**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов №1 г.Шагонара Улуг-Хемского кожууна**

Рассмотрено Согласовано Утверждаю

На заседании М/о Зам. Директора по УВР Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_рук м/о \_\_\_\_\_\_Мандан-оол И.Д. \_\_\_\_\_\_\_ Мареев В.В.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_2014г «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2014г «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_2014г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

 **«Психологическая азбука»**

Ступень обучения: начальное общее образование – 1 класс

Уровень общего образования: базовый

Срок реализации: 2014-2015 учебный год

Количество часов: 33ч

Педагог-психолог МБОУ СОШ №1

Болдук Ш.А.

Шагонар – 2014г.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по предмету «Психологическая азбука» 1 класс создана на основе федерального компонента государственного стандарта начального общего образования.

Главная цель– развитие личности ребенка, в частности, его самосознания и рефлексивных способностей в тех пределах, которые определяются возрастными возможностями и требованиями психологической безопасности, предохраняющими ребенка от излишней «боли самопознания»

Основные задачи:

* Помочь детям быстрее и по возможности безболезненно адаптироваться к школьным условиям;
* Познакомить детей с базовым понятийным аппаратом психологии;
* Учить методам и приемам познания себя;
* Учить осмысленно относиться к ресурсам человеческой психики, эффективно использовать их во всех основных видах и формах познания;
* Помочь детям осознать ведущие каналы восприятия информации и ориентировать их на целенаправленное развитие всей системы восприятия окружающего мира;
* Познакомить детей с типологиями индивидуально-психологических особенностей человека;
* Познакомить детей с понятиями «чувства» и «эмоции»;
* Научит детей осознавать и называть собственные переживания;
* Помочь осознать свои задатки и способности;
* Ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображений.

**Общая характеристика предмета**

Настоящая программа «Психологическая азбука» для 1-го класса создана на основе авторской программы Аржакаевой Т.А., Вачкова В.И., Поповой А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1-м классе. 2-е изд. – М.: Генезис, 2013.

На занятиях по "Психологической азбуке" дети играют, рассказывают о себе, свободно выражают себя в рисунке, танце, движении, размышляют вслух, выполняют индивидуальные и групповые задания, разыгрывают сценки, разгадывают психологические загадки, слушают и обсуждают специально придуманные сказки, расслабляются под музыку, участвуют в конкурсах. По достигаемым задачам и используемым методам занятия по "Психологической азбуке" представляют собой развивающие групповые занятия.

Одна из важных особенностей развивающих занятий по программе "Психологическая азбука" заключается в том, что они не только позволяют развивать самосознание детей в процессе специально организованного самоузнавания и взаимоузнавания, но и дают возможность самому психологу (или педагогу) лучше узнать детей, держать их в поле профессионального зрения, отслеживая ход и достижения их психического развития, замечая возникающее психологическое неблагополучие, и, в конечном счете, предупреждать появление серьезных психологических проблем у ребенка.

**Структура занятий** включает в себя, как правило, три основных этапа: подготовительный (повторение пройденного, проверка домашнего задания, подготовка к восприятию материала, настрой на занятие) основной (изложение учителем нового материала, работа по теме, выполнение развивающих упражнений), подведение итогов и выводы.

**В комплект методических материалов** к программе входят:

* Методические пособия для психолога, включающие теоретическое обоснование содержания программы, примерные конспекты в 1-4 классах;
* Книга для чтения – «Сказка о самой душевной науке» (автор – Вачков И.В.): в течение первого и второго годов обучения – повесть «Королевство внутреннего мира»; в течение третьего и четвертого годов обучения – «Королевство разорванных связей»;
* Рабочие тетради для каждого года обучения, выполняющие функции своеобразного дневника ребенка и соответствующие содержанию разделов программы и тем занятий.

**Место предмета в учебном плане**

Программа предполагает проведение одного занятия в неделю. Курс рассчитан на четыре года обучения.

**Планируемые результаты освоения основной общеобразовательной программы начального общего образования**

**Личностные универсальные учебные действия (УУД)**

**Общая характеристика:** обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию обучающихся и ориентацию в социальных ролях, межличностных отношениях:

**Виды личностных УУД:**

1. Личностное, профессиональное, жизненное самоопределение.
2. Смыслообразование — поиск и установление личностного смысла учения (т.е. «значения для себя»), понимание границ того, «что я знаю» и «что я не знаю», стремление к преодолению разрыва между этими областями.
3. Нравственно-этическая ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания исходя из социальных и лич­ностных ценностей.

У выпускника начальной школы ***будут сформированы:***

*•* внутренняя позиция школьника на уровне эмоционально - положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика» как примера для подражания;

• способность к оценке своей учебной деятельности;

• ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;

* широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
* учебно-познавательный интерес к новому учебному матери­алу и способам решения новой задачи;
* знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
* ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
* этические чувства — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
* эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.

**Коммуникативные УУД**

**Общая характеристика:** обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей – партнеров по общению или деятельности; умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

**Виды коммуникативных УУД:**

1. Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверст­никами — определение цели, функций участников, спосо­бов взаимодействия.
2. Постановка вопросов — инициативное сотрудничество в по­иске и сборе информации.
3. Разрешение конфликтов — выявление, идентификация про­блемы, поиск и оценка альтернативных способов разреше­ния конфликта, принятие решения и его реализация.
4. Управление поведением партнера — контроль, коррекция, оценка его действий.
5. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими норма­ми родного языка, современных средств коммуникации.

В этой связи выпускник начальной школы ***научится:***

* адекватно использовать речевые средства для решения раз­личных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи;
* допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
* учитывать разные мнения и стремиться к координации раз­личных позиций в сотрудничестве;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения ин­тересов;
* строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
* задавать вопросы;
* контролировать действия партнера;
* использовать речь для регуляции своего действия.

**Регулятивные УУД**

**Общая характеристика:** обеспечивают обучающимся организацию своей учебной деятельности.;

**Виды регулятивных УУД:**

1. Целеполагание как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что еще неизвестно.

2. Планирование — определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий.

1. Прогнозирование — предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик.
2. Контроль — сличение способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и от­личий от эталона.
3. Коррекция — внесение необходимых дополнений и коррек­тив в план и способ действия в случае расхождения эта­лона, реального действия и его результата с учетом оценки этого результата самим обучающимся, учителем, товари­щами.
4. Оценка — выделение и осознание обучающимся того, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уров­ня усвоения; оценка результатов работы.
5. Саморегуляция как способность к мобилизации сил и энер­гии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивацион-ного конфликта) и преодолению препятствий.

В этой связи выпускник начальной школы ***научится****:*

• принимать и сохранять учебную задачу;

* планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
* осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
* вносить необходимые коррективы в действие после его за­вершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись (фиксацию) в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и ино­странном языках;
* оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результа­тов требованиям данной задачи и задачной области;
* адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

**Познавательные УУД**

**Общая характеристика:** обеспечивают возможность познания предметного и социального мира; включают общеучебные, логические УУД, а также УУД, связанные с постановкой и решением проблемы.

**Виды познавательных УУД:**

1. Анализ объектов с целью выделения признаков (существен­ных, несущественных).
2. Синтез — составление целого из частей, в том числе само­стоятельное достраивание с восполнением недостающих компонентов.
3. Выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов.
4. Подведение под понятие, выведение следствий.
5. Установление причинно-следственных связей, представле­ние цепочек объектов и явлений.
6. Построение логической цепочки рассуждений, анализ ис тинности утверждений.
7. Доказательство, выдвижение гипотез и их обоснование.
8. Формулирование проблемы.
9. Самостоятельное создание способов решения проблем твор­ческого и поискового характера.

В этой связи выпускник начальной школы ***научится:***

• осуществлять анализ объектов с выделением существенных
**и** несущественных признаков;

* осуществлять синтез как составление целого из частей;
* проводить сравнение, сериацию и классификацию по задан­ным критериям;
* обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение об­щности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;
* осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
* устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
* строить рассуждения в форме связи простых суждений об объек­те, его строении, свойствах и связях, устанавливать аналогии.

**Содержание программы**

Основным содержанием программы «Психологическая азбука» является формирование у детей умения познавать самих себя, раскрывать свою субъективную реальность.

В программу «Психологическая азбука» для первого класса входят пять основных разделов:

**1 раздел. Я теперь школьник (вхождение в новую роль).**

Цель раздела – помочь детям быстрее войти в непривычный пока для них мир школьной жизни, облегчить процессы адаптации к новым условиям, освоить новую социальную позицию школьника.

**2 раздел. Введение в мир психологии.**

Цель – раскрыть перед детьми сначала в сказочной метафорической форме, а затем в конкретной форме реальных проявлений просторы Королевства Внутреннего мира – психического мира каждого человека.

**3 раздел. Психика и познание мира.**

Цель раздела – знакомство учащихся с тем, как мы познаем окружающий мир, с помощью каких органов чувств мы воспринимаем действительность, что такое познавательные психические процессы.

**4 раздел. Темперамент и характер.**

Этот раздел способствует изучению учащимися своих индивидуальных психологических особенностей.

**5 раздел. Я и мои эмоции.**

Основная цель раздела – научить распознавать ребенка собственные и чужие эмоции, осознавать их значение и смысл.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Название занятия** | **Ключевые задачи, решаемые на занятии** | **Планируемые образовательные результаты** |
| **Я теперь школьник** | Знакомство | познакомиться друг с другом и ввести в игровую атмосферу | — эмоционально-положительное отношение к школе; — адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; — принятие образца «хорошего ученика» как примера для подражания |
| Знакомство продолжается | создать условия для самораскрытия и мотивирование на заимопознание |
| Я теперь школьник | познакомить с правилами школьной жизни и занятий |
| Что значит бытьшкольни­ком? | помочь в осознании социальной позиции школьника |
| Знакомство с Пси-Магом | создать мотивацию на познание самих себя и дать первоначальное представление о психической реальности |
| **Введение в мир психологии** | Королевство Внутреннего мира | поддержать мотивацию на позна­ние самих себя и одноклассников, создать первоначальное представ­ление о специфике психической реальности | — способность к самопознанию и самооценке;— зачатки личностной рефлексии |
| Сказка о волшебных зеркалах-1 | укрепить интерес к самопознанию, познакомить с основными состав­ляющими Я-образа, развивать самоанализ и рефлексию |
| Сказка о волшебных зеркалах-2 |
| Что я знаю о себе? | актуализировать рефлексивную позицию, развивать потребность в самоанализе и рефлексии |
| Что я знаю о себе и о других? | помочь посмотреть на себя глазами других людей |
|  | Я — это кто? | помочь осознать собственную уникальность и себя самого в прошлом, настоящем и будущем, развивать способности к самоана­лизу и рефлексии |  |
| **Психика и познание мира** | Мои ощущения | показать роль ощущений в позна­нии окружающего мира, развивать осознание различных видов ощущений | — осознание и оценка особенностей своих ощущений, восприятия, внимания как причин успешности/неуспешности учебной деятельности;— стремление к самоизменению |
| Мое восприятие мира | содействовать осознанию уникаль­ности собственного восприятия окружающего мира |
| Мое внимание | содействовать осознанию актуаль­ного состояния своего внимания, развивать внимательность |
| Как быть внимательным? | развивать умение замечать свои ошибки, концентрацию, устойчи­вость, распределение и переключе­ние внимания |
| Развиваем свое внимание | помочь в осознании значимости целенаправленного сосредоточения внимания для достижения успеха, активизировать и развивать произвольное внимание |
| Я умею быть внимательным | мотивировать на развитие соб­ственного внимания, развивать произвольное внимание и наблю­дательность |
| **Темперамент и характер** | Что такое темпера­мент? | содействовать осознанию индиви­дуальных различий между людьми, познакомить с психологическими особенностями различных типов темперамента | * осознание и оценка особен­ностей своего темперамента и характера как причин успеш­ности/неуспешности общения в школе;
* позитивное самоотношение;

—ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей |
| Типы темперамента | способствовать осознанию уникальности и неповторимости каждого человека, мотивировать на познание особенностей своего темперамента, развивать умение различать его типы |
| Разные люди — разные типы темпера­мента | закрепить умение различать типы темперамента, содействовать осо­знанию собственной уникальности и неповторимости через обнаруже­ние у себя особенностей того или иного типа темперамента, разви­вать экспрессивные возможности |
| Разные люди — разныехарактеры | обогатить запас слов, используе­мых для обозначения черт характе­ра, развивать умение описывать черты характера других людей и произвольность поведения |
| Какой у меня характер? | мотивировать на осознание черт собственного характера, актуализировать нравственные представления о хороших и плохих чертах характера, способствовать осознанию особенностей собственного характера на основе нравственной оценки своих поступков, поддержать позитивное самоотношение при обогащении представлений о себе |
| Какой характер у других |
| Мой характер: оценим недостатки | содействовать осознанию неприв­лекательных черт своего характера за счет получения от одноклассни­ков обратной связи, развивать рефлексивные способности и способности оценки других людей |
| **Я и мои эмоции** | Что такое эмоции? | мотивировать на познание соб­ственного эмоционального мира, способствовать осознанию соб­ственных эмоций | * осознание и оценка собственных эмоций как регуляторов межличностного взаимодействия;
* использование речевых и неречевых средств для выражения и понимания эмоций;
* зачатки эмпатии как понимания чувств других людей
 |
| Какие бывают эмоции? | показать богатство и многообразие эмоциональных проявлений людей, расширить активный словарь для обозначения эмоций, мотивировать на понимание собственных и чужих эмоций, развивать способности к их «про­чтению», мимический и жестовый репертуар выражения эмоций, содействовать осознанию способов выражения собственных эмоций |
| Конкурс чувствоведов |
| Что я знаю о своих эмоциях? | способствовать осознанию богат­ства и уникальности собственного эмоционального мира, развивать способности к дифференцировке различных эмоций и выражать свои эмоции через рисунок |
| Королевство внутреннего мира | стимулировать интерес к самопоз­нанию, содействовать осознанию содержания собственной психи­ческой реальности, развивать рефлексию |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание | Кол-во часов | Дата |
| план | факт |
| РАЗДЕЛ I. Я теперь школьник |  |
| 1 | Знакомство | 1 |  |  |
| 2 | Знакомство продолжается | 1 |  |  |
| 3 | Я теперь школьник | 1 |  |  |
| 4 | Что значит быть школьником? | 1 |  |  |
| 5 | Знакомство с Пси-Магом | 1 |  |  |
| 6 | Итоговое занятие | 1 |  |  |
| РАЗДЕЛ II. Введение в мир психологии |  |
| 7 | Королевство внутреннего мира | 1 |  |  |
| 8-9 | Сказка о волшебных зеркалах | 2 |  |  |
| 10 | Что я знаю о себе? | 1 |  |  |
| 11 | Что я знаю о себе и о других? | 1 |  |  |
| 12 | Я – это кто? | 1 |  |  |
| Раздел III. Психика и познания мира |  |
| 13 | Мои ощущения | 1 |  |  |
| 14 | Мое восприятие мира | 1 |  |  |
| 15 | Моё внимание | 1 |  |  |
| 16 | Как быть внимательным? | 1 |  |  |
| 17 | Развиваем своё внимание | 1 |  |  |
| 18 | Я умею быть внимательным! | 1 |  |  |
| 19 | Итоговое занятие | 1 |  |  |
| Раздел IV. Темперамент и характер |  |
| 20 | Что такое темперамент? | 1 |  |  |
| 21 | Типы темперамента | 1 |  |  |
| 22 | Разные люди – разные типы темперамента | 1 |  |  |
| 23 | Разные люди – разные характеры | 1 |  |  |
| 24 | Какой у меня характер? |  |  |  |
| 25 | Какой характер у других? | 1 |  |  |
| 26 | Мой характер: оценим недостатки | 1 |  |  |
| Раздел V. Я и мои эмоции |  |
| 27 | Что такое эмоции? | 1 |  |  |
| 28 | Какие бывают эмоции? | 1 |  |  |
| 29 | Конкурс чувствоведов | 1 |  |  |
| 30 | Что я знаю о своих эмоциях | 1 |  |  |
| 31-32 | Королевство Внутреннего мира | 2 |  |  |
| 33 | Итоговое занятие | 1 |  |  |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Белопольская Н.Л. Азбука настроений. Эмоционально-коммуникативная игра для детей 4-10 лет. – М.: Когито-центр, 2008.
2. Вачков И.В. Сказка о самой душевной науке. – М.: Генезис, 2012.
3. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосозхнания через психологическую сказку. – М.: Ось – 89, 2001.
4. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Рабочая тетрадь. 1 класс. – М.: Генезис, 2012.
5. Примерная основная общеобразовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа. – М.: Просвещение, 2012.
6. Федеральный государственный стандарт начального общего образования. – М.: Просвещение, 2009.
7. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: просвещение; Владос, 1995.
8. Шипицына Л.М. и др. Основы коммуникации. Программа развития личности ребенка, навыков общения со взрослыми. – СПб.: Образование, 1995.