

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 1»
г.Черногорск

Согласовано со
школьным методическим
объединением учителей
гуманитарных наук
протокол от 31.05.19 г.
№ 4

Утверждено:
приказом директора
МБОУ СОШ № 1
От 30.08.19 г. № 64

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Психологическая азбука»
социальное направление
5а класс

Автор-составитель:
Ропотько Надежда Васильевна
педагог-психолог

г. Черногорск
2019 год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Психологическая азбука» составлена на основании нормативных правовых документов федерального уровня:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (с последующими изменениями и дополнениями);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» от 06.10.2009 № 373 (с последующими изменениями);
- составлена на основании локальных нормативных актов МБОУ СОШ № 1.

В современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека во взаимодействии с окружающим миром. Учащиеся разного возраста пытаются как-то разобраться в самих себе. Но их интерес к самопознанию превышает их возможности познать себя, так как никакими сведениями о богатстве или бедности внутреннего мира, о психологических особенностях человека они не располагают. Отсюда неадекватные способы познания себя и других, неудовлетворенность этим познанием, неопределенность в оценках, самооценках, намерениях и т. Д.

«Психологическая азбука» поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Работа по программе проводится в рамках социального развития и воспитания школьников, которая является первостепенной задачей современной образовательной системы и представляет собой важный компонент социального заказа для образования.

Программа курса представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социо психологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, арт-терапии, групповые дискуссии.

Основная цель программы: формирование позитивного отношения к себе и школе, профилактика школьной дезадаптации.

Основные задачи:

- Формирование психологического здоровья.
- Воспитание нравственных чувств и этического сознания.
- Формирование позитивного отношения к своему «Я».
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
- Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
- Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
- Развитие навыков социального поведения.
- Знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями поведения.
- Создание возможностей для самовыражения.
- Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
- Развитие способности ребенка к эмпатии, сопереживанию.
- Формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных навыков.
- Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
- Развитие познавательной мотивации.
- Раскрытие творческого потенциала.

Курс «Психологическая азбука» представляет систему интеллектуально-развивающих занятий для учащихся в возрасте от 11 до 16 лет.

Методы и формы работы: групповые занятия, включающие элементы тренинга, социо-психологические игры, ролевые игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии арт-терапии, групповые дискуссии.,

Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате изучения данного курса учащиеся получают возможность формирования

➤ Личностные результаты:

Развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий проблемного и эвристического характера;

В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления.

Уметь оценивать жизненные ситуации и поступки героев с точки зрения общечеловеческих норм.

➤ Метапредметные результаты :

❖ Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель деятельности

Проговаривать последовательность действий.

Учиться *высказывать* своё предположение (версию).

Учиться *работать* по предложенному учителем плану.

Учиться обсуждать возникающие проблемы, правила.

Учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* своей деятельности и образовательных достижений (учебных успехов).

❖ Познавательные УУД:

Ориентироваться в своей системе знаний: *отличать* новое от уже известного.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем).

Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя.

Перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы всего класса.

Перерабатывать полученную информацию: *сравнивать* и *группировать* объекты; *систематизировать* и *классифицировать*; *обобщать*.

Усвоение информации с помощью аудиозаписи, компьютера.

❖ Коммуникативные УУД:

Донести свою позицию до других: *оформлять* свою мысль в устной речи.

Слушать и *понимать* речь других.

Отвечать на вопросы, *рассуждать*, *описывать* явления, действия.

Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

➤ Предметные результаты:

- описывать признаки предметов и узнавать предметы по их признакам;

- выделять существенные признаки предметов;

- сравнивать между собой предметы, явления;

- обобщать, делать несложные выводы;

- классифицировать явления, предметы;

- определять последовательность событий;

- судить о противоположных явлениях;

- давать определения тем или иным понятиям;

- выявлять закономерности и проводить аналогии

Содержание курса внеурочной деятельности.

Программа курса является модульной, общим объемом 34 часа.

Данный курс состоит из системы тренировочных упражнений, специальных заданий, дидактических и развивающих игр. На занятиях применяются занимательные и доступные для понимания задания и упражнения, задачи, вопросы, загадки, игры, стихи, вопросы, ребусы, кроссворды и т.д., что привлекательно для младших школьников, направленные на:

Развитие восприятия. Существенную роль в познании ребенком окружающего мира играют его ощущения и восприятие. Они создают конкретную базу для знакомства с тем, что

находится вокруг него, для формирования мышления, являются необходимыми предпосылками практической деятельности. Развитие слуховых, осязательных ощущений. Развитие пространственных представлений. Тренировочные упражнения и дидактические игры по развитию восприятия и наблюдательности.

Развитие памяти. В данный курс включены упражнения на развитие и совершенствование слуховой и зрительной памяти. Диагностика памяти. Развитие зрительной, слуховой, образной, смысловой памяти. Тренировочные упражнения по развитию точности и быстроты запоминания, увеличению объема памяти, качества воспроизведения материала. Участвуя в играх, школьники учатся пользоваться своей памятью. В результате таких занятий у учащихся увеличивается объем зрительного и слухового запоминания, развивается смысловая память, восприятие и наблюдательность

Развитие внимания. К заданиям этой группы относятся: диагностика произвольного внимания; тренировочные упражнения на развитие способности переключать, распределять внимание, увеличение объема устойчивости, концентрации внимания; различные лабиринты и целый ряд игр, направленных на развитие произвольного внимания, объема внимания, его устойчивости, переключения и распределения. Выполнение заданий подобного типа способствует формированию таких жизненно важных умений, как умение целенаправленно сосредотачиваться, вести поиск нужного пути, оглядываясь, а иногда и возвращаясь назад, находить самый короткий путь, решая двух - трехходовые задачи.

Развитие мышления. Формирование умения находить и выделять признаки разных предметов, явлений, узнавать предмет по его признакам, давать описание предметов, явлений в соответствии с их признаками. Формирование умения выделять главное и существенное, умение сравнивать предметы, выделять черты сходства и различия, выявлять закономерности. Формирование основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения, классификации, обобщения, умения выделять главное и существенное на основе развивающих заданий и упражнений, путем решения логических задач и проведения дидактических игр.

Развитие речи. Речь - это вид деятельности человека, реализация мышления на основе использования средств языка (слов, их сочетаний, предложений и пр.) Развитие устойчивой речи. Обогащение и активизация словаря учащихся. Развитие умения составлять небольшие рассказы-описания, сочинять сказки. Формирование умения давать несложные определения понятиям. Игра помогает формированию фонематического восприятия слов, обогащает ребенка новыми сведениями, активизирует мыслительную деятельность, внимание, а главное - обогащает словарный запас детей и стимулирует их речь. Важная роль занимательных дидактических игр состоит еще и в том, что они способствуют снятию напряжения и страха у детей, создает положительный эмоциональный настрой в ходе урока.

Развитие воображения построено в основном на материале, включающем задания: дорисовывание несложных композиций из геометрических тел или линий до какого-либо изображения; выбор фигуры нужной формы для восстановления целого; вычерчивание уникальных фигур (фигур, которые надо начертить, не отрывая карандаша от бумаги и не проводя одну и ту же линию дважды); выделение из общего рисунка заданных фигур с целью выявления зашумленного рисунка; придумать по картинке рассказ; узнать по описанию; складывание и перекладывание спичек с целью составления заданных фигур.

Задания, развивающие мышление.

Приоритетным направлением обучения в школе является развитие мышления. С этой целью приведены задания, которые позволяют на доступном материале и на их жизненном опыте строить правильные суждения и проводить доказательства без предварительного теоретического освоения самих законов и правил логики. В процессе выполнения таких упражнений дети учатся сравнивать различные объекты, выполнять простые виды анализа и синтеза, устанавливать связи между понятиями, учатся комбинировать и планировать. Предлагаются задания, направленные на формирование умений работать с алгоритмическими предписаниями (шаговое выполнение задания)

**Календарно-тематическое планирование
«Психологическая азбука», 5 а класс
2019-2020 уч.год**

№№ п/п	Тема занятия	К-во час	Дата	Приме чание
ТЕМА 1. ВВЕДЕНИЕ В МИР ПСИХОЛОГИИ И ОБЩЕНИЯ				
1	Зачем человеку необходима психология и умение общаться?	1	05.09	
2	Наш класс и школа.	1	12.09	
3	Восприятие мира.	1	19.09	
ТЕМА 2. Я – ЭТО Я.				
4	Какой Я и чем Я отличаюсь от остальных?	1	26.09	
5	Я – могу.	1	03.10	
6	Я нужен!	1	10.10	
7	Я мечтаю.	1	17.10	
8	Я – это мои цели.	2	24.10	
9			07.11	
10	Я – это мое детство.	1	14.11	
11	Я – это мое настоящее и будущее.	1	21.11	
ТЕМА 3. ИМЕЮ ПРАВО ЧУВСТВОВАТЬ И ВЫРАЖАТЬ СВОИ ЧУВСТВА				
12	Чувства бывают разные.	2	28.11	
13			05.12	
14	Язык чувств (наши эмоции).	1	12.12	
15	Стыдно ли бояться?	2	19.12	
16			26.12	
17	Имею ли я право сердиться и обижаться?	1	09.01	
ТЕМА 4. Я И МОЙ ВНУТРЕННИЙ МИР				
18	Каждый видит мир и чувствует по-своему.	1	16.01	
19	Любой внутренний мир ценен и уникален.	1	23.01	
ТЕМА 5. КТО В ОТВЕТЕ ЗА МОЙ ВНУТРЕННИЙ МИР?				
20	Трудные ситуации могут научить меня.	1	30.01	
21	Разрешение трудной ситуации.	2	06.02	
22			13.02	
ТЕМА 6. Я И ТЫ				
23	Я и мои друзья.	2	20.02	
24			27.02	
25	У меня есть друг.	1	05.03	
26	Я не хочу обижать слабых.	1	12.03	
27	Я и мои «колючки».	1	19.03	
28	Что такое одиночество?	2	02.04	
29			09.04	
30	Я не одинок в этом мире.	1	16.04	
31	Комплимент.	1	23.04	
ТЕМА 7. МЫ НАЧИНАЕМ МЕНЯТЬСЯ				
32	Нужно ли человеку меняться?	2	30.04	
33			-7.05	
34	Самое важное – захотеть меняться.	1	14.05	