МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

« Школа №128»

Принята на
педагогическом совете
Протокол от__29.08.17__№_1____

Утверждена
приказом директора
муниципального автономного
общеобразовательного учреждения
«Школа № 128»
от « 01» сентября 2017 г.№ 285-01-02

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«Психологическая азбука»
Возраст обучающихся: с 6 лет.
Срок реализации программы: 1 год

Автор: педагог психолог
Е.В.Пономарева

Нижний Новгород
2017 год

Пояснительная записка.

Программа кружка для 1 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе (1-4). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2009г.

Актуальность:
Обучение ребёнка в начальной школе – первая и очень значительная ступень в его школьной жизни. От степени освоения им новой – учебной – деятельности, приобретения умения учиться во многом зависит дальнейшее обучение ребёнка, развитие его как субъекта учебного процесса и формирование его отношения к школе.

Целесообразность проведения с младшими школьниками занятий, специально направленных на развитие личностно- мотивационной и аналитико – синтетической сферы ребенка, внимания, памяти, пространственного воображения и ряда других функций, обусловлена уникальностью данного возрастного периода, характеризующегося повышенной сензитивностью. Именно в указанный период у ребенка наиболее интенсивно протекает процесс физиологического созревания основных мозговых структур, что дает возможность эффективного воздействия на его интеллектуальную сферу. Психолог Л.С. Выгодский отмечал, что развитие мышления приводит, в свою очередь, к качественной перестройке восприятия и памяти, превращению их в регулируемые, произвольные процессы.

Введение регулярных развивающих занятий, включение детей в постоянную поисковую деятельность существенно гуманизирует начальное образование, способствует лучшей адаптации и повышению мотивации, развивает у ребенка познавательный интерес, формирует стремление ребенка к размышлению и поиску, повышает уверенность в своих силах. Исчезает боязнь ошибочных шагов, снижается тревожность и необоснованное беспокойство. Тем самым создаются необходимые личностные и интеллектуальные предпосылки для успешного протекания процесса обучения на всех последующих этапах образования.

Направленность программы: социально-педагогическая.

Возраст детей: с 7 лет.

Цель и задачи:
Главной ***целью*** этой программы выступает развитие личности ребёнка, в частности его самосознания и рефлексивных способностей в тех пределах, которые определяются возрастными возможностями.
Программа призвана решить следующие ***задачи:***

- Помочь детям быстрее и безболезненней адаптироваться к школьным условиям.

- Учить методам и приёмам познания себя.
- Учить детей осмысленно относиться к ресурсам человеческой психики с целью их эффективного использования во всех основных видах и формах познания.
- Помочь детям осознать у себя ведущие каналы восприятия информации и ориентировать их на целенаправленное развитие всей системы восприятия окружающего мира.
- Познакомить детей с понятиями «чувства» и «эмоции».
- Научить детей осознавать и называть собственные переживания.
- Помочь детям осознать свои задатки и способности.
- Ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображения.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 год обучения (36 часов).
Формы обучения: традиционные (всем составом, групповая, индивидуальная)
Режим занятий:
Программа предполагает проведение одного занятия в неделю. Продолжительность занятия 1 час (40 мин).

Основные виды учебной деятельности:
Чтение и обсуждение тематических сказок, составление и преобразование устных текстов, работа с картинками, классификация, логическое достраивание связей между предметами, сравнение, поиск отличий, определение и восстановление последовательности событий, отгадывание и сочинение загадок, составление рассказов и сказок, поиск ошибок, игры на развитие внимания и памяти, графические диктанты, отражение изображения в разных направлениях, копирование рисунка по точкам, игры-конструкторы, комбинаторные упражнения и т.д.

Отличительная особенность:
Программа «Психологическая азбука», являясь принципиально новой для начального образования, предполагает и кардинально иные, по сравнению с традиционными, подходы к отбору содержания, структурированию и организационным формам занятий. Важнейшим отличием данного курса является сдвиг акцентов с обучения на развитие (точнее сказать, **с обучения**, в процессе которого происходит развитие, **на развитие, являющееся целью обучения**).
Научной основой программы стал полисубъектный подход, разрабатываемый И.В. Вачковым. Программа «Психологическая азбука» нацелена в первую очередь на развитие самосознания и рефлексивных способностей детей. Основной ***принцип***, легший в основу курса, - принцип метафоризации психологических представлений, благодаря которому достигается единство материала психологии с психологическим материалом конкретной личности.

Целесообразность проведения с младшими школьниками занятий, специально направленных на развитие личностно- мотивационной и аналитико – синтетической сферы ребенка, внимания, памяти, пространственного воображения и ряда других функций, обусловлена уникальностью данного возрастного периода, характеризующегося повышенной сензитивностью. Именно в указанный период у ребенка наиболее интенсивно протекает процесс физиологического созревания

основных мозговых структур, что дает возможность эффективного воздействия на его интеллектуальную сферу. Психолог Л.С. Выгодский отмечал, что развитие мышления приводит, в свою очередь, к качественной перестройке восприятия и памяти, превращению их в регулируемые, произвольные процессы.

Введение регулярных развивающих занятий, включение детей в постоянную поисковую деятельность существенно гуманизирует начальное образование, способствует лучшей адаптации и повышению мотивации, развивает у ребенка познавательный интерес, формирует стремление ребенка к размышлению и поиску, повышает уверенность в своих силах. Исчезает боязнь ошибочных шагов, снижается тревожность и необоснованное беспокойство. Тем самым создаются необходимые личностные и интеллектуальные предпосылки для успешного протекания процесса обучения на всех последующих этапах образования.

Планируемые результаты освоения программы

Регулятивные УУД:

- учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников;
- учиться прогнозировать последствия своих поступков;
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя;
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации;
- строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото);
- делать выводы в результате совместной работы в группе;
- учиться графически оформлять изучаемый материал;
- моделировать различные ситуации;
- усваивать разные способы запоминания информации.

Коммуникативные УУД:

- учиться позитивно проявлять себя в общении;
- учиться договариваться и приходить к общему решению;
- учиться понимать эмоции и поступки других людей;
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов.

Учебно - тематический план курса.

№	ТЕМА	Теория	Практика
	Раздел 1.Я теперь школьник (вхождение в новую роль).	**3**	**4**
1.	Здравствуй, школа – это я! (Знакомство)		1
2.	Первоклассник – это здорово!	1	
3.	Зачем ходить в школу?	0,5	0,5
4.	Что значит быть школьником?		1
5.	Немного о правилах.	0,5	0,5
6.	Портфель школьника.	0,5	0,5
7.	Наука отдыхать.	0,5	0,5
	Раздел 2.Мои «учебные помощники».	**4,5**	**5,5**
8.	Моя «учебная сила».	1	
9.	Мои сильные и слабые стороны.	0,5	0,5
10.	Моё внимание.	0,5	0,5
11.	Зачем быть внимательным?	0,5	0,5
12.	Развиваем своё внимание.		1
13.	Моя память.	1	
14.	Как мы запоминаем.		1
15.	Как мне легче запоминать.	0,5	0,5
16.	Кто я: левша или правша?	0,5	0,5
17.	Зарядка для рук.		1
	Раздел 3. Я и все-все-все.	**5**	**14**
18.	Мое настроение в школе.	0,5	0,5
19.	Такие разные эмоции.	0,5	0,5
20.	Конкурс чувствоведов.		1
21.	Я учусь владеть собой.		1
22.	Мой класс.	1	
23.	Наш класс – это мы!		1
24.	Мои школьные друзья.		1
25.	Подари другу радость.		1
26.	Учимся спорить.	0,5	0,5
27.	Обида.		1
28.	Гнев – друг или враг?	0,5	0,5
29.	Драка.		1
30.	Учимся договариваться.	1	
31.	Учимся понимать друг друга.		1
32.	Что я знаю о себе?	1	
33.	Что я знаю о других?		1
34.	Мы разные и это здорово!		1
35.	У меня все получится!		1
36.	Итоговое занятие.		1
		12,5	23,5
	Итого:	**36**	

Структура программы:
Программа состоит из трёх основных разделов:
1. Раздел, ориентированный на личностную сферу (осознание личностных особенностей и оптимизация отношения к себе).
2. Раздел, ориентированный на деятельность (осознание себя в системе учебной деятельности).
3. Раздел, ориентированный на общение (осознание себя в системе отношений с другими людьми – сверстниками и взрослыми).

Содержание программы.

Содержание программы нацелено на формирование у детей умений познавать самих себя, раскрывать в себе свою субъективную реальность.

Раздел 1 (7 часов).
Я теперь школьник (вхождение в новую роль).

Материал этого раздела отбирается с целью помочь детям быстрее войти в непривычный пока для них мир школьной жизни, облегчить процессы адаптации к новым условиям, освоить новую социальную позицию школьника, которая, предоставляя им новые права, накладывает вполне определенные обязанности.
Многие дети испытывают серьезные психологические трудности при вхождении в новый коллектив сверстников; особенно это характерно для детей, не посещавших детский сад. Используя игровые психологические методики и психотехнические упражнения, учитель создает в классе атмосферу доброжелательности и конструктивного взаимодействия, позволяющую детям ослабить внутреннее напряжение, познакомиться друг с другом, подружиться. В процессе обучения ребенок овладевает умениями общения и взаимодействия на фоне и в процессе учебной деятельности, знакомится с правилами поведения в школе, осознает необходимость следовать определенным нормам взаимоотношений со сверстниками и учителями. Дети начинают понимать важность для эффективной работы умений сдерживать свои импульсивные желания, агрессивность или излишнюю активность.
В то же время учитель объясняет детям, как можно "выплеснуть" избыток энергии без вреда для окружающих и как научиться полноценно отдыхать и восстанавливать силы после учебной деятельности - достаточно сложного и тяжелого умственного труда.

Раздел 2 (10 часов).
Мои «учебные помощники».

Как правило, большинство детей в первом классе достаточно сильно мотивированы на учение. К сожалению, зачастую эта мотивация быстро угасает. Одной из задач программы "Психологическая азбука", реализуемых в этом разделе, является создание условий для развития познавательных интересов. Основой такой работы становится знакомство учащихся с тем, как мы познаем окружающий мир, с помощью каких органов чувств мы воспринимаем действительность, что такое познавательные психические процессы.
Разумеется, одно лишь знание о значении и психических функциях ощущений и восприятий, безусловно, являясь мотивирующим фактором, не может оказать определяющее,

всеобъемлющее влияние на направленность детских интересов, достаточное для сохранения устойчивых мотивов учения. Лишь через деятельность, через целенаправленное развитие осмысленного отношения к ресурсам человеческой психики, через формирование умений пользоваться этими ресурсами во всех формах и видах познания окружающего мира будет развиваться мотивационная сфера личности младшего школьника.
Кроме того, на этом этапе работа учителя должна быть направлена на то, чтобы помочь детям осознать у себя ведущие каналы восприятия информации и ориентировать их на осознанное развитие всей системы восприятия в целях более эффективного познания действительности вокруг нас и лучшего усвоения учебного материала. Этому служат специальные игры и упражнения, через участие в которых ребенок сможет усвоить умения для самостоятельного применения.
Поскольку одной из важнейших задач начального периода обучения является формирование произвольности действий ребенка, в этом разделе значительную часть занимают работа по развитию произвольного внимания и тренировка свойств внимания.

Раздел 3 (19 часов).
Я и все-все-все.

Гармоничное развитие эмоциональной сферы ребенка является залогом полноценного общего психического развития. Богатые эмоциональные переживания окрашивают жизнь ребенка в яркие цвета, наполняют полифоническим звучанием даже самые рядовые и обычные события его жизни. Вместе с тем излишняя эмоциональная чувствительность может привести к быстрой утомляемости ребенка, нервозности.
Если ребенок научится распознавать собственные и чужие эмоции, осознавать их значение и смысл, это будет очень серьезным шагом на пути к овладению им своими переживаниями, к выработке навыков произвольности действий и психической саморегуляции.
Наряду с развитием умений разбираться в тонких оттенках чувств и распознавать эмоции очень важно развивать у малыша сдержанность, устойчивость к стрессовым ситуациям, умение справляться с негативными эмоциями. Этому очень способствуют специальные этюды, в которых ребенок должен сыграть некую роль, "примеривая на себя" те или иные эмоции и обучаясь управлять ими. Большой упор делается на знакомстве с основополагающими сферами личности - эмоционально-волевой и мотивационно-потребностной. Дети впервые делают попытки разобраться в ведущих мотивах своего поведения, в механизмах возникновения потребностей и эмоций.
В работе с детьми учитель должен заняться тренировкой нужных форм поведения при разыгрывании эмоционально острых ситуаций, проработкой специальных техник изменения собственных состояний, обучением способам "высвобождения" негативных эмоций без вреда для окружающих (через рисование своих чувств, через физические действия, через дыхательные упражнения). Вместе с тем учителю нужно напоминать себе о том, что стремление только к единственному - "мирному" - способу выражения эмоций при полном исключении всех других способов не всегда является оправданным. В жизни встречаются ситуации, когда вполне уместной, а иногда и необходимой оказывается эмоциональная агрессия. Может случиться и так, что в какой-то момент более правильным путем будет "подавление" и сдерживание эмоций. Рецептурный, однозначный метод работы с эмоциональной сферой ребенка для учителя противопоказан. Ведь наше поведение должно быть гибким, соответствующим обстоятельствам, предугадать все нюансы которых просто невозможно.

Календарно - тематическое планирование

№	ТЕМА	Дата
1.	Здравствуй, школа – это я! (Знакомство)	
2.	Первоклассник – это здорово!	
3.	Зачем ходить в школу?	
4.	Что значит быть школьником?	
5.	Немного о правилах.	
6.	Портфель школьника.	
7.	Наука отдыхать.	
8.	Моя «учебная сила».	
9.	Мои сильные и слабые стороны.	
10.	Моё внимание.	
11.	Зачем быть внимательным?	
12.	Развиваем своё внимание.	
13.	Моя память.	
14.	Как мы запоминаем.	
15.	Как мне легче запоминать.	
16.	Кто я: левша или правша?	
17.	Зарядка для рук.	
18.	Мое настроение в школе.	
19.	Такие разные эмоции.	
20.	Конкурс чувствоведов.	
21.	Я учусь владеть собой.	
22.	Мой класс.	
23.	Наш класс – это мы!	
24.	Мои школьные друзья.	
25.	Подари другу радость.	
26.	Учимся спорить.	
27.	Обида.	
28.	Гнев – друг или враг?	
29.	Драка.	
30.	Учимся договариваться.	
31.	Учимся понимать друг друга.	
32.	Что я знаю о себе?	
33.	Что я знаю о других?	
34.	Мы разные и это здорово!	
35.	У меня все получится!	
36.	Итоговое занятие.	
	Итого :	

Результативность работы оценивается с помощью проективных методик (рисунки «Моя школа», «Мой класс», «Мой портрет» и т.д.), наблюдения за детьми в игровых и учебных ситуациях.

Методическое и материально-техническое обеспечение программы:
Занятия проходят в учебном классе. Кабинет должен быть оборудован стульями, доской для возможности крепить продукты труда.
Для реализации программы необходимо следующее оборудование:
• принадлежности для рисования: цветные и простые карандаши, фломастеры, маркеры, ластик, бумага формата А4, А2, А1;
• кнопки или магниты для крепления продуктов на доске,
• мячик;
• альбом для занятий, ручки для каждого участника;
• заготовленные задания.
Методические материалы:
- описание игр, психотехнических упражнений,
- тексты «психологических сказок»
- рисунки животных.

Литература:

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (первый год обучения). Под ред. И.В. Вачкова. М.;2003г.
2. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (второй год обучения). Под ред. И.В. Вачкова. М.;2004г.
3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе. М.;2009г.