

## **Рабочая программа по внеурочной деятельности**

### **для учащихся начальной школы «Психологическая азбука»**

#### **Пояснительная записка**

Актуальность: Современная система образования ставит приоритетную задачу полноценного развития ребенка, которую возможно решить только при наличии у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях и правилах грамотного взаимодействия с социумом.

Школьные годы являются сенситивным периодом для приобщения человека к психологической культуре. В современной парадигме образования акцент сделан на социализацию подрастающего поколения, но социализация как процесс освоения социально-культурного опыта и формирования социальной компетентности будет продуктивным и полноценным только в особом культурно-образовательном пространстве, способствующему психологическому здоровью личности. Ибо только здоровая личность способна проявлять познавательную активность и адекватно реагировать на изменения в нашем быстроменяющемся мире.

Новизна. В связи с вышесказанным, считается целесообразным психолого-педагогическое сопровождение ФГОС, основанное на практике психологического просвещения и возможно даже обучения с 1 класса школы.

#### **Нормативные документы для разработки программы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»
2. ФГОС. Утвержденный приказом Министерства образования и науки от 6 октября 2009 года
3. Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях (Приложение к письму Минобрнауки России от 11 июня 2002 г. № 30-51-433/16)
4. О повышении воспитательного потенциала общеобразовательного процесса в общеобразовательном учреждении (Письмо Минобрнауки России от 11.02.2000г. №101/28-16)
5. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации на период до 2010 года (проект)

Основой рабочей программы стала, разработанная программа «Психологическая азбука» для обучающихся 1-4-х классов составлена на основе программы развивающих занятий в 1-4 классе «Психологическая азбука» Т.А. Аржакаевой, И.В. Вачковой, А.Х. Поповой, нацеленная в первую очередь на развитие самосознания и рефлексивных способностей детей. Основной принцип, легший в основу курса, - принцип метафоризации психологических представлений, благодаря которому достигается единство материала психологии с психологическим материалом конкретной личности.

**Цель** - научить ребенка использовать психологические знания для быстрой и максимально безболезненной адаптации и адекватного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в социуме.

**Задачи:**

1. Формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки
2. Снижение уровня школьной тревожности
3. Создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых требований
4. Формирование психологической готовности к обучению, работа над личностными, регулятивными и коммуникативными УУД
5. Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и взрослыми
6. Формирование социально приемлемых форм поведения в обществе.

**Особенности возрастной группы детей, которым адресована следующая программа:**

Параллельно с овладением учебной деятельностью школьник включается и в другой, не менее значимый процесс — систему межличностных отношений, осваивая так называемую «скрытую программу социализации». С первых дней пребывания в школе ребенок участвует в процессе межличностного взаимодействия с одноклассниками и учителем, который оказывает существенное влияние на развитие его личности. Дети учатся организовывать свое поведение в соответствии с заданными целями и собственными намерениями. Важнейшим условием развития произвольного поведения является участие взрослого, который направляет усилия ребенка, раскрывая их смысл, и обеспечивает средствами овладения. Происходит включение в новую систему межличностных отношений и здесь очень важно и своевременно оказать психологическую помощь детям, данный курс охватывает следующие возрастные рамки: 6-10 лет.

**Уровень результатов работы по программе:**

В этой связи выпускник начальной школы научится:

- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера 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;
- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнера;
- использовать речь для регуляции своего действия.

## **Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей**

Критерии оценивания: Результативность работы оценивается с помощью проективных методик (рисунки «Моя школа», «Мой класс», «Мой портрет» и т.д., «Лесенка», ), наблюдения за детьми в игровых и учебных ситуациях.

### **Ожидаемые результаты:**

1. Смягчение процесса адаптации к обучению в школе.
2. Осознание детьми своих особенностей и возможностей на данном этапе обучения.
3. Сформированность основных понятий, связанных с содержанием курса.

### **Планируемые результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования:**

#### **• Личностные универсальные учебные действия (УУД)**

- Проявляет самостоятельность в разных видах детской деятельности, оценивает деятельность и поступки не только свои, но и своих сверстник.
- Относиться открыто ко внешнему миру, чувствует уверенность в своих силах во внеурочной деятельности.
- Взаимодействует со сверстниками и взрослыми через совместную игровую или учебную деятельность. Способен договариваться и учитывать интересы других, сдерживает свои эмоции.
- Обсуждает проблемы возникающие в учебной игровой деятельности, может поддержать разговор на интересующую его тему.
- Понимает чувства других людей и сопереживает им, понимает оценки учителей своим и чужим поступкам.

#### **• Регулятивные универсальные учебные действия (УУД)**

- Принимает и сохраняет учебную задачу.
- Переносит навыки построения внутреннего плана действий из игровой деятельности из игровой деятельности в учебную.
- Овладевает способами самооценки выполнения действий.

#### **• Коммуникативные универсальные учебные действия (УУД)**

- Имеет первоначальные навыки работы в группе: совместное обсуждение правил, распределение ролей.
- Умеет задавать вопросы, проявляет не только любопытство, но и любознательность.
- Умеет выслушать и понять точку зрения другого, отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее.

### **Направления, виды и формы внеурочной деятельности**

Направленность программы: социально-педагогическая. Программа внеурочной деятельности «Психологическая азбука для младших школьников» рассчитана на 4 учебных года 135 учебных часов.

### **Режим занятий:**

1 год обучения: 33 учебных часа (1 час в неделю), так как учебный год первоклассника короче.

2 год обучения: 34 учебных часа (1 час в неделю).

3 год обучения: 34 учебных часа (1 час в неделю).

4 год обучения: 34 учебных часа (1 час в неделю).

Длительность занятий: 30 минут в 1 классе, во 2-4 классах – 40 минут.

### **Формы работы.**

- Тренинги
- Беседы и дискуссии
- Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)
- Релаксационные упражнения
- Психигимностические этюды и элементы.
- Работа с книгой
- Работа с притчами

### **Структура занятий.**

Занятие включает в себя следующие компоненты:

- **введение в тему занятия и разминка:** используются ритуалы приветствия, разминочные задания;

- **основная часть**, которая может быть реализована в двух вариантах:

1) если занятие первое в разделе, то используется схема: настрой, как подготовка к восприятию нового материала – введение нового содержания – его закрепление;

2) если занятие продолжает изучаемый раздел, то схема несколько иная: актуализация предыдущего материала – повторение – углубление, расширение, наполнение новыми смыслами;

- **подведение итогов: рефлексия результатов занятия.** Происходящая в два этапа:

1) эмоциональное отреагирование (что понравилось на занятии, что заинтересовало);

2) осмысление (зачем, для чего нужно то, чем занимались, о чем шла речь, в чем польза нового материала).

### **Ресурсное обеспечение реализации Программы :**

- материально-техническое: компьютер, интерактивная доска.
- информационно-методическое: методическое пособие, содержащее конспекты занятий в 1-4 класса; книга для чтения- « Сказки о самой душевной науке» (автор-Вачков И. В.), рабочие тетради на каждый год обучения.

## Содержание Программы.

**В программу «Психологическая азбука» для первого класса входят пять основных разделов:**

### **1 раздел. Я теперь школьник (вхождение в новую роль).**

Цель раздела – помочь детям быстрее войти в непривычный пока для них мир школьной жизни, облегчить процессы адаптации к новым условиям, освоить новую социальную позицию школьника.

### **2 раздел. Введение в мир психологии.**

Цель – раскрыть перед детьми сначала в сказочной метафорической форме, а затем в конкретной форме реальных проявлений просторы Королевства Внутреннего мира – психического мира каждого человека.

### **3 раздел. Психика и познание мира.**

Цель раздела – знакомство учащихся с тем, как мы познаем окружающий мир, с помощью каких органов чувств мы воспринимаем действительность, что такое познавательные психические процессы.

### **4 раздел. Темперамент и характер.**

Этот раздел способствует изучению учащимися своих индивидуальных психологических особенностей.

### **5 раздел. Я и мои эмоции.**

Основная цель раздела – научить распознавать ребенка собственные и чужие эмоции, осознавать их значение и смысл.

**В программу «Психологическая азбука» для второго класса входят пять основных разделов:**

### **1 раздел. Введение в мир психологии.**

Знакомство с вербальными и невербальными изобразительными средствами, развитие умения выражать свои чувства и впечатления. Помощь детям в осознании качеств своего характера, а так же ценности психологических знаний для школьной и повседневной жизни.

### **2 раздел. Я и мои желания.**

Знакомство с понятиями «желание», «потребность», «мотив». Разнообразие мотивов человеческой деятельности. Знакомство с феноменом борьбы мотивов. Осознание детьми своих мотивов и мотивов поведения других людей. Развитие позитивных мотивов.

### **3 раздел. Кладовая памяти.**

Значимость для человека внимания, ощущения, памяти, мышления, эмоций. Упорядочивание знаний о памяти, видах памяти. Знакомство с особенностями собственной памяти. Понятие мнемические способности и способы их развития. Рассмотрение способов эффективного запоминания, преимуществ смыслового запоминания. Мотивирование учащихся на тренировку своей памяти.

#### **4 раздел. Лабиринты мышления.**

Знакомство с содержанием понятия «мышление», развитие умения анализировать, сравнивать, обобщать. Развитие логического мышления и диалектического взгляда на действительность, актуализация самооценочной деятельности. Развитие у учащихся способности гибко и оригинально мыслить, стимулировать проявления креативности.

#### **5 раздел. Как стать талантливым.**

Развитие навыков совместной творческой деятельности. Упорядочивание представлений о фантазии и воображении, знакомство с понятием «способности». Стимулирование интереса к самопознанию, развитие интереса к собственному внутреннему миру.

**В программу «Психологическая азбука» для третьего класса входят пять основных разделов:**

#### **1 раздел. Введение в психологию общения.**

Пробудить интерес к психологии общения, самопознанию и рефлексии, способствовать навыку эффективного взаимодействия.

#### **2 раздел. Психология отношений: Ты-Я-Он/Она=Мы**

Развивать экспрессивные способности, умение действовать согласованно, дать понятие «конфликт», «контакт», содействовать развитию реалистичных самооценки и самовосприятию.

#### **3 раздел. Сокровища и тайны дружбы.**

Познакомить с содержанием понятия «дружба», развивать навыки взаимодействия и сотрудничества в команде, содействовать осознанию своих отличий от других, развивать умение учитывать разное мнение, развитие толерантности.

#### **4 раздел. Поддержка в общении.**

Познакомить учащихся с понятием «комплимент», познакомить с формулами комплимента, развивать стремление к овладению навыками оказания психологической поддержки.

#### **5 раздел. Сочувствие и сопереживание.**

Ориентировать учащихся на осознание роли эмоций в общении, расширить эмоциональный словарь общения учащихся, развивать способность к сопереживанию, умение выражать эмоции и чувства.

**В программу «Психологическая азбука» для четвертого класса входят четыре основных раздела.**

### **1 раздел. Приглашение в страну общения.**

Пробудить интерес к изучению своего внутреннего мира, помочь учащимся осознать свои отношения с другими людьми, содействовать развитию рефлексивной позиции в сфере общения, развитие экспрессивных способностей.

### **2 раздел. Инструменты общения.**

Помочь осознать различие понятия «слушать» и «слышать», определить понятие активного и пассивного слушания, познакомить с невербальными средствами общения.

### **3 раздел. Осторожно, общение!**

Мотивировать на сотрудничество в ситуации совместного поиска новой информации, научить детей работать с различными словарями, способствовать сплочению классного коллектива.

### **4 раздел. Здравствуй, страна общения!**

Мотивировать на дальнейшее развитие качеств, важных для общения, развивать способность к пониманию внутреннего мира другого человека, развивать навыки сотрудничества и творческие способности.

### **Ресурсное обеспечение реализации Программы :**

- функциональные зоны для организации внеурочной деятельности: МБОУ «Целинная СОШ» п. Целинный ул. Пушкина 2 –а, кабинет 14
- кадровое: внеурочную деятельность по данной программе ведет педагог-психолог В.В. Виноградова.
- материально-техническое: ноутбук, интерактивная доска.
- информационно-методическое: методическое пособие, содержащее конспекты занятий в 1-4 класса; книга для чтения- « Сказки о самой душевной науке» (автор- Вачков И. В.), рабочие тетради на каждый год обучения.



Список литературы:

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (первый год обучения). Под ред. И.В. Вачкова. М.;2003г.
2. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (второй год обучения). Под ред. И.В. Вачкова. М.;2004г.