

АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»
АДМИНИСТРАЦИЯ КИРОВСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРОГИМНАЗИЯ № 237 «СЕМИЦВЕТИК» ГОРОДА САРАТОВА



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**кружка «Тропинка к своему я»
(1 класс)
срок реализации программы — 7 месяцев**

Вид программы: авторская

Утверждена на
педагогическом совете № 1
« 30 » 08 2023 года

Разработала:
педагог-психолог Токарева Елена
Николаевна

г. Саратов
2023 г.

Структура программы

№№	Раздел программы	Стр.
1	Пояснительная записка – 3-6	
2	Учебно-тематический план - 7-8	
3	Содержание программы - 9-10	
4	Методическое обеспечение программы - 10-11	
5	Список литературы - 11	

Пояснительная записка

Первые дни в школе требуют целенаправленной работы по формированию установки на преодоление школьных трудностей и способности получать удовлетворение от процесса познания. Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Поэтому на групповых психологических занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

В групповые занятия должны включаться игровые и двигательные задания. Первоклассники еще не могут контролировать свои действия. Поэтому главной задачей занятий становится содействие развитию рефлексии учащихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний.

Предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьезное внимание способам формирования учебной установки в близких и доступных детям формах, прежде всего в форме игры и сказок. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными. В результате к концу первого года обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

Для первоклассников самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей. Детям кажется, что они занимают центральное место в жизни педагога, что все его беды и радости связаны только со школой и с ними. Поэтому полезно включать в занятия задания, которые дают возможность понять, что радовать и огорчать учителя могут не только их успехи или дисциплина на уроке, но и чтение книг, к примеру, или общение с собственными детьми. Это поможет учащимся справиться с возможным страхом перед учителем. Другая важная задача в работе с первоклассниками – установление атмосферы дружелюбия.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. Рабочая программа модифицирована на основе программы «Тропинка к своему Я» (уроки психологии в начальной школе). Автор – Хухлаева О.В.

Новизна данной рабочей программы определена федеральным государственным стандартом начального общего образования 2010 года.

Отличительными особенностями являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение **личностных, метапредметных и предметных результатов** освоения учебного курса.
2. В основу реализации программы положены **ценностные ориентиры и воспитательные результаты**.
3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают **уровневую оценку** в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией, психологом
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

Цель программы: оптимизация и психологическое сопровождение процесса адаптации первоклассников через организацию внеурочной деятельности.

Задачи

1. Развитие у детей когнитивных умений и способностей для успешного обучения; а также социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.
2. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я-концепции», устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.
3. Создание ситуации эмоционального принятия членов группы.
4. Создание условий для эффективного взаимодействия членов группы и формирование коммуникативных умений.
5. Активизирование процессов самопознания и самораскрытие членов группы.

Программа рассчитана на детей 6,6лет - 8 лет. Занятия проводятся 2 раз в неделю в течение всего года, общее количество часов составляет 60 часов. Продолжительность занятий 30 – 45 минут.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.
2. Развёртывание темы.
3. Индивидуализация темы.

4. Завершение темы.

Прогнозируемые результаты

Метапредметными результатами изучения является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя
- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью учителя

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

Средства формирования УУД: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и

творческие игры), *метод творческого самовыражения* (литературное, художественное и др. виды творчества), *методы психической саморегуляции и тренировки психических функций* (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении младших школьников имеют исключительное значение.

К результатам обучения относятся *психологические знания* (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), *психологические умения* (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), *навыки* (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), *опыт творческой самодеятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения* к психологической реальности и действительности в целом.

Межпредметные связи:

Курс психологии эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

- в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);
- в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);
- в включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

Формы контроля: входная, промежуточная, итоговая диагностика.

Учебно-тематический план

Наименование занятий	Теоретические часы	Практические часы
1. Раздел: «Я – школьник» 36 ч	18	18
1.1. Знакомство. Введение в мир психологии Игры: «Знакомство», «Имя оживает», «Ласковое имя», «Рисунок имени».	1	1
1.2. Как зовут моих одноклассников. Игры: «Мое имя», «Имя начинается с буквы...», «Имя соседа», «Я – солнышко», «Нарисуем имя мамы».	1	1
1.3. Зачем мне нужно ходить в школу Упражнения: «Закончи предложения», «Какой урок важнее?» Работа со сказкой Рисунок «Я в школе» Упражнения: «Закончи предложения», «Какой урок важнее?» Работа со сказкой Рисунок «Я в школе».	1	1
1.4. Мой класс Игры: «Сколько в нашем классе?», «Какого цвета?», «Буратино хочет в школу», «Буратино хочет к нам в гости». «Буратино проголодался». Работа со сказкой.	1	1
1.5. Какие ребята в моем классе. Игры: «Сколько в моем классе?», «Мы», «Вспомним хорошие поступки», «Мы любим». Упражнения: «Закончи предложения». Работа со сказкой.	1	1
1.6. Мои друзья в классе. Упражнения: «Закончи предложения», «Как можно помириться», «У кого самое лучшее зрение», «Тропинка к сердцу». Работа со сказкой.	1	1
1.7. Мои успехи в школе. Упражнения: «Закончи предложения» Игры: «Буратино забыл слова», «Мне помогли». Работа со сказкой.	1	1
1.8. Моя «учебная сила». Игры: «Я тоже», «Встаньте, у кого это есть», «Главная учебная сила». Работа со сказкой	1	1
1.9. Я умею управлять собой.	1	1

Содержание программы

Программа состоит из двух разделов:

Раздел 1: «Я – школьник»

Цели:

- содействовать осознанию позиции школьника;
- способствовать формированию дружеских отношений в классе;
- развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях.

Темы раздела:

1. Знакомство. Введение в мир психологии.
2. Как зовут ребят моего класса?
3. Зачем мне нужно ходить в школу?
4. Мой класс.
5. Какие ребята в моем классе?
6. Мои друзья в классе.
7. Мои успехи в школе.
8. Моя учебная сила.
9. Я умею управлять собой
10. Я умею преодолевать трудности
11. Я умею слушать других
12. Я умею учиться у ошибки
13. Я умею быть доброжелательным
14. Я – доброжелательный
15. Я умею быть ласковым
16. Я умею делать задания вместе с другими
17. Я умею слушать мнение другого
18. Я учусь решать конфликты

Раздел 2: «Мои чувства»

Цели:

- рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева;
- обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей;
- помочь детям осознать относительность оценки чувств;
- способствовать снижению уровня страхов.

Темы раздела:

1. Радость. Что такое мимика.
2. Радость. Что такое жесты?
3. Радость. Как ее доставить другому человеку?
4. Радость можно передать прикосновением, взглядом.
5. Грусть.
6. Страх.
7. Страх, его относительность.
8. Как справиться со страхом.
9. Гнев. С какими чувствами он дружит.

10. Обида.
11. Разные чувства.
12. Итоговое занятие.

Методы и приемы

1. Игры - коммуникации.
2. Игры – релаксации. Музыка.
3. Сказки.
4. Рисование.
5. Рефлексия.

Формы реализации программы:

- фронтальная;
- парная;
- групповая;
- индивидуальная.

Методы реализации программы:

- практический;
- объяснительно – иллюстративный;
- частично – поисковый;
- наблюдение.

Учебно – методическое обеспечение:

- учебные пособия;
- иллюстративный материал;
- дидактический материал к урокам;
- методические рекомендации к проведению отдельных тем и уроков;
- ИКТ.

Ожидаемый результат.

1. Развиты у детей когнитивные умения и способности для успешного обучения; а также социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.
2. Сформирована устойчивая учебная мотивация на фоне позитивной «Я-концепции», устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

3. Созданы ситуации эмоционального притяжения членов группы.
4. Созданы условия для эффективного взаимодействия членов группы и формирование коммуникативных умений.
5. Активизированы процессы самопознания и самораскрытие членов группы.

Список используемой литературы

1. Алан Дж. Ландшафт детской души. СПб.-Минск, 1997.
2. Андреева А. Русские боги в Зазеркалье. Мифы и магия индоевропейцев. Вып. 4 М., 1996, с 112-163.
3. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М., 1990.
4. Бурлачук Л.Ф., Корожаева Е.Ю. психология жизненных ситуаций. М., 1998.
5. Вайсен Р. И др. Обучение жизненным навыкам в школах. М., 1996.
6. Изард К.Е. эмоции человека. М., 1980.
7. Крайг Г. Психология развития. СПб., 2000.
8. Луньков А.И. Как помочь ребенку в учебе в школе и дома. М., 1995.
9. Миллс Дж., Кроули Р. Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребенка». М., 1996.
10. Мухина В.С. Детская психология. М., 1999.
11. Окландер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. М., 1997.
12. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.
13. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной. М., 1998.
14. Прутцманн П. Дружный класс как маленькая планета. СПб., 1998.
15. Психологический словарь / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М., 1985.
16. Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков / Под ред. А.Д. Андреевой. М., 1995.
17. Хухлаева О. В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе», Москва, 2011 г.