

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА  
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
« Школа №128»

Принята решением  
педагогического совета  
МАОУ «Школа №128»  
Г. Нижний Новгород  
Протокол №1 от 31.08.2022г.  
С учетом мнения Совета родителей (законных  
представителей)  
Несовершеннолетних обучающихся МАОУ  
«Школа № 128»  
Протокол №1 от 01.09.2022г  
С учетом мнения Совета обучающихся МАОУ  
«Школа №128»  
Протокол №1 от 01.09.2022г.

«Утверждаю»  
Директор  
МАОУ «Школа № 128»  
Для М.Л.Бак  
Приказ № 385-01-02  
от « 01 » сентября 2022 г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА –  
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Психологическая Азбука»  
разработана в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка»



Центр дополнительного образования  
«Школа полного дня»

**Направленность:** социально-педагогическая

**Уровень:** базовый

**Возраст обучающихся:** с 7 – 9 лет

**Срок реализации программы:** 1 год

**Объем:** 72 часа

**Автор:** педагог дополнительного образования Е. В. Пономарева

Нижний Новгород  
2022 год

## **1.Пояснительная записка.**

### **Направленность: социально-педагогическая.**

Программа реализуется в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»

### **Нормативные правовые акты и методические материалы**

Программа разработана в соответствии с требованиями нормативных правовых актов и методических материалов:

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года. Распоряжение правительства Российской Федерации от 29.05. 2015 г. № 996-р.;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р);
- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования учащихся и взрослых» (Приказ Минтруда и соц.защиты РФ от 8.09.2015 № 613н);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО учащихся»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242;
- Письмо Министерства образования Нижегородской области от 30.05.2014 г. № 316-01-100-1674/14 «Методические рекомендации по разработке образовательной программы образовательной организации дополнительного образования»;
- Методическое письмо о структуре дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы (к экспертизе в НМЭС ГБОУ ДПО НИРО) / ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», г. Нижний Новгород ;
- Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Школа

№128»

– Локальные акты Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Школа №128»

### **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 ребёнка, внимания, памяти, пространственного воображения и ряда других функций, обусловлена уникальностью данного возрастного периода, характеризующегося повышенной сензитивностью. Именно в указанный период у ребёнка 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 ребёнка познавательный интерес, формирует стремление ребёнка 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.

### **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.

### **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.

**Категория обучающихся по программе:** возраст детей 6,5 – 8 лет

**Сроки реализации программы:** общая продолжительность образовательного процесса 9 месяцев; количество учебных часов – 72 ч.

**Форма обучения:** очная, занятия проводятся в группе не более 15 человек.

**Режим занятий:** занятия проводятся два раза в неделю по 45 минут, время занятий включает 40 минут учебного времени и 5-минутный обязательный перерыв.

**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.

**Механизм выявления образовательных результатов программы:**

**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.

**Промежуточная аттестация** проводится в форме защиты мини-проекта «Первоклассное путешествие» и оценивается по системе «зачет/незачет».

**Критерии оценивания работы:**

Критерий	Кол-во баллов
1. Соответствие работы теме.	1
2. Аккуратность оформления работы.	1
3. Оригинальность и яркость оформления.	1
Максимальное кол-во баллов	3

Незачет ставится, если работа набрала 0 баллов.

## 2. Учебный план.

№	Раздел	Всего	Форма промежуточной аттестации
	Раздел 1. Я теперь школьник (вхождение в новую роль).	<b>11</b>	
	Раздел 2. Мои «учебные помощники».	<b>19</b>	
	Раздел 3. Я и все-все-все.	<b>41</b>	
	Промежуточная аттестация	<b>1</b>	<b>Защита проекта</b>
	Итого :		<b>72</b>

### Календарный учебный график.

Учебный год начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

Продолжительность учебного года для обучающихся составляет не менее 36 недель.

Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

После окончания каждой четверти следуют каникулы. Осенние, зимние, весенние каникулы составляют – 21 день.

Режим занятий:

1 раз в неделю по 2 часа – 72 часа в год;

2 раза в неделю по 1 часу – 72 часа в год.

Установленная продолжительность учебного часа составляет 40 минут, время перерыва – не менее 10 минут.

### **3.Рабочая программа**

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

#### **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).

#### **Раздел 1 (11 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 (19 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 (42 часа).**

#### **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.

### **Методические и материально-технические условия реализации программы:**

Оборудование, используемое при реализации программы, получено по федеральному проекту «Успех каждого ребенка», в рамках национального проекта «Образование».

Занятия проходят в учебном классе. Кабинет должен быть оборудован стульями, доской для возможности крепить продукты труда.

- Мульстанок
- Ноутбуки -12 шт
- 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.

### **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.

#### **4. Оценочные и методические материалы**

Для проверки результативности программы применяются различные способы отслеживания результатов.

**Цель промежуточной аттестации** – выявление исходного, промежуточного и итогового уровня развития теоретических знаний, практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам образовательной программы

**Задачи промежуточной аттестации:**

- определить уровень теоретической подготовки обучающихся в технической области, выявление степени сформированности практических умений и навыков детей в выбранном ими виде творческой деятельности.
- соотнести прогнозируемые и реальные результаты учебно-воспитательной работы;
- выявить причины, способствующие или препятствующие полноценной реализации образовательной программы;
- внести необходимые коррективы в содержание и методику образовательной деятельности детского объединения.

**Формы проведения промежуточной аттестации и текущего контроля**

- собеседование,
- творческая работа,
- защита проекта,
- тестирование.

#### Методические материалы

1. Словесный метод: рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор.
2. Наглядный метод: показ упражнений или их элементов учителем или наиболее подготовленными учениками, демонстрация кино- и видеоматериалов, рисунков, фотографий, схем тактических взаимодействий; методы ориентирования
3. Практический метод
4. Игровой метод
5. Памятки, инструкции, схемы, мультимедийные материалы

## Оценочные материалы

**Критериями** оценки результативности обучения воспитанников являются:

критерии оценки уровня теоретической подготовки воспитанников: соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям; широта кругозора; свобода восприятия теоретической информации; развитость практических навыков работы со специальной литературой, осмысленность и свобода использования специальной терминологии;

критерии оценки уровня практической подготовки воспитанников: соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям; свобода владения специальным оборудованием и оснащением; качество выполнения практического задания; технологичность практической деятельности.

**Критерии оценивания работы:**

Критерий	Кол-во баллов
1. Соответствие работы теме.	1
2. Аккуратность оформления работы.	1
3. Оригинальность и яркость оформления.	1
Максимальное кол-во баллов	3

Способ фиксации результата : Зачет/незачет. Незачет ставится, если работа набрала 0 баллов.

## 5. Учебно-тематический план

№	ТЕМА	Теория
1.	Здравствуй, школа – это я! (Знакомство)	
2.	Школьник и дошкольник.	
3.	Теперь я школьник.	
4.	Первоклассник – это здорово!	
5.	Зачем ходить в школу?	
6.	Что значит быть школьником?	
7.	Немного о правилах.	
8.	Игрушки и школьные принадлежности.	
9.	Портфель школьника.	
10.	Наука отдыхать.	
11.	Правильно ли ты отдыхаешь?	
12.	Моя «учебная сила».	
13.	Мои сильные и слабые стороны.	
14.	Моё внимание.	
15.	Игры на развитие свойств внимания.	
16.	Зачем быть внимательным?	
17.	Игры на развитие свойств внимания.	
18.	Развиваем своё внимание.	
19.	Игры на развитие свойств внимания.	
20.	Я умею быть внимательным!	
21.	Моя память.	
22.	Игры на развитие памяти и логического мышления.	
23.	Как мы запоминаем.	
24.	Игры на развитие памяти и логического мышления.	
25.	Как мне легче запоминать.	
26.	Игры на развитие памяти и логического мышления.	
27.	Кто я: левша или правша?	

28.	Игры на развитие координации.	
29.	Зарядка для рук.	
30.	Игры на развитие мелкой моторики.	
31.	Мое настроение в школе.	
32.	Что такое эмоции?	
33.	Такие разные эмоции.	
34.	Конкурс чувствоведов.	
35.	Чувства разные нужны, чувства разные важны.	
36.	Я учусь владеть собой.	
37.	Мой класс.	
38.	Наш класс – это мы!	
39.	Портрет моего класса.	
40.	Мои школьные друзья.	
41.	Узнай меня поближе.	
42.	Подари другу радость.	
43.	Учимся спорить.	
44.	Обида.	
45.	Гнев – друг или враг?	
46.	Драка.	
47.	Учимся мириться.	
48.	Учимся договариваться.	
49.	Учимся понимать друг друга.	
50.	Учимся работать вместе.	
51.	Учимся работать дружно.	
52.	Игры на сплочение коллектива.	
53.	Игры на сплочение коллектива.	
54.	Игры на сплочение коллектива.	
55.	Что я знаю о себе?	
56.	Я – это кто?	
57.	Сказка о волшебных зеркалах.	

58.	Какой у меня характер?	
59.	Что я знаю о других?	
60.	Разные люди – разные характеры.	
61.	Мы разные и это здорово!	
62.	Подготовка к проекту «Первоклассное путешествие».	
63.	Подготовка к проекту «Первоклассное путешествие».	
64.	Подготовка к проекту «Первоклассное путешествие».	
65.	Защита проекта «Первоклассное путешествие».	
66.	Защита проекта «Первоклассное путешествие».	
67.	Защита проекта «Первоклассное путешествие».	
68.	У меня все получится!	
69.	Игры на развитие качеств личности и познавательных способностей.	
70.	Игры на развитие качеств личности и познавательных способностей.	
71.	Игры на развитие качеств личности и познавательных способностей.	
72.	Впереди второй класс!	

В период дистанционного обучения учебные и дополнительные материалы выкладываются на платформе Дневник.ру.