

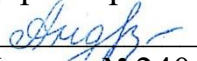
**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4 г. Новый Оскол Белгородской области»**

Рассмотрено и принято
Педагогическим советом:
Протокол №1

от «28» августа 2025 г.

Утверждено

Директор МБОУ «СОШ №4 г. Новый Оскол»

 Л.Г. Андреева

Приказ №240

от «29» августа 2025 г.



ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Психологическая азбука»

Срок реализации: сентябрь-май (1 год)

Возраст обучающихся: 1 класс

Составитель: педагог-психолог
Самойлова И.А.

2025 г.

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности в начальной школе «ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АЗБУКА» Социального направления составлена на основе авторской программы Д.А. Глазуновой «Психология. 1- 4 класс. Развивающие занятия», М. Глобус, 2008 г. Отличительные особенности данной дополнительной программы являются изменения, с помощью которых педагог-психолог может решать задачи психолого-педагогического сопровождения реализации Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, в частности, задачу формирования коммуникативных и личностных универсальных учебных действий.

Новизна. 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.

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 современном образовании 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.

Нормативные документы для разработки программы

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации ФГОС». Утвержденный приказом Министерства образования и науки от 6 октября 2009 года

Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях (Приложение к письму Минобрнауки России от 11 июня 2002 г. № 30-51-433/16)

О повышении воспитательного потенциала общеобразовательного процесса в общеобразовательном учреждении (Письмо Минобрнауки России от 11.02.2000г. №101/28-16)

Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации на период до 2010 года (проект)

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

Задачи:

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

Программа внеурочной деятельности «Психологическая азбука» рассчитана на 1 учебный год.

Возраст детей: 6 – 7 лет

Место факультатива в учебном плане: в 1 классе факультативные занятия проводятся один раз в неделю.

В 1 классе планируется 33 занятия в год.

Программа каждого учебного года призвана решать следующие основные задачи:

1 класс

- помощь в успешной и безболезненной адаптации к школьным условиям;
- знакомство с базовым понятийным аппаратом психологии;
- обучение методам и приемам познания себя;
- обучение осмысленному отношению к ресурсам человеческой психики, эффективному использованию их во всех основных видах и формах познания;
- помощь в осознании ведущих каналов восприятия и ориентации на целенаправленное развитие всей системы восприятия окружающего мира;
- знакомство детей с типологиями индивидуально-психологических особенностей человека;
- знакомство с понятиями «чувства» и «эмоции»;
- обучение осознанию и называнию собственных переживаний;
- помощь в осознании своих задатков и способностей;
- ориентирование детей на развитие творческих способностей и воображения.

Ожидаемые результаты

Низкий уровень тревожности

Высокая и нормальная самооценка

Позитивное отношение к себе и своей личности

Хорошо сформированные умения общения со сверстниками и взрослыми, в том числе педагогами

Сплоченный классный коллектив обучающихся с положительной мотивацией к обучению.

Способы проверки:

Тестирование (групповое или индивидуальное)

Применение проективных методик, диагностик.

Наблюдение и ведение индивидуальных карт.

Выполнение диагностических заданий по пройденному курсу.

Формы подведения итогов:

Игры (словесные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)

Диагностика и контроль.

Тестирование и контроль.

Методическое обеспечение программы:

Каждое занятие может включать в себя следующие типы работы: рассказ психолога, игра, психотехнические и психогимнастические упражнения, беседа, лепка из пластилина, изобразительная деятельность, чтение специально подобранных текстов и «психологических сказок», просмотр презентаций.

Методические материалы:

Методическое пособие для психолога, включающее теоретическое обоснование содержания программы, методические рекомендации по каждому разделу, примерные конспекты занятий в 1 классе. Игры, психотехнические упражнения, психологические сказки, тестирование.

Содержание программы:

Профилактика дезадаптации. Знакомство друг с другом. Знакомство с учителями других классов, директором, завучем, библиотекарем, техническими служащими и их обязанностями в школе, кто и как может помочь юному обучающемуся, за что и как могут наказать. Выработка правил поведения в классе и школе и осознанное их принятие каждым ребенком. Качества трудолюбивого человека и школьника. Мотивация одобрения и потребность в знаниях.

Профилактика страхов и агрессии. Выяснение индивидуальной структуры страха. Способы борьбы со страхом.

Тренинги, психогимнастические этюды, трудности в учебе. Мотивация достижения успеха и избегания неудач.

Развитие творческого потенциала. Магия воображения. Воображение – мир, которого нет? Широта воображения. Мечта и фантазия. Творческое воображение. Творчество. Звуковое воображение, зрительное воображение, обонятельное воображение, осязательное воображение.

Подведение итогов года. Диагностика результатов занятий. Праздничное чаепитие.

Планируемые результаты:

«Психологическая азбука» на каждый год обучения. Данные развивающие занятия способствуют развитию целого комплекса коммуникативных и личностных универсальных учебных действий.

Первый год обучения:

- эмоционально-положительное отношение к школе;
- адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
- принятие образца «хорошего ученика» как примера для подражания;
- способность к самопознанию и самооценке;
- зачатки личностной рефлексии;
- осознание и оценка особенностей своих ощущений, восприятия, внимания;
- стремление к само изменению;
- осознание и оценка особенностей своего темперамента и характера как причин успешности/не успешности общения в школе;
- позитивное само отношение;
- ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- осознание и оценка собственных эмоций, как регуляторов межличностного взаимодействия;
- использование речевых и неречевых средств, для выражения и понимания эмоций;
- зачатки эмпатии как понимания чувств других людей.

**Календарно-тематический план
1 класс (33 часа)**

№ п/ п	Дата проведения		Тема учебного занятия	Содержание деятельности		Всего часов
	Планируемая	Фактическая		Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
	Профилактика дезадаптации					8
1			Знакомство друг с другом, введение в игровую атмосферу	Беседа-знакомство		1
2			Знакомство продолжается Входящий контроль. Тестирование «Адаптация школьников»		Тестирование «Адаптация школьников»	1
3			Коллективное рисование		Практическое занятие	2
4			Экскурсия по школе		Практическое занятие	1
5			Игра на сплочённость «Узелок»		Практическое занятие	1
6			Коллективная игра-беседа «Мы вместе».	Разучивание игры		1
7			Знакомство с правилами школьной жизни и занятий	Беседа		1
	Профилактика страхов и агрессии					12
1			Элементы тренинга		Практическое занятие	1
2			Психогимнастические этюды	Беседа с показом картинок		1
3			Артеропические приёмы		Практическое занятие	2
4			Беседа «Кто Я?»	Беседа		1

5			Промежуточный контроль. Диагностика страхов.		Диагностика методика (МУН)	2
6			Рисунок на тему «Что мне снится страшное, чего я боюсь днём»		Практическое занятие	1
7			Страшная сказка, придуманная ребёнком	Беседа, рассказ детей		2
8			Беседа на тему: «Что было со мной самое плохое или самое хорошее?»	Беседа, рассказ детей		1
9			Штриховка, стирание и рисование.		Практическое занятие	1
						11
1			Беседа на выявление творческого потенциала.	Беседа		1
2			Тренинг		Практическое занятие	1
3			Коллективные рисунки		Практическое занятие	1
4			Психогимнастические элементы	Разучивание		1
5			Беседа «Посмотреть на себя глазами других»	Беседа- дискуссия		1
6			Рассказ о своём Я.	Рассказ психолога, рассказы детей		1
7			Беседа «Я — это кто?»	Рассказ психолога		1
8			Игры «Коробочка», «Умелый мишка»		Практическое занятие	1
9			Беседа «Мир моими глазами»	Беседа психолога, рассказы детей		1

10			Беседа «Что я умею?» Коллективная поделка из природного материала	Беседа-рассказ	Практическое занятие	1 1
	Подведение итогов года					2
1			Итоговый контроль. Тестирование регулятивных УУД Праздник с чаепитием	Тест		1 1
	Итого					33ч

Список литературы

1. Аржакаева Т. А., Вачков И. В., Попова А. Х., «Психологическая азбука», Программа развивающих занятий в 1-м классе. 2-е изд. – М.: Генезис, 2013. – 144 с.
2. Белопольская Н.Л. Азбука настроений. Эмоционально-коммуникативная игра для детей 4-10 лет. – М.: Когито-центр, 2008
3. Лютова Е.К., Моница Г.С. Шпаргалка для взрослых. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – М.: Генезис, 2000
4. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа. – М.: Просвещение, 2012