

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 – 3 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»
(3 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 3 класса.

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

Курс рассчитан на 33 часа.

Расписание занятий: среда, 14²⁵-15⁰⁵

Календарно-тематический план
3 класс

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов			Предполагаемая дата проведения
			Практика	Теория	
1	Блок 1. Введение.	1		1	18.09.24
2-3	Я и моя школа	2	1	1	25.09.24 02.10.24
4-5	Что такое лень?	2	1	1	09.10.24 16.10.24
6-7	Я и мой учитель	2	1	1	23.10.24 06.11.24
8-9	Как справляться с «Немогучками»	2	1	1	13.11.24 20.11.24
10	Я и мои родители	1	1		27.11.24
11	Я умею просить прощения	1	1		04.12.24
12	Почему родители наказывают детей?	1	1		11.12.24
13	Я и мои друзья	1	1		18.12.24
14	Настоящий друг	1	1		25.12.24
15	Умею ли я дружить?	1	1		15.01.25
16	Трудности в отношениях с друзьями	1	1		22.01.25
17	Ссора и драка	1	1		29.01.25
18-19	Что такое сотрудничество?	2	1	1	05.02.25 12.02.25
20	Я умею понимать другого	1	1		19.02.25
21	Я умею договариваться с людьми	1		1	26.02.25
22-23	Мы умеем действовать сообща	2	1	1	05.03.25 12.03.25
	Блок 2. Развитие познавательных процессов				
24	Что я знаю о внимании?	1	1		26.03.25
25	Как развивать свое внимание?	1		1	02.04.25
26	Учимся быть внимательными	1	1		09.04.25
27	Что я знаю о памяти?	1	1		16.04.25
28	Какая у меня память?	1	1		23.04.25
29	Как лучше запоминать?	1		1	30.04.25
30	Что я знаю о мышлении?	1		1	07.05.25
31	Как развивать свой ум?	1	1		14.05.25
32	Учимся думать	1	1		21.05.25
33	Подведение итогов	1	1		28.05.25
	Итого	33	22	11	

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 (3 занятия)
3. Развитие мышления и речи (3 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»)

➤ Я и моя школа. Игры и упражнения: «Родители, учителя и ученики», «Что делает ученик?», «Школа на планете наоборот».

➤ Что такое лень? Игры и упражнения: «Родитель, учитель, ученик», «Что делает учитель?», «Существо по имени Лень». Работа со сказками «О ленивой звездочке», «Как подружились Хочу и Надо».

➤ Я и мой учитель. Игры и упражнения: «Родительское собрание», «Что я чувствую в школе», «Я – тетрадь». Работа со сказками «Про лень-озеро», «Шустрик и Обжорик».

➤ Как справляться с «Немогучками»? Игры и упражнения: «В маске», «Кто такие «Немогучки»?». Работа со сказками «Про учёбу и Мишку Удочкина», «Медвежонок и Старый Гриб».

➤ Я и мои родители. Игры и упражнения: «В маске», «Сонное дыхание», «Сказочные герои». Рисунок на тему «Моя семья/ Семья в образе сказочных героев».

➤ Я умею просить прощения. Игры и упражнения: «Чувства», «Маски». Работа со сказкой «Принц Эдгар».

➤ Почему родители наказывают детей? Игры и упражнения: «Занятия мамы», «Я сделал дело хорошо». Работа со сказкой «Простить маму».

➤ Я и мои друзья. Игры и упражнения: «Кто сказал «спасибо»?», «Кто есть кто?», «Качества настоящего друга».

➤ Настоящий друг. Игры и упражнения: «Кто сказал «прости»?», «Чувства и ассоциации». Работа со сказкой «Почему снег белый?».

➤ Умею ли я дружить? Игры и упражнения: «Одинаковые скульптуры», «Нужно ли уметь дружить?». Работа со сказкой «Про маленькую Бабу Ягу».

➤ Трудности в отношениях с друзьями. Игры и упражнения: «Чувства и ассоциации», «Алёшины трудности». Работа со сказкой «О Спиногрызкине».

➤ Ссора и драка. Игры и упражнения: «Изобрази ситуацию», «Какие чувства возникают во время ссоры и драки?», «Чувства и ассоциации», «Как правильно мириться?». Работа со сказкой «О путнике и его беде».

➤ Что такое сотрудничество? Игры и упражнения: «Я сегодня обрадовался встрече с...», «Спасибо тебе за...», «Что такое сотрудничество?». Работа со сказкой «Добрая память». Коллаж «Мой внутренний дом».

➤ Я умею понимать другого. Игры и упражнения: «Передай чувство», «Извини меня...», «Что значит понимать другого?». Работа со сказкой «Путевые заметки Оле-Лукойле».

➤ Я умею договариваться с людьми. Игры и упражнения: «Передай чувство», «Я умею договариваться», «Собери картинку». Работа со сказкой «Чтобы тебя любили».

➤ Мы умеем действовать сообща. Игры и упражнения: «Передай чувство», «Что лишнее?», «Собери картинку», «Найди себе пару», «Мы вместе». Рисунок «Мой класс». «Что мы хотим пожелать друг другу?», «Коллективный плакат».

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».

➤ Что я знаю о мышлении? Работа с презентацией.

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

➤ Подведение итогов. Игры и упражнения: «Добавлялки», «Составь загадку». Диагностика «Оцени свои умения».

Методическое обеспечение

Формы занятий с учащимися: игры (в том числе социально-моделирующие 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. Третий класс // Школьный психолог, 2001 – 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.