

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №29 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ

ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ ИМЕНИ И.Н.ЗИКЕЕВА»

РАССМОТРЕНА
На заседании МО
Протокол № 1
От « 28 » 08. 2023 г.
Руководитель МО
Корниук Н.М.

СОГЛАСОВАНА
На заседании МС
Протокол №
От « 29 » 08 2023 г.
Председатель МС
Ржанных Е.Л.

УТВЕРЖДЕНА
На заседании ПС
Протокол №
От « 29 » 08 2023 г.
Председатель ПС
Спаских И.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Психологическая азбука (кружок)»

для обучающихся 2 классов

Педагог-психолог: Дубок Оксана Александровна

Курск 2023

Пояснительная записка

Программа «Психологическая азбука» представляет собой систему развивающих групповых занятий, в ходе которых дети знакомятся с основными психологическими понятиями, получают возможность тренировать элементарные навыки рефлексии, самопознания. Программа позволяет максимально актуализировать личностный потенциал учащихся, который раскрывается самостоятельно, но при сопровождении психолога и участии одноклассников. «Психологическая азбука», являясь принципиально новой для начального образования программой, предполагает нестандартные подходы к отбору содержания, организационных форм занятий, к их структурированию. Такое психологическое сопровождение подразумевает постоянный и содержательный контакт с учителями и родителями, что, безусловно, востребовано.

Программа учит детей замечать проявления психологических фактов, закономерностей вокруг себя, в повседневной жизни, в своем поведении и поведении окружающих.

Цель и задачи курса.

Цель программы: развитие личности ребенка в пределах, определяющихся возрастными возможностями и требованиями психологической безопасности.

Основной принцип: принцип метафоризации психологических представлений, обеспечивающий единство психологического материала с материалом конкретной личности.

Основные задачи:

- продолжить знакомить с базовым понятийным аппаратом психологии;
- учить осмысленно относиться к ресурсам человеческой психики, эффективно использовать их во всех основных видах и формах познания;
- развивать умение наблюдать и замечать, воспринимать и понимать смысл учебных задач;
- способствовать формированию навыков самоконтроля, самооценки и рефлексии;
- способствовать активизации продуктивного воображения;
- развивать мыслительные операции – анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстрагирование, классификация.

Описание места курса в учебном плане:

Программа предполагает проведение одного занятия в неделю по 45 минут. Систематическая работа с коллективом позволяет лучше узнать детей, держать их в поле профессионального зрения, отслеживать ход их психического развития, тем самым, предупреждая психологическое неблагополучие учащихся, группы в целом.

Формы проведения занятий.

- рассказ психолога;
- игра;

- психотехнические, психогимнастические упражнения;
- беседа;
- разбор иллюстраций, наглядных пособий;
- изобразительная деятельность;
- написание сочинений;
- чтение специально подобранных текстов и «психологических» сказок.

Основные методы и методики.

- беседа, рассказ;
- анкетирование;
- анализ продуктов творческой деятельности;
- интеракция;

Методы: активны, эмоционально окрашены, рефлексивны, оптимальны по трудности, метафоричны, событийны.

Методики:

- традиционные обучающие приемы;
- ритуалы знакомства, представления, прощания;
- разминочные, разогревающие техники;
- приемы сосредоточения, фокусировки, настройки;
- техники релаксации;
- психотехники самооценки и взаимооценки;
- упражнения, направленные на самораскрытие и рефлекссию;
- развивающе-тренировочные упражнения;
- сказкотерапевтические, арттерапевтические упражнения;
- подвижные игры.

Планируемые результаты.

Личностные УУД:

- формирование внутренней позиции школьника, ориентированной на содержательные моменты школьной действительности;
- способность к оценке своей учебной деятельности;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, учебно-познавательный интерес к новым знаниям и способам решения задач;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.

Коммуникативные УУД:

- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной;
- 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;
- задавать вопросы;

- использовать речь для саморегуляции.

Регулятивные УУД:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей.

Познавательные УУД:

- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение, классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях, устанавливать аналогии.

Целевые воспитательные приоритеты (уровень начального общего образования) для изучаемых разделов.

Раздел 1. Введение в мир психологии:

- укреплять стремление к познанию, самопознанию, умение ценить знание;
- воспитывать бережное отношение, как к собственному внутреннему миру, так и уважение к внутреннему миру другого человека;
- поощрять позицию уверенного в себе, открытого, коммуникабельного, уникального человека, целеустремленного, действующего самостоятельно.

Раздел 2. Я и мои желания:

- быть любящим (ей), внимательным (ой), восприимчивым (ой) сыном, дочерью своей семьи, страны; осознающим (ей), из чего складывается успех, понимающим (ей) свое «хочу» и «могу», не забывающим (ей) – «надо»;
- воспитывать трудолюбие, ответственность за свои поступки и дела (учеба), исполнительность, дисциплинированность, инициативность;
- бережно относиться ко всем ресурсам Родины, сохранять природные богатства;
- воспитывать способность конструктивно разрешать конфликты, не только внешние, но и внутренние;
- пропагандировать основы психоэмоциональной грамотности;
- содействовать осознанию мотивов поведения, способствовать развитию позитивных мотивов, рефлексии.

Раздел 3. Кладовая памяти:

- воспитывать бережное, уважительное отношение к познавательным ресурсам собственным и ресурсам общечеловеческим;
- стремиться применять продуктивные мнемотехнические приемы в деятельности, ставить творческий приоритет в познании;
- воспитывать культуру саморазвития, самообразования: быть активным субъектом учебной деятельности, хозяином своей судьбы;
- дать детям возможность изучить особенности собственной памяти, осознать ее сильные и слабые стороны, развивать мнемические способности.

Раздел 4. Лабиринты мышления:

- воспитывать интеллектуальное трудолюбие;
- актуализировать мысль: «Хлеб необходим ежедневно, а пища для ума, души – еще чаще»;

- способствовать развитию эмоционального интеллекта;
- воспитывать тягу видеть главное, существенное в событиях, явлениях, жизни;
- развивать логическое мышление, содействовать осознанию своих умственных возможностей, актуализировать самооценочную деятельность;
- развивать способность гибко и оригинально мыслить, стимулировать проявления креативности.

Раздел 5. Как стать талантливым:

- воспитывать характер творческого подхода к делу;
- воспитывать стремление узнавать новое (касательно не только внешнего, но внутреннего мира), проявлять познавательные потребности, ценить знания;
- воспитывать чувство ответственность за свою судьбу;
- быть уверенным в себе, открытым, общительным, не стесняться своей уникальности, а развивать личностные конструктивные особенности;
- воспитывать самостоятельность взгляда на себя, окружающий мир;
- стимулировать креативные способности, способствовать развитию навыков совместной творческой деятельности.

Календарно-тематическое планирование.

№	Раздел программы	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	
				по плану	по факту
1.	Введение в мир психологии.	Мои летние впечатления.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
2.		Какой Я?	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
3.		Диагностика: самооценка.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
4.		Психология – знакомая незнакомка.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
5.	Я и мои желания.	Мои желания.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
6.		Сказка о борьбе мотивов.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
7.		Мои мотивы, мотивы других.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
8.	Кладовая памяти.	Загадка Психоочистителя -1.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
9.		Загадка Психоочистителя – 2.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
10.		Диагностика: школьная мотивация.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
11.		Что такое память, виды памяти.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
12.		Какая у меня память?	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
13.		Диагностика: нравственно-этическая ориентация.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
14.		Эмоциональная память.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-

15.		Как лучше запоминать?	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
16.		Я умею запоминать!	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
17.	Лабиринты мышления.	Сказка о профессоре Мышлении.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
18.		Как развивать свой ум: конкурс знающих и находчивых.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
19.		Учимся думать вместе!	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
20.		Диагностика:регуля- тивные универсальные действия.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
21.		Учимся обобщать и находить закономерности.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
22.		Учимся находить противоположности.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
23.		Учимся думать логично.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
24.		Учимся думать творчески.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
25.	Как талантливый. статья	Диагностика: логические универсальные действия.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
26.		Что такое способности?	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
27.		Я знаю, что я...	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
28.		Фантазируем с Фантузей.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
29.		Диагностика коммуникабельности.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
30.		Королевство Внутреннего Мира: поиск сокровищ.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
31.		Работа с эмоциональной сказкой.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-

32.		Письмо другу.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
33.		Подведение итогов.	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-
34.		Самопрезентация «Вот я какой (какая)!»	1	2А- 2Б- 2В-	2А- 2Б- 2В-

Краткое содержание занятий.

Раздел 1. Введение в мир психологии.

Занятие 1. Мои летние впечатления: упражнение-приветствие, основная работа по теме, работа с образом, общение в группах, упражнение в парах, взаимообмен, подведение итогов, домашнее задание – рисунок «Как я изменился за лето».

Занятие 2. Какой Я?: упражнение-приветствие, обратная связь по результатам выполнения домашнего задания, работа в парах, работа по теме: «Представь другого», «Пусть переседут те, кто...», «Качества характера», время книги «Серебряный шар из созвездия Гончих Псов», домашнее задание - рисунок продолжение истории.

Занятие 3. Психология – знакомая незнакомка: введение в тему и разминка, работа по теме: упражнение «Собери слова», «Найди пару», время книги: «Появление Волшебника Барденбука».

Занятие 4. Диагностика.

Раздел 2. Я и мои желания.

Занятие 5. Мои желания: упражнение «Передача движения по кругу», рефлексивное задание «Я на лесенках характера», время книги: глава «Загадка Психоочистителя», задание «Цветик-Семицветик», подведение итогов.

Занятие 6. Сказка о борьбе мотивов: упражнение «Мое самое сильное желание», релаксационное упражнение «Исполнение желаний», анализ прожитого опыта, беседа о мотивах, время книги: «Сказки о борьбе мотивов», Дз: сочинить продолжение сказки и записать.

Занятие 7. Мои мотивы, мотивы других: упражнение «Подари желанный подарок», беседа-опрос по пройденной теме, проверка домашнего задания, завершение «Сказки о борьбе мотивов», задания: «Мотивы наших поступков», «Такие разные мотивы», «Борьба моих мотивов», игра «Говорящие мотивы», время книги: глава «Подземелье Барденбука», Дз: задание «Границы моих желаний».

Раздел 3. Кладовая памяти.

Занятие 8. Загадка Психоочистителя – 1: упражнение «Нетрадиционное приветствие», игра «Заблудившийся рассказчик», время книги: «История планеты Хухромухр», беседа по сказке, игра «После Психоочистителя».

Занятие 9. Загадка Психоочистителя – 2: разминка, упражнение-визуализация «Я на планете Хухромухр», задание «Самое важное для меня», время книги: глава «На допросе у Вселенского Чародея», задание «От чего бы я отказался», задание «Запомни слова».

Занятие 10. Диагностика.

Занятие 11. Что такое память, виды памяти: игра «Фотограф», задание «Вспомни слова», проверяем долговременную память, беседа на тему «что такое память», задание-рисунок «Как я представляю себе память?», упражнение «Тройки слов», время книги: «Побег Гаф Гафыча», «Какая нужная вещь – память!», Дз: подумать вместе с родителями, что нужно делать, чтобы не забывалась важная и нужная информация.

Занятие 12. Какая у меня память?: игра «Штирлиц», беседа-опрос «виды памяти», практикум «Как я запоминаю».

Занятие 13. Диагностика.

Занятие 14. Эмоциональная память: беседа о том, что такое эмоциональная память, особенности памяти, упражнения: «Мои воспоминания», «Запомни слова», подведение итогов, Дз: начинаем заполнять Дневник эмоций.

Занятие 15. Как лучше запоминать?: анализ выполнения домашнего задания, упражнение «Пары слов», игры, упражнения, используемые на занятии: «Испорченный телефон», Запомни с помощью картинок», «Волшебные картинки», «Фотограф», подведение итогов, в качестве домашнего задания продолжаем вести дневник эмоций.

Занятие 16. Я умею запоминать!: задание «Зашифрованные слова», работа в тройках «Волшебные картинки», беседа «Правила запоминания», рефлексия по заданию «Зашифрованные слова», время книги: «Бум-Дирбом», задание «Шашки Пси-Мага», подведение итогов.

Раздел 4. Лабиринты мышления.

Занятие 17. Сказка о профессоре Мышлении: введение в тему с разминкой «Распредели картинки по группам», работа по теме - «Сказка о профессоре Мышлении и злом Драконе», инсценирование части сказки, упражнения: «Назови все свойства предмета», «Назови сходства и различия», подведение итогов.

Занятие 18. Как развивать свой ум: конкурс знающих и находчивых: беседа-опрос по пройденному материалу, этапы конкурса: загадки, «Знатоки свойств предметов», «Что имеет то же свойство?», «Говорящая вещь», подведение итогов конкурса, Д\з: разгадать загадки и записать ответы.

Занятие 19. Учимся думать вместе: упражнение «Прочисти мозги», проверка домашнего задания, упражнения: «Что это за предмет?», «Противоположности», «Вопрошайка», «Что имеет те же свойства?», подведение итогов.

Занятие 20. Диагностика.

Занятие 21. Учимся обобщать и находить закономерности: задание «Картинки», упражнения: «Сделай вывод», «Найди закономерность и выбери фигуру», «Продолжи последовательность», рефлексия, Д\з: написать как можно больше предметов, обладающих одновременно тремя свойствами – яркими, вкусными, круглыми.

Занятие 22. Учимся находить противоположности: проверка домашнего задания, рабочие упражнения: «Оцени свои умения», «Найди различия», «Противоположное свойство», «Хорошо-плохо», «Антипод», «Найди лишнее слово».

Занятие 23. Учимся думать логично: задания: «Самые важные слова», «Слова-мостики», Психологическое домино», «Найди слово по аналогии», «Оцени свои умения», «Шифровка», «Логические задачи», время книги: глава «Гаф Гафыч не дремлет».

Занятие 24. Учимся думать творчески: беседа по теме, «Составь предложения», «Случайные слова», упражнение «Спички» можно дать для командной работы, время книги: глава «Лаборатория Космического Чародея», Д\з: придумать продолжение истории.

Раздел 5. Как стать талантливым.

Занятие 25. Что такое способности?: упражнения: «Сон сказочного героя», «Волшебные превращения», время книги: «Сказка о Цветах Способностей», Д\з: беседа с родителями, написать, кто кем хочет быть и какие способности нужны для этой профессии.

Занятие 26. Диагностика.

Занятие 27. Я знаю, что я...: разминка «Забавные названия предметов», проверка домашнего задания, упражнение-самоанализ «Я знаю, что Я...».

Занятие 28. Фантазируем с Фантузей: беседа по теме «воображение», составляющие занятия: «Какой характер у Фантузи?», «Необычное использование предметов», «На что это похоже?», «Что случится, если?..», «Покажи без слов», Д\з: рисунок «Трансформация сказочного персонажа».

Занятия 29. Диагностика коммуникабельности.

Занятия 30. Королевство Внутреннего Мира: поиск сокровищ.

Занятие 31. Работа с эмоциональной сказкой: психолог осуществляет выбор тематики сказки (для разных классов это может быть своя сказка), разыгрывают, рисуют, анализируют, комментируют.

Занятие 32. Письмо другу: дети пишут письмо однокласснику с сюрпризом и отправляют друг другу, в качестве почтальона выступает психолог, письма не должны содержать обидные, оскорбительные тексты.

Занятие 33. Подведение итогов: создание коллективного панно, предложение вспомнить и поиграть в самые понравившиеся игры, работа с рефлексивная картой года.

Занятие 34. Самопрезентация «Вот я какой (какая)!»: о себе в любой творческой форме самовыражения.

Формы и виды контроля:

- текущий – наблюдение во время занятий, знакомство с продуктами творческой тетради;
- промежуточный – соревнования, работа в команде, конкурсы, задания по разделам, дневник самонаблюдений;
- итоговый – контрольная работа, обобщающие итоговые занятия командного и индивидуального формата.

Литература.

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1 классе. – М.: Генезис, 2012.
2. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Земских Т.В. Профессия – школьник. – М.: Генезис: 2005.
3. Брагина Е.А. Работа психолога с младшими школьниками. – Ульяновск, 1995.
4. Вачков И.В. Сказки о самой душевной науке. – М.: Генезис, 2012.
5. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. – М.: Ось-89, 2001.
6. Вачков И.В., Лыкова И.А. Фантазируем с Фантузей (развитие воображения). – М.: Ансел-М, 1995.
7. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Рабочая тетрадь. 2 класс. – М.: Генезис, 2012.
8. Колмогорова Л.С., Григорьевская Н.Н., Модина И.А. Человеческое знание. Курс психологии с элементами этики и валеологии. – М.: Генезис, 1998.
9. Колмогорова Л.С., Грязнова Н.С. Альбом моих успехов. – М.: Генезис, 1998.
10. Локалова Н.П. Как помочь слабоуспевающему школьнику? – М.: Ось-89, 1997.
11. Лыкова И.А., Вачков И.В. Фантузя-сыщик. – М.: Арсенал –М, 1995.
12. Никольская И., Бардиер Г. Уроки психологии в начальной школе. – СПб.: Речь, 1998.
13. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М., 1996.
14. Подготовка к школе. Развитие мышления. – Волгоград: Учитель, 1998.
15. Федеральный государственный стандарт начального общего образования. – М.: Просвещение, 2009.
16. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. – М.: генезис, 2010.