

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

РАССМОТРЕНО

на заседании

Методического совета

Протокол 30 августа 2023 г.
№ 7

СОГЛАСОВАНО

на заседании

Педагогического совета

Протокол 30 августа 2023 г.
№ 9.

УТВЕРЖДЕНО

приказом

МБОУ «СОШ № 6»

от 30 августа 2023 № 183 -Д

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности

«ПЛАНЕТА ПСИХОЛОГИИ»

(указать предмет (курс) в соответствии с учебным планом)

1 класс (ФГОС НОО)

(указать класс (уровень образования))

1 год

(указать срок реализации)

Составила: Шавырина И.В.,
педагог-психолог

г. Новомосковск, 2023 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Планета психологии» составлена в соответствии с документами:

- ✓ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования (приказ № 413 от 17. 05. 12 МО РФ)
- ✓ Примерной основной образовательной программы среднего общего образования (протокол от 28.06.2016г. № 2/16-з)
- ✓ Положением о рабочих программах, разрабатываемых по обновленным ФГОС в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа № 6»
- ✓ Курс внеурочной деятельности «Планета психологии» предназначен для учащегося 1 класса

Актуальность.

Первый класс школы – один из наиболее существенных критических периодов в жизни детей. Поступление в школу для многих из них – эмоционально – стрессовая ситуация: изменяется привычный стереотип, возрастает психоэмоциональная нагрузка. От того, как пройдет адаптация на первом году обучения, во многом зависит работоспособность и успеваемость в последующие годы.

При поступлении в школу на ребенка влияет комплекс факторов: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности, появление новых, не всегда привлекательных обязанностей. Организм приспособляется к этим факторам, мобилизуя для этого систему адаптивных реакций.

Школа с первых же дней ставит перед ребенком ряд задач. Ему необходимо успешно овладеть учебной деятельностью, освоить школьные нормы поведения, приобщиться к классному коллективу, приспособиться к новым условиям умственного труда и режиму. Выполнение каждой из этих задач связано непосредственно с предшествующим опытом ребенка.

С поступлением ребенка в школу под влиянием обучения начинается перестройка всех его познавательных процессов, приобретения ими качеств, свойственных взрослым людям. Это связано с тем, что дети включаются в новые для них виды деятельности и системы межличностных отношений, требующие от них наличия новых психологических качеств. Общими характеристиками всех познавательных процессов ребенка должны стать их произвольность, продуктивность и устойчивость.

Психологами доказано, что обычные дети в младших классах с вполне способны, если только их правильно обучать, усваивать и более сложный материал, чем тот, который дается по действующей программе обучения. Однако для того, чтобы умело использовать имеющиеся у ребенка резервы, необходимо решить предварительно важную задачу: как можно быстрее адаптировать детей к школе и дома научить их учиться, не тратя лишних физических усилий, быть внимательным и усидчивым.

Теоретическая основа.

Программа направлена на развитие познавательной сферы школьников. Мы выбрали именно это направление психологического развития, так как, с нашей точки зрения, именно познавательное развитие обеспечивает основу успешности школьного обучения. Однако его результатом является не только развитие самих познавательных процессов учащихся. Как сверхзадачу проводимой работы мы рассматриваем появление позитивных сдвигов в их мотивационно-личностной сфере.

Усвоение обобщенных когнитивных знаний, умений и навыков (ОЗУН), рассматриваемое как один из результатов развивающей работы по данной программе, для нас является не целью, а средством формирования у школьников психологических познавательно-личностных структур. И это очень важно, так как смещает акцент в школьном обучении с широко распространенного в настоящее время «интеллектуального натаскивания» учащихся на их познавательно-личностное развитие.

Уроки психологического развития, являясь метауроками, стоят вне какой-либо дидактико-методической системы (традиционной, развивающей) и в то же время, как

показали полученные нами результаты, хорошо сочетаются с любой из них, так как, продвигая учащихся в психологическом, в частности умственном, развитии, они обеспечивают повышение качества усвоения знаний при обучении всем школьным предметам.

Комплексная психолого-педагогическая задача школьного обучения состоит в том, чтобы не только обеспечить усвоение совокупности конкретных знаний по школьным дисциплинам, но и сформировать у учащихся представления об обобщенных приемах и способах выполнения различных умственных действий, что, в свою очередь, обеспечит лучшее усвоение конкретного предметно-учебного содержания. Это и есть, с одной стороны, механизм умственного развития, а с другой стороны - это путь формирования психологической основы обучения, обладающей внутренним потенциалом развития, который позволит в будущем осуществляться не только саморазвитию и саморегуляции личности, но и эффективному самостоятельному приобретению знаний. Обобщенные знания о выполнении интеллектуальных операций формируются в работе с реальным конкретным содержанием, отвечающим не только требованиям школьного обучения на данной ступени, но и актуальным потребностям самих учащихся.

Основная задача психологического развития первоклассников состоит в развитии сенсорно-перцептивной сферы, наглядно-образного мышления, формировании предпосылок овладения учебной деятельностью. Во 2 классе представляется важным дальнейшее развитие наглядно-образного мышления и начало формирования словесно-логического мышления, а также внутреннего плана действия как одного из новообразований этого периода развития. «Стержнем» предложенной Программы и одним из важных конкретных ее результатов является всестороннее развитие разных форм и видов мыслительного анализа и синтеза. Целенаправленному и планомерному развитию подлежат как чувственные, так и логические их формы.

Статус документа.

Программа развивающего курса «Планета психологии» для начальных классов составлена в рамках внеурочной деятельности. Программа конкретизирует содержание основных тем учебного курса, дает примерное распределение учебных часов на изучение тем, логику учебного процесса в аспекте возрастных особенностей учащихся первых — вторых классов.

Программа поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления.

Программа «Планета психологии» имеет психокоррекционную и развивающую направленность. За основу программы взяты следующие программы: «Четыре путешествия» Л.М. Новиковой, И.В. Самойловой; «Психологическая азбука» Арджакеева Т.А. В теоретическом аспекте опирается на понятие психологического здоровья, введенное И.В. Дубровиной и в последующем развитое О.В. Хухлаевой и представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социопсихологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, арттерапии.

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

Цели программы:

1. диагностика и развитие познавательных процессов учащихся (внимания, восприятия, воображения, мышления, памяти);
2. формирование коммуникативных навыков и навыков саморегуляции;
3. коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы детей;
4. профилактика школьной дезадаптации.

Основные задачи:

1. Формирование психологического здоровья.
2. Формирование позитивное отношение к своему «Я».

3. Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
4. Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
5. Развитие навыков социального поведения.
6. Знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями поведения.
7. Создание возможностей для самовыражения.
8. Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
9. Развитие способности ребенка к эмпатии, сопереживанию.
10. Формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных навыков.
11. Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
12. Развитие познавательной мотивации.
13. Раскрытие творческого потенциала.

Основные методы и технологии развития УУД, используемые в рамках уроков.

Методы:

- сказкотерапия: разрешение трудностей в обучении, посмотреть на себя со стороны, разрешение проблем общения, "проживание ситуации";
- дискуссионные методы (побуждающий диалог, подводящий диалог, групповая дискуссия, анализ конкретной ситуации);
- игровые методы (творческая игра (создание сказочного жителя), сюжетно-ролевая игра, интеллектуальные игры, дидактическая игра).

Технологии:

- проблемно-диалогическое обучение – деятельностный подход в обучении (поиск решения в ходе подгрупповой работы детей в ходе просмотра мультфильма и обсуждения необходимости находить разные варианты выхода из трудных ситуаций);
- организация учебного сотрудничества (партнерство в отношениях на уроке: психолог интересуется мнением обучающихся, побуждает к самостоятельному выбору вариантов решений);
- использование интерактивных возможностей ИКТ
- игровые технологии (творческая сюжетно-ролевая игра).

Принципы реализации программы:

1. Принцип индивидуализации предполагает учет возраста и уровня общего психофизиологического состояния ребенка.
2. Принцип доступности от уровня психологических особенностей ребенка.
3. Принцип наглядности - демонстрация упражнений, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребенку их правильно выполнять.
4. Принцип систематичности и последовательности заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.
5. Принцип научности лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей младшего школьного возраста.
6. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Описание места программы внеурочной деятельности «Планета Психологии» в учебном плане.

Программа «Планета Психологии» изучается в 1х классах в рамках внеурочной деятельности. Программа рассчитана на один час в неделю – в 1 классе 34 часа. Занятия проводятся в групповой форме.

Организационная структура занятий:

По своей структуре урок делится на вводную часть, основную и заключительную. Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного

эмоционального фона, без которого эффективное усвоение знаний невозможно. Этот эмоциональный настрой, постоянно создаваемый на уроках психологического развития, постепенно должен у учащихся закрепиться и переноситься на другие школьные уроки. В качестве приема создания положительного эмоционального фона может выступить просьба учителя улыбнуться друг другу и сказать добрые слова.

Важным моментом вводной части является выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности. Стимулирующее воздействие физических упражнений на психическую деятельность известно давно. Имеется много данных об улучшении показателей различных психических процессов под влиянием физических упражнений: увеличивается объем памяти, повышается устойчивость внимания, ускоряется решение элементарных интеллектуальных задач, убыстряются психомоторные процессы. Тем самым обеспечивается более высокий уровень работоспособности, который не может не влиять положительно на успешность учебной деятельности. Для каждого урока подобраны специальные упражнения, стимулирующие те психические функции, которые подлежат развитию на данном уроке.

Задания для основной части урока подбирались с учетом их направленности на осуществление дифференциации познавательных структур и с точки зрения удобства для коллективной работы в классе. Для достижения развивающего эффекта необходимо неоднократное выполнение заданий. Однако для предотвращения снижения интереса учащихся к повторным выполнениям одного и того же задания обеспечено разнообразие внешнего оформления содержания ряда заданий, но сохранить единство их внутренней психологической направленности. Реализован и принцип «спирали», т.е. возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности (от 1 класса к 2).

Задача заключительной части урока состоит в подведении итогов занятия, обсуждении результатов работы учащихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий. Существенным моментом здесь являются ответы учащихся на вопрос, чем же они занимались и чему научились на данном уроке.

Оценка эффективности уроков психологического развития.

Для оценки эффективности уроков психологического развития можно использовать следующие показатели:

- степень помощи, которую оказывает педагог-психолог учащимся при выполнении заданий: чем помощь педагога-психолога меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
- поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты уроков;
- результаты выполнения контрольных психологических заданий, в качестве которых даются задания, уже выполнявшиеся учениками, но другие по своему внешнему оформлению, и выявляется, справляются ли ученики с этими заданиями самостоятельно;
- косвенным показателем эффективности данных уроков может быть повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам, а также наблюдения учителей за работой учащихся на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности и др.).

Кроме того, представляется важным оценивать воздействие уроков психологического развития на эмоциональное состояние учеников. Для этого будет использован, например, прием цветогаммы: школьников в начале и конце урока просят нарисовать цветными карандашами или красками свое настроение в данный момент. Использование красного цвета свидетельствует о восторженном настроении, оранжевого - о радостном, зеленого - о спокойном, уравновешенном состоянии, фиолетового - о тревожности, напряженности, черного - об унынии, разочаровании, упадке сил. Сравнение результатов этого задания, полученных в начале и конце урока, а также изменения цветовой гаммы на протяжении некоторого времени позволит сделать выводы об изменении эмоционального состояния каждого ученика под влиянием уроков психологического развития.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- навыки конструктивного взаимодействия;
- адекватное реагирование на трудности;
- умения действовать с позиции "Режиссера". Используем задания, направленные на творческое самовыражение (создание сказочного жителя), нравственный поступок - "доброе дело" (дети помогли сказочным жителям). Используем прием, обучающий умению конструктивного взаимодействия (Как правильно задать вопрос и ответить на него, не обидев личности другого). Связь мотива "Хочу помочь справиться с трудной ситуацией" и целью (результатом) занятия: "Я смогу находить разные варианты решения трудных ситуаций».

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Познавательные универсальные учебные действия:

- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. Используем задания, в которых ребенок выбирает и предлагает варианты способов решения сложных ситуаций;
- умение структурировать знания;
- анализ объектов с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
- синтез как составление целого из частей; построение логической цепи рассуждений, доказательств; рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Используем: игры и упражнения, направленные на развитие мышления; подведение итогов занятия, осознание пройденного.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- способность к волевому усилию - к выбору в трудных ситуациях и преодолению препятствий (принятие решения к действию, создание сказочного жителя, прохождение испытаний);
- планирование - определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата (поэтапное прохождение заданий).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- умение обратиться за помощью, вести диалог, отвечать на вопросы. Используем: групповую дискуссию, совместный анализ сказки, побуждающий диалог.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Осознание особенностей позиции ученика и овладение умением вести себя в соответствии с этой позицией.
2. Снижение тревожности, связанной с различными аспектами школьной жизни, до уровня, соответствующего возрастной норме.
3. Повышение самооценки учащихся.
4. Овладение навыками эффективного общения со сверстниками и взрослыми людьми.
5. Овладение умением распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.

3. СОДЕРЖАНИЕ

1 КЛАСС (34 ЧАСА)

Раздел I. Развитие эмоционально-волевой сферы (5 ч)

Ознакомление детей с культурой поведения в школе. Формирование положительного отношения детей к выполнению правил поведения в школе. Развитие вежливого, уважительного отношения детей друг к другу. Формирование группы, создание положительного эмоционального фона. Формирование коммуникативных навыков, положительного эмоционального фона у учащихся на основе самопринятия, самораскрытия

и принятия других людей. Коррекция детских страхов в рисунке, осознание полезности и вреда страхов. Развитие слабой части личности, как способа борьбы со страхом.

Раздел II. Развитие познавательных процессов (24 ч)

Развитие артикуляции. Развитие пространственных представлений (усвоение понятий «следует за», «находится перед», «слева», «справа», «между», «сверху», «снизу»). Развитие фонетико-фонематического восприятия. Развитие пространственных представлений (определение местоположение объекта в строке и столбце). Развитие понятийного мышления. Развитие умения выполнять словесные поручения. Формирование элементов самоконтроля. Развитие слуховых ощущений. Развитие объема внимания. Развитие осязательных ощущений. Развитие непосредственной вербальной памяти. Развитие пространственных представлений (понимание терминов «выше», «ниже», «левее», «правее», «на», «над», «под»). Развитие слухового внимания. Развитие памяти на последовательность действий. Развитие умения анализировать и сравнивать образец. Развитие произвольного внимания. Развитие целостности, константности восприятия. Развитие навыков совместной деятельности. Развитие зрительной памяти. Развитие умения воспринимать словесные указания и подчинять им свою деятельность. Развитие словесно-логического мышления, его составляющих: классификация, анализ, обобщение. Развитие наблюдательности.

Раздел III. Планета моего «Я» (5 ч)

Формирование понятия о самооценке. Влияние самооценки на процесс общения. Определение самооценки учащихся. Формирование адекватной самооценки. Снижение зависимость самооценки учащихся от мнения других людей. Формирование у детей положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности. Формирование желания нравиться себе и другим людям, способствовать раскрепощению ребенка. Формирование у детей положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности. Способствовать развитию у ребенка чувства уверенности в себе, в собственных силах. Актуализировать потенциал каждого ребенка, его достоинств.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел, темы	Кол-во часов	Форма проведения занятий	ЭОР
1. РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ (5ч)				
<ul style="list-style-type: none"> -вовлечение учащихся в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах; -формирование детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу; -создание традиций, задающих определенные социально значимые формы поведения; - поддержка школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций; - формирование коммуникативных навыков, положительного эмоционального фона у учащихся на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других людей; - коррекция детских страхов в рисунке, осознание полезности и вреда страхов; -развитие слабой части личности, как способа борьбы со страхом. 				
1	Знакомство. Правила поведения в школе.	1	Беседа	

2	Мое отношение к оценке.	1	Практическое занятие	
3	Я и мое настроение.	1	Игра	
4	Мы живем без страхов.	1	Практическое занятие	
5	Я контролирую себя.	1	Практическое занятие	
2. РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ (24 Ч)				
<p>-установление доверительных отношений между педагогическим работником и обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации познавательной деятельности</p> <p>- побуждение обучающихся соблюдать общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками и сверстниками(обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;</p> <p>- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых явлений, организация их работы с получаемой социально-значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по этому поводу, выработки своего к ней отношения.</p> <p>-развитие пространственных представлений (усвоение понятий «следует за», «находится перед», «слева», «справа», «между», «сверху», «снизу»);</p> <p>-развитие умения воспринимать словесные указания и подчинять им свою деятельность;</p> <p>-развитие словесно-логического мышления, его составляющих: классификация, анализ, обобщение.</p>				
6	Развитие пространственных представлений.	1	Практическое занятие	
7	Развитие фонетико-фонематического восприятия.	1	Практическое занятие	
8	Развитие пространственного восприятия, навыков самоконтроля.	1	Практическое занятие	
9	Развитие кратковременной памяти.	1	Практическое занятие	
10	Развитие пространственных представлений.	1	Практическое занятие	
11	Развитие объема внимания.	1	Практическое занятие	
12	Развитие слухового восприятия.	1	Практическое занятие	
13	Развитие слухового восприятия.	1	Практическое занятие	
14	Развитие произвольного внимания.	1	Практическое занятие	
15	Развитие зрительной памяти.	1	Практическое занятие	
16	Развитие концентрации внимания.	1	Практическое занятие	
17	Развитие воображения.	1	Практическое занятие	
18	Развитие произвольного внимания.	1	Практическое занятие	
19	Развитие зрительного восприятия.	1	Практическое занятие	

20	Развитие переключения внимания.	1	Практическое занятие	
21	Развитие мышления.	1	Практическое занятие	
22	Развитие произвольного внимания.	1	Практическое занятие	
23	Развитие памяти.	1	Практическое занятие	
24	Развитие словесно-логического мышления.	1	Практическое занятие	
25	Развитие гибкости мышления.	1	Практическое занятие	
26	Развитие процессов мышления: анализа, синтеза.	1	Практическое занятие	
27	Развитие звукового синтеза.	1	Практическое занятие	
28	Развитие звукового синтеза.	1	Практическое занятие	
29	Развитие мышления.	1	Практическое занятие	
3. ПЛАНЕТА МОЕГО «Я» (5 ч)				
<ul style="list-style-type: none"> - поддержка школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций; - формирование коммуникативных навыков, положительного эмоционального фона у учащихся на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других людей; - коррекция детских страхов в рисунке, осознание полезности и вреда страхов; -развитие слабой части личности, как способа борьбы со страхом. - привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых явлений, организация их работы с получаемой социально-значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по этому поводу, выработки своего к ней отношения; -формирование у детей положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности; -способствовать развитию у ребенка чувства уверенности в себе, в собственных силах; -актуализировать потенциал каждого ребенка, его достоинств. 				
30	Что такое самооценка?	1	Беседа	
31	Какой «Я» сегодня?	1	Беседа	
32	Каким я буду в будущем?	1	Практическое занятие	
33	Все в моих силах...	1	Практическое занятие	
34	Заключительно занятие-рефлексия	1	Практическое занятие	