**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство общего и профессионального образования Ростовской области

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 2 г. Азова

МБОУ СОШ № 2 г. Азова

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНОна МО учителей ...........Руководитель МО Ерошова Т.В. \_\_\_\_\_\_\_\_\_Протокол № \_\_\_\_\_от "\_\_\_" августа 2022 г. | СОГЛАСОВАНОПедагогическим советомПредседатель педсоветаДьяченко И. П.\_\_\_\_\_\_\_\_\_Протокол № \_\_\_\_\_от "\_\_\_" августа 2022 г. | УТВЕРЖДЕНОДиректор МБОУ СОШ № 2 г. АзоваДьяченко И. П.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Приказ № \_\_\_\_от "\_\_\_" сентября  2022 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА курса**

 **ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«Психологическая азбука»**

**направление «Естественно-научное»**

для основного общего (или среднего) образования

срок реализации 1 год

Составитель: Якунина Татьяна Викторовна

педагог – психолог

г. Азов

2022 г

**Пояснительная записка**

 *Актуальность*. Современная система образования ставит приоритетную задачу полноценного развития ребенка, которую возможно решить только при наличии у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях и правилах грамотного взаимодействия с социумом.

Школьные годы являются сенситивным периодом для приобщения человека к психологической культуре. В современной парадигме образования акцент сделан на социализацию подрастающего поколения. Но социализация как процесс освоения социально-культурного опыта и формирования социальной компетентности будет продуктивным и полноценным только в особом культурно-образовательном пространстве, способствующему психологическому здоровью личности. Ибо только здоровая личность способна проявлять познавательную активность и адекватно реагировать на изменения в быстроменяющемся мире.

 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.

Решение проблемы развития психологической готовности детей к обучению на второй ступени связано с резервами младшего школьного возраста. Именно в этом возрастном периоде формируются необходимые психологические механизмы, позволяющие ребёнку адекватно принять новые условия деятельности. Задача психолога – помочь ребёнку раскрыть имеющийся потенциал и не допустить превращения недостатков развития в проблему.

 Рабочая программа по внеурочной деятельности разработана на основе:

* основной образовательной программы (ООП) основного или среднего общего образования;
* учебного плана МБОУ СОШ № 2;
* положения о рабочей программе по внеурочной деятельности МБОУ СОШ № 2;
* психологическая азбука Т.А . Аржакаева., И.В. Вачков, А.Х. Попов

**Цель и задачи:**

Главной ***целью***  программы выступает развитие личности ребёнка, в частности его самосознания и рефлексивных способностей в тех пределах, которые определяются возрастными возможностями.

Программа призвана решить следующие ***задачи:***

* Познакомить детей с основными психологическими понятиями .
* Помочь детям осознать свои задатки и способности.
* Ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображения.
* Формировать позитивную Я-концепции и устойчивую самооценку
* Снизить уровень школьной тревожности.
* 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.
* Помочь детям в создании классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых требований
* Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками и взрослыми
* Ориентировать детей на социально приемлемые формы поведения в обществе.

**Возраст детей:** 10-11 лет.

**Сроки реализации:** 2022-2023 учебный год.

**Форма и режим занятий:**

Программа «Увлекательная психология» может быть включена в систему начальной школы.

Программа рассчитана на 68 часа и предполагает проведение одного занятия в неделю. Программа предусматривает вариативность продолжительности занятий: возможно прохождение как одного цикла.  Занятия проводятся с группой из 20 человек. Курс можно вести в форме дополнительной – кружковой или факультативной работы.

*Длительность занятий*: 40 минут.

*Педагогические средства*

* Специально организованная среда
* Специально организованные занятия.
* Физкультминутки.
* Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)
* Работа с книгой.
* Инсценировки
* Праздники и соревнования.
* Диагностика и контроль.

*Формы работы.*

* Тренинги
* Беседы и дискуссии
* Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)
* Релаксационные упражнения
* Психогимнастические этюды и элементы.
* Работа с книгой
* Работа с притчами

**Планируемые результаты и формы контроля**.

*Основные результаты*

1. Низкий уровень тревожности.
2. Высокая и нормальная самооценка.
3. Позитивное отношение к себе и своей личности.
4. Хорошо сформированные умения общения со сверстниками и взрослыми, в том числе педагогами.
5. Сплоченный классный коллектив обучающихся с положительной мотивацией к обучению.
6. Смягчение процесса адаптации к обучению в школе.
7. Осознание детьми своих особенностей и возможностей на данном этапе обучения.
8. Сформированность основных понятий, связанных с содержанием курса.

*Основные умения и навыки*, которыми должен овладеть школьник за время занятий по программе:

1. Умение устанавливать межличностные отношения с педагогами.
2. Умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы.
3. Умение общения и достойного поведения с одноклассниками.
4. Навыки коллективной деятельности.

*Формы контроля**и результативность* работы оценивается с помощью*:*

* Тестирование (групповое или индивидуальное) (тест тревожности Спилберга, ЦТО, ЦТЛ, «Лесенка», социометрия, анкетирование, методики, направленные на исследование уровня сформированности УУД).
* Применение проективных методик диагностики ( «Школа зверей» Моя школа», «Мой класс», «Мой портрет» и т.д)
* Наблюдение за детьми в игровых и учебных ситуациях.

**Методическое обеспечение программы:**

Каждое занятие может включать в себя следующие **виды работы**: рассказ психолога, игра, психотехнические и психогимнастические упражнения, беседа, лепка из пластилина, изобразительная деятельность, чтение специально подобранных текстов и «психологических сказок» и др.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **тема** | **ко-во часов** | **месяц** |
| 1 | Введение в психологию общения | 8 | сентябрь |
| 2 | Психология отношений: Ты – Я – Он/Она = Мы | 19 | октябрь-декабрь |
| 3 | Сокровища и тайны дружбы | 18 | январь -февраль |
| 4 | Поддержка в общении | 8 | март |
| 5 | Сочувствие и сопереживание | 17 | апрель-май |
|  | Итого: | 68 |  |

**Содержание программы**

Программа направлена на создание такой ситуации обучения, при которой дети учатся, общаясь, и одновременно учатся общаться. Проблема общения станет в ближайшее время наиболее актуальной. Общение потеснит учебу и другие виды деятельности. Пропедевтическая работа поможет сделать возникающий кризис менее болезненным. В рамках программы решаются следующие основные задачи:

* Развивать навыки рефлексии, способность к самоанализу, умение отвечать за свои поступки;
* Познакомить с элементарными понятиями психологии общения, помочь увидеть их значение в повседневной жизни;
* Развивать умение осознавать свои психологические особенности, проявляющиеся в общении с другими людьми;
* Учить пониманию внутреннего мира другого человека через внешние проявления в деятельности и общении;
* Познакомить с правилами эффективного взаимодействия в общении и простейшими способами разрешения конфликта;
* Развивать навыки сотрудничества при решении различных проблем в процессе обучения, научить добиваться успеха без соперничества;
* Развивать самоуважение и уважение к другим людям, формировать навыки эмпатиии и сопереживания;
* Обучить элементарным умениям эмоциональной саморегуляции в общении.

**Раздел 1 (8 часов)**

**Введение в психологию общения**

В данном разделе программы особое внимание уделяется пробуждению интереса к психологии общения у третьеклассников, самопознанию и рефлексии. Школьники развивают навыки эффективного взаимодействия и сотрудничества. Происходит осмысление отношений с одноклассниками, формирование умений действовать согласовано.

**Раздел 2 (19 часов)**

**Психология отношений: Ты-Я-Он/Она-Мы**

Третьеклассники знакомятся с качествами важными для общения, для эффективного взаимодействия. В ходе выполнения заданий происходит понимание разницы между тем, как воспринимают себя сами учащиеся и как их воспринимают другие, осознается отношение к себе. Формируется реалистичная самооценка. Происходит осознание ценности глубоких и теплых эмоциональных отношений между людьми, развитие навыков невербального взаимодействия, толерантного отношения к другим людям и мнениям. Ряд заданий направлен на осознание своего отношения к представителям другого пола, формирование позитивного отношения к другому полу.

**Раздел 3 (18 часов)**

**Сокровища и тайны дружбы**

В данном разделе третьеклассники знакомятся с понятием «дружба», развивают навыки совместной деятельности. Развивают навыки взаимодействия и сотрудничества, создания условий для самовыражения в команде, разработки правил доброжелательного и эффективного общения. Осознание важности сходности и различия черт между людьми для общения, развитие умения учитывать мнения других, развитие толерантных отношений. Осмысление ценности дружеских отношений, развитие умения представлять себя в общении, выражение невербального Я.

**Раздел 4 (8 часов)**

**Поддержка в общении**

Знакомство с понятием «комплимент», понимание значимости комплимента для комфортных взаимоотношений, знакомство с формулами комплимента, развитие стремления к освоению навыков оказания психологической поддержки. Развитие навыков оказания психологической поддержки, осознание и раскрытие в общении собственных достоинств, способностей, достижений, получение опыта самопринятия

**Раздел 5 (17 часов)**

**Сочувствие и сопереживание**

Задания данного раздела программы ориентированы на осознание роли эмоций в общении. Осознание смены своих эмоций и собственного влияния на эмоции других в ходе общения, расширение эмоционального словаря общения. Также происходит осознание динамики эмоций и влияния других людей на этот процесс, развитие чувствительности к восприятию эмоций, умение выражать свои эмоции. В ходе выполнения упражнений развиваются умения понимать эмоции других, выражать свои эмоции, формируется способность к сопереживанию и сочувствию. На заключительных занятиях происходит обобщение опыта, приобретенного за учебный год и стимулирование интереса к самопознанию и психологии.

**Поурочное планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ТЕМА | Теория | Практика |
|  | Новая встреча с психологией | 1 | 1 |
|  | Начало путешествия в Страну Общения | 1 | 1 |
|  | Что взять с собой в путешествие? | 1 | 1 |
|  | Что я знаю о себе? | 1 | 1 |
|  | Как и почему начинаются споры? |  | 2 |
|  | Сказка о конфликте и контакте | 2 |  |
|  | Качества, важные для общения | 2 |  |
|  | Какие мы в общении? | 2 |  |
|  | Я общительный или замкнутый? |  | 2 |
|  | Королевство Разорванных Связей | 1 | 1 |
|  | Свои и чужие | 2 |  |
|  | Робинзоны | 1 | 1 |
|  | Девчонки + мальчишки =… | 1 | 1 |
|  | Друзья и недруги | 1 | 1 |
|  | Дружба – это… | 2 |  |
|  | Мы – дружная команда |  | 2 |
|  | Правила доброжелательного общения | 1 | 1 |
|  | Дружная страна | 1 | 1 |
|  | Как мы все похожи! | 1 | 1 |
|  | Какие мы все разные! | 1 | 1 |
|  | Сказка о Другой Точке Зрения | 1 | 1 |
|  | Скажи мне, кто твой друг… | 2 |  |
|  | Скажи мне, кто твой друг… |  | 2 |
|  | Комплимент – это… | 1 | 1 |
|  | Что другие ценят во мне? Что я ценю в себе? | 1 | 1 |
|  | Давайте говорить друг другу комплименты | 1 | 1 |
|  | Давайте говорить друг другу комплименты | 1 | 1 |
|  | Как мы переживаем эмоции? | 2 |  |
|  | Мы умеем выражать свои эмоции! | 1 | 1 |
|  | Как мы понимаем эмоции других? |  | 2 |
|  | Как мы умеем сопереживать! | 1 | 1 |
|  | Слова, которые помогут другу |  | 2 |
|  |  «Страна Общения»  | 1 | 1 |
|  | Итоговое занятие | 1 | 1 |
|  |  Количество часов: | 34 | 34 |
|  |  Итого: | 68 |