

РАССМОТРЕНО

31.05.2023г.

Алексеев И.В.

Зав. кафедрой

СОГЛАСОВАНО

31.05.2023г.

Фурсова

Зам. директора

УТВЕРЖДЕНО

01.06.2023г.

Директор гимназии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
кружка «Психологическая азбука»

1/2 классы

Количество часов в год – 33/34, в неделю - 1

Рабочая программа составлена на основе требований ФГОС НОО, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «06» октября 2009 г. №373 (в редакции приказа от «26» ноября 2010 г. №1241) и в соответствии с авторской программой Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1-2 классе Т.А. Аржакаева, И.В. Вачков, А.Л. Попова/. – М.: Генезис, 2014

Магадан

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка к программе «Психологическая азбука» 1-2 классы

Гуманистические идеи современного образования направлены на приобщение детей к высшим духовно нравственным ценностям и культуре, на развитие творческих способностей учащихся, и постоянную подпитку их познавательного интереса и повышение уровня мотивации учения и самое главное - способствовать полноценному личностному развитию. Реальное воплощение в жизнь этих целей гуманистически ориентированной школы возможно только на пути создания адекватных им условий обучения. Важнейшим условием личностного развития является переход на более высокий уровень самосознания, реализуемый на основе развертывания рефлексивных способностей.

Именно на создание в рамках системы начального обучения условий, максимально способствующих развитию самосознания и рефлексивных процессов, ориентирована программа авторов Т.А. Аржакаевой, И.В. Вачкова, А.Х. Поповой "Психологическая азбука" для начальной школы. По задачам и используемым методам данная программа представляет собой систему развивающих групповых занятий. В ходе занятий дети знакомятся с основными психологическими понятиями, получают возможность тренировать элементарные навыки рефлексии.

Главной целью этой программы является развитие личности ребенка, в частности его самосознания и рефлексивных способностей в тех пределах, которые определяются возрастными возможностями и требованиями психологической безопасности.

Основная концептуальная идея программы состоит в построении связи между материалом психологии как науки и психологическим материалом, как содержанием внутреннего мира каждого конкретного ученика посредством метафоризации психологических представлений, что обеспечивает самопознание и личностное развитие ребенка.

Основной принцип, легший в основу обучения новому курсу, - **принцип метафоризации психологических представлений**, благодаря которому достигается единство материала психологии с психологическим материалом конкретной личности. Этот принцип подразумевает отсутствие строгой пропорциональности объемов того или другого содержания: в зависимости от разнообразных ситуаций урока, уровня развития класса и конкретных учеников, возникающих на занятиях вопросов и других условий строится логика обучения. Ученик должен проявить себя в качестве "соавтора" учителя в создании этого курса, опираясь на богатейший материал своего личного психологического опыта. Программа "Психологическая азбука" учит детей замечать проявления психологических фактов, явлений, закономерностей вокруг себя, в повседневной жизни, в своем поведении и поведении окружающих.

Максимально должны использоваться личностные потенциалы ученика, раскрывать которые он должен самостоятельно, но при участии и помощи учителя и одноклассников.

Программа призвана решить следующие основные **задачи**:

- помочь детям быстрее и безболезненней адаптироваться к школьным условиям;
- познакомить детей с предметом психологии и базовым понятийным аппаратом психологии;
- учить методам и приемам 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 имеющимися в науке типологиями индивидуально-психологических особенностей человека с целью осознания ими собственных характеристик;
- познакомить детей с понятиями "чувства" и "эмоции";
- научить детей осознавать и называть собственные переживания;
- помочь детям осознать в себе задатки и способности;
- ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображения.

Вся программа "Психологическая азбука" состоит из трех основных блоков: блок, ориентированный на личностную сферу (осознание личностных особенностей и оптимизация отношения к себе); блок, ориентированный на деятельность (осознание себя в системе учебной деятельности); блок, ориентированный на общение (осознание себя в системе отношений с другими людьми - сверстниками и взрослыми).

Композиционно каждое занятие может включать следующие типы работы: рассказ учителя, игра, психотехнические и психогимнастические упражнения, беседа, разбор иллюстраций и наглядных пособий, лепка из пластилина, изобразительная деятельность, написание сочинений, чтение специально подобранных текстов и "психологических" сказок и т.д. Вместе с тем в структуру занятия обычно входят три части: разминка, работа по теме, подведение итогов. Достаточно часто часть занятия отводится на "Время книги", когда педагог читает детям вслух и обсуждает с ними сказки из "Психологии для малышей", "Королевства Разорванных Связей" (автор - И.В.Вачков) и др.

Применяемые в программе **методы** обладают следующими особенностями. Они:

а) **активны** и основаны на проживании опыта: дети не просто усваивают знания, а через действия, игру, сказку погружаются в содержание собственного внутреннего мира;

б) **эмоционально окрашены**, пробуждают разнообразные эмоции, «затрагивают» интересы детей;

в) **рефлексивны**: большинство игр, упражнений, психологических техник предусматривает наличие рефлексивной позиции у участников;

г) **оптимальные трудности**, в выполнении заданий, что связано с ориентацией на зону ближайшего развития;

д) **метафоричны**: используемые упражнения, игры, психологические техники являются, по сути дела, поведенческими метафорами – ведь они говорят об одном предмете через признаки другого.

Таким образом, ученик знакомится с психологией через осознание собственных психологических феноменов и, с другой стороны, осмысливать и понимать явления своей психической жизни он сможет благодаря уяснению объективных психологических законов.

ФГОС НОО устанавливает определенные требования к образовательным результатам, достижение которых должно быть обеспечено при освоении программы начальной школы: кроме предметных к ним были отнесены метапредметные и личностные результаты. В связи с актуальностью формирования на ступени начального образования универсальных учебных действий авторы программы «Психологическая азбука» делают акцент именно на этом. Данная программа является составной частью программы формирования УУД в образовательном учреждении и реализуется в рамках внеурочной деятельности.

**Планируемые результаты освоения программы
«Психологическая азбука для первоклассников»**

Название занятия	Ключевые задачи, решаемые на занятии	Планируемые образовательные результаты
Раздел I. Я теперь школьник		
Знакомство	познакомиться друг с другом и ввести в игровую атмосферу создать условия для самораскрытия и мотивирование на взаимодействие и взаимопознание	-эмоционально-положительное отношение к школе; -адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; -принятие образца «хорошего ученика» как примера для подражания
Знакомство продолжается		
Я теперь школьник		
Что значит быть школьником?		
Знакомство с Пси-Магом	создать условия для формирования мотивации на познание самих себя и дать первоначальное представление о психической реальности	
Раздел II. Введение в мир психологии		
Королевство Внутреннего мира	создать мотивацию на познание самих себя и одноклассников, создать первоначальное представление о психической реальности	- способность к самопознанию и самооценке; - зачатки личностной рефлексии
Сказка о волшебных зеркалах	укрепить интерес к самопознанию, познакомить с основными составляющими Я-образа, развивать самоанализ и рефлексию	
Что я знаю о себе и о других?	актуализировать рефлексивную позицию, развивать потребность в самоанализе и рефлексии помочь посмотреть на себя глазами других людей	
Я – это кто?	помочь осознать собственную уникальность и самого себя в прошлом, настоящем и будущем, формировать способности к самопознанию и рефлексии	
Раздел III. Психика и познание мира		
Из чего сложен мой внутренний мир?	поддержать мотивацию на познание самих себя и одноклассников, развить первоначальное представление о психической реальности	- осознание и оценка особенностей своих ощущений, восприятия, внимания и памяти как причин успешности/неуспешности учебной деятельности; - стремление к самоизменению
Мои ощущения и восприятие мира	показать роль ощущений в познании окружающего мира, развивать осознание различных видов ощущений, содействовать осознанию уникальности собственного восприятия окружающего мира	
Мое внимание	содействовать осознанию актуального состояния своего внимания, развивать умение замечать свои ошибки, концентрацию, устойчивость, распределение и переключение внимания	
Как быть внимательным?		
Моя память	сформировать представления о видах памяти, развивать память, развивать способность запоминать, зрительную, слуховую и мышечную память	
Как научиться запоминать?		
Развиваем память и внимание	направить к осознанию значимости целенаправленного сосредоточения внимания и тренировки способности к запоминанию	

Название занятия	Ключевые задачи, решаемые на занятии	Планируемые образовательные результаты
Раздел V. Темперамент и характер		
<p>Что такое темперамент. Какой бывает темперамент? Типы темперамента</p>	<p>содействовать осознанию индивидуальных различий между людьми, познакомить с психологическими особенностями различных типов темперамента, мотивировать на познание особенностей своего темперамента, способствовать осознанию уникальности и ценности каждого человека, мотивировать на познание особенностей того или иного темперамента</p>	<ul style="list-style-type: none"> - осознание и ценка 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
<p>Разные люди – разные типы темперамента и характеры</p>	<p>способствовать осознанию уникальности и неповторимости каждого человека, обогатить запас слов, используемых для обозначения черт характера, развивать умение описывать черты характера других людей, развивать произвольность поведения</p>	
<p>Какой характер у меня и у других?</p>	<p>мотивировать на осознание черт собственного характера, актуализировать нравственные представления о положительных и отрицательных чертах характера, способствовать осознанию особенностей собственного характера на основе нравственной оценки своих поступков, поддержать позитивное самоотношение при обогащении представлений о себе</p>	
<p>Достоинства и недостатки моего характера</p>	<p>содействовать осознанию своих черт характера, развивать способность к самопознанию и рефлексии</p>	
Раздел IV. Я и мои эмоции		
<p>Что такое эмоции?</p>	<p>мотивировать на познание собственного эмоционального мира, способствовать осознанию собственных эмоций</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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
<p>Какие бывают эмоции и чувства? Конкурс чувствоведов</p>	<p>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», содействовать осознанию способов выражения собственных эмоций</p>	
<p>Что я знаю о своих эмоциях? Как управлять своими эмоциями?</p>	<p>способствовать осознанию богатства и уникальности собственного эмоционального мира, развивать способность к дифференцированию различных эмоций, формировать навыки управления эмоциями</p>	
<p>Мое Королевство Внутреннего Мира</p>	<p>стимулировать интерес к самопознанию, содействовать осознанию содержания собственной психической реальности, развивать рефлексивность</p>	

**Календарно-тематический план программы
«Психологическая азбука для первоклассников»
2023-2024 учебный год**

№ занятия	Тема занятия	Количество часов
Раздел I. Я теперь школьник		5
1	Знакомство	1
2	Знакомство продолжается	1
3	Я теперь школьник	1
4	Что значит быть школьником?	1
5	Знакомство с Пси-Магом	1
Раздел II. Введение в мир психологии		6
6	Королевство Внутреннего Мира	1
7	Сказка о волшебных зеркалах	1
8	Сказка о волшебных зеркалах (продолжение)	1
9	Что я знаю о себе?	1
10	Что я знаю о других?	1
11	Я – это кто?	1
Раздел III. Психика и познание мира		8
12	Из чего сложен мой внутренний мир?	1
13	Мои ощущения	1
14	Мое восприятие мира	1
15	Мое внимание	1
16	Как быть внимательным?	1
17	Моя память	1
18	Как научиться запоминать?	1
19	Развиваем память и внимание	1
Раздел IV. Темперамент и характер		7
20	Что такое темперамент?	1
21	Какой бывает темперамент?	1
22	Разные люди – разные типы темперамента	1
23	Разные люди – разные характеры	1
24	Какой у меня характер?	1
25	Какой характер у других?	1
26	Достоинства и недостатки моего характера	1
Раздел V. Я и мои эмоции		7
27	Что такое эмоции?	1
28	Какие бывают эмоции и чувства?	1
29	Конкурс чувствоведов	1
30	Что я знаю о своих эмоциях?	1
31	Как управлять своими эмоциями?	1
32-33	Мое Королевство Внутреннего Мира	2
Всего:		33

**Планируемые результаты освоения программы
«Психологическая азбука для второклассников»**

Название занятия	Ключевые задачи, решаемые на занятии	Планируемые образовательные результаты
Раздел I. Введение в мир психологии		
Мои летние впечатления	научить выражению своих чувств с помощью слов, невербальных и изобразительных средств, содействовать развитию умения слушать, создать мотивации на совместную работу	- мотивация на самопознание и самоизменение; - зачатки осознания своих достоинств и недостатков; - умение работать в парах.
Какой я?	помочь осознать качества характера и личностных изменений, способствовать развитию навыков коллективного сотрудничества	
Психология – знакомая незнакомка	актуализировать имеющиеся психологические знания, способствовать развитию умений коллективного сотрудничества	
Раздел II. Я и мои желания		
Мои желания. Мои мотивы	познакомить с понятиями «желания» и «потребности», содействовать осознанию детьми своих желаний и развитие рефлексии; содействовать осознанию мотивов своего поведения, способствовать развитию позитивных мотивов.	- осознание актуальных желаний и мотивов поведения; - сформированная мотивация достижения результата; - зачатки рефлексивной самооценки
Сказка о борьбе мотивов	показать разнообразие мотивов, познакомить детей с феноменом борьбы мотивов; содействовать осознанию детьми своих мотивов; способствовать развитию у детей рефлексии	
Какие мотивы у других?	содействовать осознанию мотивов своего поведения, учить анализировать мотивы поведения других людей	
Раздел III. Кладовая памяти		
Сказка о загадке Психоочистителя	помочь осознать значимость для человека внимания, ощущения, памяти, мышления, эмоций, развивать рефлексивные особенности и навыки коллективной работы	- осознание своих когнитивных возможностей и способность адекватно судить о причинах своего успеха/ неуспеха в учении; - стремление к совершенствованию своих способностей; - произвольное запоминание с использованием мнемотехнических приемов.
Что такое память. Виды памяти	содействовать осознанию особенностей своей памяти, развивать мнемические способности, познакомить с видами памяти.	
Какая у меня память?	дать возможность изучить особенности собственной памяти, ее сильных и слабых сторон, развивать мнемические способности	
Эмоциональная память	познакомить с особенностями эмоциональной памяти, развивать рефлексивные переживаний и мнемические способности	
Как лучше запоминать? Я умею запоминать!	мотивировать детей на развитие и тренировку своей памяти, познакомить со способами эффективного запоминания и преимуществами смыслового запоминания	
Что я знаю о памяти?	закрепить способы эффективного запоминания, обобщить сведения о памяти	

Название занятия	Ключевые задачи, решаемые на занятии	Планируемые образовательные результаты
Раздел IV. Лабиринты мышления		
Сказка о профессоре Мышлении	познакомить детей с содержанием понятия «мышление», развивать умения анализировать, сравнивать, обобщать	сформированные на уровне представления умения: - анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков; - синтез как составление целого из частей; - сравнение, сериация, классификация по существенным признакам; - генерализация и выведения общности для ряда или класса единичных объектов; - подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза; - мотивация на дальнейшее самопознание.
Как развивать свой ум. Учимся думать вместе!	развивать умения анализировать, сравнивать, обобщать	
Как развивать свой ум: конкурс знающих и находчивых		
Учимся обобщать и находить закономерности	развивать логическое мышление	
Учимся думать логично	развивать логическое мышление, содействовать осознанию своих умственных возможностей, актуализировать самооценочную деятельность	
Учимся думать творчески	развивать способность гибко и оригинально мыслить, стимулировать проявления креативности	
Что я знаю о мышлении?	закрепить умения обобщать, мыслить логично, развивать рефлексию способов умственной деятельности, обобщить сведения о мышлении	
Раздел V. Как стать талантливым		
Фантазируем с Фантазией	стимулировать креативные способности, развивать навыки совместной творческой деятельности	- сформированное на уровне представления умение решать проблемы творческого характера; - мотивация на дальнейшее самопознание
Что такое способности?		
Что я знаю...	стимулировать интерес к самопознанию, содействовать осознанию своих способностей, развивать интерес к собственному внутреннему миру	
Королевство внутреннего мира: поиски сокровищ	стимулировать интерес к самопознанию и психологии, обобщить полученные на занятиях в течение двух лет опыт	

**Календарно-тематический план программы
«Психологическая азбука для второклассников»
2023-2024 учебный год**

№ занятия	Тема занятия	Количество часов
Раздел I. Введение в мир психологии		3
1	Мои летние впечатления	1
2	Какой я?	1
3	Психология – знакомая незнакомка	1
Раздел II. Я и мои желания		5
4	Мои желания.	1
5	Мои мотивы	1
6	Сказка о борьбе мотивов	1
7	Сказка о борьбе мотивов (продолжение)	1
8	Какие мотивы у других?	1
Раздел III. Кладовая памяти		9
9	Сказка о загадке Психоочистителя	1
10	Сказка о загадке Психоочистителя (продолжение)	1
11	Что такое память.	1
12	Виды памяти	1
13	Какая у меня память?	1
14	Эмоциональная память	1
15	Как лучше запоминать?	1
16	Я умею запоминать!	1
17	Что я знаю о памяти?	
Раздел IV. Лабиринты мышления		10
18	Сказка о профессоре Мышлении	1
19	Сказка о профессоре Мышлении (продолжение)	
20	Как развивать свой ум.	1
21	Как развить свой ум еще лучше	
22	Учимся думать вместе!	1
23	Как развивать свой ум: конкурс знающих и находчивых	1
24	Учимся обобщать и находить закономерности	1
25	Учимся думать логично	1
26	Учимся думать творчески	1
27	Что я знаю о мышлении?	
Раздел V. Как стать талантливым		7
28	Фантазируем с Фантузией	1
29	Что такое воображение	1
30	Как развивать воображение	1
31	Что такое способности?	1
32	Что я знаю...	1
33-34	Королевство внутреннего мира: поиски сокровищ	2
	Всего:	34 час

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 самосознания через психологическую сказку. – М.: Ось – 89, 2001.
4. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1-м классе. – М.: Генезис, 2014.
5. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий во 2-м классе. – М.: Генезис, 2014.
6. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 4-м классе. – М.: Генезис, 2014.
7. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Рабочая тетрадь. 1 класс. – М.: Генезис, 2012.
8. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Рабочая тетрадь. 2 класс. – М.: Генезис, 2012.
9. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Рабочая тетрадь. 4 класс. – М.: Генезис, 2012.
10. Примерная основная общеобразовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа. – М.: Просвещение, 2012.
11. Федеральный государственный стандарт начального общего образования. – М.: Просвещение, 2009.
12. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: Просвещение; Владос, 1995.
13. Шипицына Л.М. и др. Основы коммуникации. Программа развития личности ребенка, навыков общения со взрослыми. – СПб.: Образование, 1995.