24
5	Какие ребята в моем классе	1	1		14.10.24
6	Мои друзья в классе	1	1		21.10.24
7	Мои успехи	1	1		11.11.24
8	Моя «учебная сила»	1	1		18.11.24
9	Мои чувства. Грусть	1	1		25.11.24
10-11	Мои чувства. Радость.	2	1	1	02.12.24 09.12.24
12-13	Страх. Как справиться со страхом	2	1	1	16.12.24 23.12.24
14	Обида.	1	0,5	0,5	13.01.25
15	Разные чувства.	1	0,5	0,5	20.01.25
	Блок 2. <i>Развитие познавательных процессов и творческих способностей</i>				
16	Что такое внимание?	1		1	27.01.25
17	Как развивать свое внимание?	1		1	03.02.25
18	Учимся быть внимательными	1	1		17.02.25
19	Что такое память?	1		1	03.03.25
20	Какая бывает память?	1		1	24.03.25
21	Какая у меня память?	1	1		31.03.25
22	Как лучше запоминать?	1	1		07.04.25
23	Сказка о профессоре мышлении	1		1	14.04.25
24	Как развивать свой ум?	1		1	21.04.25
25-26	Учимся думать логично	2	2		28.04.25 05.05.25
27-28	Учимся думать творчески	2	2		12.05.25 19.05.25
29	Подведение итогов	1	1		26.05.25
	Итого	29	19	10	

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 Вачкова И. (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 (4 занятия)
3. Развитие мышления и речи (6 занятий)

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

➤ Ребята моего класса. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Мое имя», «Имя начинается с буквы...», «Имя соседа», «Я – солнышко». Работа со сказкой «Создание лесной школы».

➤ Зачем нужно ходить в школу. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Закончи предложение», «Что важнее?». Работа со сказкой «Урок в лесной школе».

➤ Мой класс. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Сколько в нашем классе...», «Какого цвета?», «Буратино хочет к нам в школу», «Буратино хочет к нам в гости». Работа со сказкой «Лесная школа».

➤ Какие ребята в моем классе. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Сколько в моем классе...», «Закончи предложение», «Мы», «Вспомним хорошие поступки», «Мы любим». Работа со сказкой «Кто самый лучший?».

➤ Мои друзья в классе. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Кто умеет хорошо...», «Закончи предложения», «Тропинка к сердцу», «Портрет моего друга»; «Изобрази предмет», «Буквы на спине», «Спасибо, что помог», «Ниточки тепла»; Закончи предложение, «Как можно помириться», «Да», «У кого самое лучшее зрение». Работа со сказками «Игры в школе», «Зайчик -первоклассник».

➤ Мои успехи. Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Закончи предложение», «Буратино забыл слова», «Мне помогли», «Считалка». Работа со сказкой «Когда молочные зубы сменились постоянными».

➤ Моя «учебная сила». Игры и упражнения: «Ролевая гимнастика», «Я тоже», «Встаньте, у кого есть», «Главная сила». Работа со сказкой «Козленок Хрюпигав».

➤ Мои чувства. Грусть. Игры и упражнения: «Закончи предложение», «Покажи профессию», «Грустные ситуации». Работа со сказкой «Сказка про котенка Ваську».

➤ Мои чувства. Радость. Игры и упражнения: «Закончи предложение», «Зайчик рассмеялся – зайчик испугался», «Зоопарк», «Угадай, где я иду», «Объясни задание», «Рисунок радости». Работа со сказкой «Снежинка».

➤ Страх. Как справиться со страхом. Игры и упражнения: «Дотроньтесь до...», «Покажи страшилку», «Закончи предложение», «Придумай веселый конец». Работа со сказками «Темноландия», «Мы просто очень боялись за вас».

➤ Обида. Игры и упражнения: «Массаж чувствами», «Пусть всегда будет», «Напрасная обида». Работа со сказкой «Обида».

➤ Разные чувства. Игры и упражнения: «Попугай», «Шурум-бурум», «Море волнуется», «Закончи предложение». Работа со сказкой «Сказочная поляна».

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».
- Как развивать внимание. Усиление концентрации и устойчивости внимания. Игры и упражнения: «Летит - не летит», «Послушай, что за окном», «Запретное слово», «Передай предмет по кругу», «Обратный счет», «Птичка», «Тропинка» «Найди отличия», «Слушай и исполняй». Работа с презентацией.
- Учимся быть внимательными. Тренировка переключения внимания. Игры и упражнения: «Утренняя гимнастика», «Животные», «Найди всех», «Параллельный счет предметов», «Четыре стихии», «Не пропусти профессию», «Рыба, птица, зверь, ...». Работа с презентацией.
- Что такое память? Игры и упражнения: «Бусы», «Путь домой», «Кого не стало?», «Карлики-великаны», «Посмотри и запомни». Работа с презентацией.
- Какая у меня память? Проведение диагностики памяти. Игры и упражнения: «Хозяйка», «Ушастики», «Дождик», «Детская площадка», «Чей голосок?», «Ритм», «Слуховой диктант». Работа с презентацией.
- Как лучше запоминать. Развитие словесно-логической памяти. Игры и упражнения: «Варим суп», «Парочки», «Снегирь», «Шпионы-разведчики». Работа с презентацией.
- Сказка о профессоре Мышлении. Работа со сказкой.
- Как развивать свой ум? Развитие мышления и речи. Развитие наглядно-образного мышления. Игры и упражнения: «Зайчик», «Какая картинка лишняя?», «Группы», «Чего не хватает на рисунках?», «Логический поезд», «Цветные круги». Работа с презентацией.
- Учимся думать логично. Развитие словесно-логического мышления. Игры и упражнения: «Рифмы», «Сказка», «Наоборот», «Одним словом», «А ну-ка отгадай», «Что на картинке?». Работа с презентацией.
- Учимся думать творчески. Развитие мышления и речи. Игры и упражнения: «Подбор слов», «Лишние слова», «Загадки», «Добавлялки», «Скороговорки», «Составь загадку», «Тайна под покрывалом». Работа с презентацией.
- Подведение итогов. Отработка приемов и навыков развития фантазии. Игры и упражнения: «Что отсюда видно?», «Сочинение сказок», «Неизвестное животное», «Найди предметы, похожие на...(круг, квадрат, треугольник и т.д.)», «Фантастический рисунок».

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. Для блока 2: проектор, доска, компьютер.

Список литературы для педагога:

1. Аржакаева Т., Вачков И. Психологическая азбука для первоклашек // Школьный психолог, 1998 – 2000 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. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4 классы).- М.: Генезис, 2008. – 344 с.
5. Цукерман Г.А., Поливанова Н.А. Введение в школьную жизнь: Программа адаптации детей к школьной жизни. М.: Московский центр качества образования, 2010. -120 с.