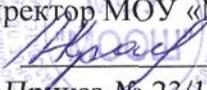


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Мостовская основная общеобразовательная школа»

Рассмотрено
на педагогическом совете
Протокол № 24 от
12.04.2022

Согласовано
Зам. директора по УВР
 Кузьмина Т.И.

Утверждаю
Директор МОУ «Мостовская ООШ»
 Красиков Н.Л.
Приказ № 23/1 от 12.04.2022



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Час психолога»
(социальное направление развития личности школьника)
1 класс (возраст 6-7 лет)

Составитель:
Дружинина Валентина Викторовна,
Педагог - психолог

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, предназначена для организации внеурочной деятельности младших школьников, направленная на формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию, повышению уровня мотивации к обучению и познанию, ценностного отношения к знаниям, а также для коррекции развития познавательных сфер деятельности младших школьников.

Актуальность программы

Как известно, способности, в том числе и познавательные, не только проявляются, но и формируются и развиваются в процессе деятельности. Внеурочная деятельность младших школьников создает большие возможности для становления психических качеств, которые могут составить основу тех или других способностей. Однако эти возможности зачастую реализуются далеко не лучшим образом. По данным психологических исследований наибольший сдвиг в развитие ребенка происходит на первом году обучения.

Новизна данной программы определена требованиями к результатам основной образовательной программы начального общего образования ФГОС. Одним из главных является формирование компетентностей ребенка по освоению новых знаний, умений, навыков, способностей. Ориентация современной школы на разностороннее развитие личности ребенка предполагает необходимость гармоничного сочетания собственно учебной деятельности, в рамках которой формируются базовые знания, умения и навыки, с деятельностью творческой, связанной с развитием индивидуальности обучающихся, их познавательной и личностной активностью, волевым развитием, формированием индивидуального стиля поведения.

Активное введение в традиционный учебный процесс программы развивающих занятий, направленных на развитие личностно-мотивационных, интеллектуальных сфер ребенка, памяти, внимания, пространственного воображения и других важных психических функций, является актуальной и своевременной задачей системы образования.

Одним из основных мотивов внедрения программы является повышение познавательной и творческо-поисковой активности детей, что является актуальным как для обучающихся, развитие которых соответствует возрастной норме, так и для школьников, требующих специальной коррекционной работы, поскольку их отставание в учебном процессе в большинстве случаев связано именно с недостаточным развитием базовых психических функций.

Программа, направленная на развитие базовых психических функций детей, приобретает особое значение в учебном процессе начальной школы. Это обусловлено психофизиологическими особенностями младших школьников – повышенной сензитивностью (завершение физиологического созревания основных мозговых структур). Таким образом, именно на этом этапе возможно наиболее эффективное воздействие на интеллектуальную и личностную сферы ребенка.

Еще одной важной причиной внедрения программы «Час психолога» в учебный процесс начальных классов, является возможность проведения диагностики интеллектуального и личностного развития ребенка, являющейся основой для целенаправленного планирования индивидуальной развивающей работы с ним.

Возможность такого непрерывного мониторинга обусловлена тем, что развивающие игры и упражнения в большинстве своем базируются на различных психодиагностических методиках.

Таким образом, показатели выполнения тех или иных заданий предоставляют психологу непосредственную информацию о текущем уровне развития учащихся.

Наконец, возможность использования в рамках программы заданий и упражнений игровой формы, наиболее доступной и характерной для детей на этапе адаптации к новой социальной роли – ученик, способствует ровному протеканию и сокращению адаптационного периода.

Игровой, увлекательный характер заданий, являющихся в то же время психологическими тестами, смягчает ситуацию проверки уровня развития, что позволяет детям, отличающимся повышенной тревожностью, продемонстрировать свои истинные возможности.

Во время занятий по программе происходит становление у детей развитых форм самосознания и самоконтроля, осознание своих возможностей, исчезает боязнь ошибочных шагов, снижаются тревожность и агрессивность поведения. Тем самым создаются необходимые личностные и интеллектуальные предпосылки для успешного протекания процесса обучения на всех последующих этапах образования. Программа опирается на развивающую парадигму, представленную в виде системы психолого-педагогических принципов:

а) Личностно - ориентированные принципы (принцип адаптивности, принцип развития, принцип психологической комфортности).

б) Культурно-ориентированные принципы (принцип целостности содержания образования, принцип систематичности, принцип ориентировочной функции знаний, принцип овладения культурой).

в) Деятельностно - ориентированные принципы (принцип обучения деятельности, принцип управляемого перехода от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности ученика)

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию психологической культуры и познавательных интересов на ступени начального общего образования являются:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании»;

2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;

3. Конвенция ООН «О правах ребёнка»

Цели и задачи программы:

Основной **целью** занятий является развитие познавательных процессов для успешного освоения образовательных программ.

Основные **задачи** реализации программы:

Согласно традиционной форме деления, все задачи можно разделить на:

Обучающие:

- Формирование обще-учебных навыков;
- Формирование умений работать в строго организованном учебном пространстве – следовать инструкциям, работать по заданному алгоритму, составлять схемы и таблицы, систематизировать и обобщать полученную информацию и др.;

• Формирование умений работать в режиме творческой мастерской – формулировать задачу, разрабатывать план действий, находить нестандартные решения поставленной задачи и др.;

- Формирование умений работы в режиме проблемного обучения.

Развивающие:

• Развитие познавательных процессов учащихся (мышления, внимания, памяти, воображения);

- Развитие эмоционально - волевых свойств личности;

- Развитие личностной сферы поведения.

- Развитие учебной и познавательной активности учащихся.

Воспитательные:

- Формирование основополагающих качеств новой социальной роли – ученик;

- Формирование нравственных и моральных норм поведения;
- Формирование чувства вкуса и стиля;
- Формирование индивидуального стиля поведения и интеллектуальной деятельности учащихся. Расширение коммуникативных способностей детей.

Характеристика программы:

Программа внеурочной деятельности предназначена для обучающихся 1-х классов. Занятия проводятся в учебном кабинете. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год.

Форма работы: групповая, индивидуальная и п/группам. Эффективность программы оценивается по результатам наблюдения, психологического обследования. Программа внеурочной деятельности состоит из 3 разделов, включающих в себя занятия на развитие психических функций, необходимых для успешного обучения в школе:

1 раздел - «Мой внутренний мир» - направлен на формирование и профилактику нарушений психологического здоровья детей

2 раздел – «Познавательные процессы» - направлен на развития памяти, внимания, мышления, восприятия, воображения.

3 раздел – «Взаимоотношения» - направлен на подготовку детей к самостоятельной жизни, их правильной социализации, воспитание терпимости и уважения к другому человеку, а также помочь детям видеть смысл и ценности жизни.

Основные формы развивающей работы:

Данная программа содержит комплекс развивающих игр, упражнений, заданий направленных на развитие познавательных психических процессов, общения, произвольности поведения младших школьников. Основной целью занятий является развитие познавательных процессов для успешного освоения образовательных программ.

Программа состоит из игр, упражнений, заданий которые можно разделить на релаксационные, снимающие психоэмоциональное, мышечное напряжение; двигательные, развивающие координацию движений, крупную и мелкую моторику; коммуникативные, способствующие формированию умений и навыков общения; развивающие ,направленные на развитие познавательной и социальной рефлексии, отдельных процессов: памяти, мышления, внимания, воображения. Все эти виды развивающих игр, упражнений и заданий развивают следующие обще учебные навыки:

-мыслительные навыки - обучение младшего школьника анализу и обобщению, сравнению, классификации и т. д - исследовательские навыки направлены на формирование умения выполнять исследовательскую работу, наблюдать, выявлять, соотносить и т.д.

- коммуникативные навыки направлены на формирование у ребёнка умения не только говорить, но и слушать и слышать собеседника, доказательно и спокойно отстаивать своё мнение или принимать точку зрения и советы других.

- социальные навыки предполагают развитие умения работать в группе, сотрудничать в мини – коллективе, выполняя разные роли: лидера или исполнителя. Учат ребёнка строить взаимоотношения в обществе, в коллективе, со сверстниками, с людьми, которые его окружают. Особенностью данной программы является комплексный подход в системе образования учащихся.

Для реализации программы «Час психолога» используются следующие **методы обучения:**

1. Рассказ учителя и рассказы детей.
2. Диалог.
3. Наблюдение.
4. Свободное и тематическое рисование.
5. Рассматривание рисунков и картин.
6. Беседы.

7. Ролевые и подвижные игры.
8. Групповые дискуссии.
9. Мини-конкурсы.
10. Импровизация.
11. Моделирование и анализ ситуаций.
12. Упражнения, направленные на развитие внимания, восприятия и других познавательных процессов.
13. Релаксационные игры.

Кроме этого, активно используются методы психодиагностики индивидуальное консультирование. Основные методы, используемые на уроках курса можно классифицировать по следующим основаниям:

- методы, в основе которых лежит способ организации занятия:
 1. Словесный (устное изложение, беседа, рассказ, диспут и т.д.)
 2. Наглядный (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, работа по образцу и т.д.)
 3. Практичный (выполнение конкретных методик по заданным инструкциям, схемам и образцам и т.д.)
- методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:
 1. Объяснительно - иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
 2. Репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
 3. Частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске решения поставленной педагогом задачи;
 4. Исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.
- методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:
 1. Фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
 2. Индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
 3. Групповой – организация работы в группах;
 4. Индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Планируемые личностные, метапредметные и предметные результаты:

Личностные универсальные учебные действия:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образа «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;

- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи и заданной области.

Познавательные универсальные учебные действия:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников;
- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание;
- 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;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- задавать вопросы.

По окончании курса развивающих занятий ученик научиться:

- Самостоятельно выполнять упражнения и задания;
- Изменить поведение на занятиях;
- Повысить успеваемость по разным школьным предметам;
- Контролировать эмоциональное состояние.
- Ориентироваться в пространстве листа, правильно называть направления вправо, влево, вверх, вниз и т. п.;
- Правильно анализировать и копировать образец без ошибок;
- Верно выполнять словесные указания взрослого;
- Правильно воспринимать, называть фигуры, эмоции, цвета.
- Правильно понимать и использовать мимику и жесты.
- Работать в команде;
- Проявлять устойчивость внимания при выполнении заданий, концентрировать, переключать, распределять, зрительно анализировать;
- Запоминать на достаточном уровне слуховой, зрительный материал;
- Успешно выполнять самостоятельно задания, ранее выполнявшиеся, но другие по оформлению;
- Выражать свои чувства.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№ п/п	Название раздела	Название тем	Содержание занятий
1.	Раздел 1. «Мой внутренний мир»	<p>Занятие 1. Знакомство. «Правила поведения на занятиях». «Я - первоклассник!» (диагностический минимум)</p> <p>Занятие 2. Язык мира эмоций. Знакомство с понятиями «эмоции», «мимика», «жесты», «язык жестов»</p> <p>Занятие 3. Город Радости и Веселья.</p> <p>Занятие 4. Остров Страх и его обитатели.</p> <p>Занятие 5. Мы все умеем побеждать страх!</p> <p>Занятие 6. Пещера Гнева. Ознакомление с различными видами гнева - злость, ярость.</p> <p>Занятие 7. Обиженная Деревня.</p> <p>Занятие 8. Гора Стыда.</p> <p>Занятие 9. Мы владеем Эмоциями.</p> <p>Занятие 10. Мешок хороших качеств.</p> <p>Занятие 11. «Тёмные» и «светлые» качества. Салют качеств.</p> <p>Занятие 12. Итоговое занятие по 1 блоку «Путешествие в мир Добра»</p>	<p>Знакомство класса, настрой на продуктивную будущую работу.</p> <p>Развитие эмоционально-волевой сферы детей через игру.</p> <p>Знакомство с различными видами страхов.</p> <p>Знакомство с приёмами преодоления различных страхов. Ребята узнают, откуда берётся гнев, может ли он быть полезным.</p> <p>Знакомство с приёмами контроля обид, умение прощать обиды.</p> <p>Показать значение стыда в жизни человека - чем он помогает и чем мешает людям.</p> <p>Развитие умений владеть и управлять своими эмоциями.</p> <p>Знакомство с внутренними и внешними качествами людей.</p> <p>Знакомство с качествами людей, которые не только могут быть хорошими, но и с теми, которые мешают быть счастливым и жить в мире с окружением.</p> <p>Через игровые упражнения выявить приобретённые знания и умения - умение применить знание тем на практике.</p>

2	Раздел 2. «Познавательные процессы»	<p>Занятие 13. Что такое память?</p> <p>Занятие 14. Развиваем память. Занятие 15. Тренируем память.</p> <p>Занятие 16. Что такое восприятие? Виды восприятий.</p> <p>Занятие 17. Иллюзии восприятия.</p> <p>Занятие 18. Тренировка восприятия.</p> <p>Занятие 19. Что такое внимание? Виды и свойства внимания.</p> <p>Занятие 20. Развиваем внимание.</p> <p>Занятие 21. Тренируем внимание.</p> <p>Занятие 22. Что такое мышление? Раскрыть понятие «мышление», его виды.</p> <p>Занятие 23. Развиваем мышление.</p> <p>Занятие 24. Тренируем мышление.</p> <p>Занятие 25. Развиваем пространственные ориентации.</p> <p>Занятие 26. Развитие наблюдательности.</p>	<p>Раскрыть понятие памяти и её роли в жизни человека, познакомить с видами памяти.</p> <p>Задания и упражнения на развитие видов памяти.</p> <p>Закрепить понятия «восприятие», «ощущение». Раскрыть приёмы восприятия величины, цвета, формы, восприятия, пространства, движения, времени.</p> <p>Раскрыть понятие «иллюзии восприятия», показать на примерах.</p> <p>Тренировка восприятия через игру.</p> <p>Раскрыть понятие «внимание». Его виды (произвольное - непроизвольное), «внешнее и внутреннее), свойства (концентрация, распределение, переключение).</p> <p>Задания и упражнения на развитие внимания.</p> <p>Тренировка внимания через игровые упражнения.</p> <p>Задания и упражнения на развитие видов мышления.</p> <p>Тренировка видов мышления через игру.</p> <p>Ориентируемся в пространстве.</p> <p>Задания и упражнения на развитие наблюдательности</p>
---	--	---	---

		<p>Занятие 27. Развиваем связи правого и левого полушария и мелкую моторику рук.</p> <p>Занятие 28. Контрольное занятие. Путешествие в Страну Чудилию.</p>	<p>Задания и упражнения на развитие связи левого и правого полушария с помощью пальчиковых игр.</p> <p>Через игру выявить усвоение тем, раскрепостить и сплотить детей при работе в группах.</p>
3	Раздел 3. «Взаимоотношения»	<p>Занятие 29. Поступки мои и окружающих.</p> <p>Занятие 30. Твой характер.</p> <p>Занятие 31. Умеем ли мы общаться?</p> <p>Занятие 32. Умею ли я слушать других.</p> <p>Занятие 33. Школьная дружба.</p> <p>Занятие 34. Итоговое занятие. Игра «Вот и стали мы на год взрослей» (проведение теста достижений через игру)</p>	<p>Обсудить условия устранения психологического дискомфорта, агрессии; формировать умение учитывать позиции другого человека.</p> <p>Представление о связи характера человека, украшения и его назначения.</p> <p>Выяснить степень коммуникативности учащихся; повторить известные формулы вежливости и познакомить с новыми; продолжить знакомство с этикетным диалогом.</p> <p>Развивать умения быть внимательным к окружающим людям, слушать и слышать окружающих.</p> <p>Установление добрых отношений в группе; сплочение детского коллектива; совершенствование навыков общения.</p> <p>Выявление уровня сформированности конкретных знаний, умений и навыков.</p>

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование тем	Кол- во часов	Дата по факту
Раздел 1 «Мой внутренний мир».			
1	Знакомство. «Правила поведения на занятиях». «Я - первоклассник!» (диагностический минимум)	1	
2	Язык мира эмоций. Знакомство с понятиями «эмоции», «мимика», «жесты», «язык жестов»	1	
3	Город Радости и Веселья.	1	
4	Остров Страх и его обитатели.	1	
5	Мы все умеем побеждать страх!	1	
6	Пещера Гнева. Ознакомление с различными видами гнева - злость, ярость.	1	
7	Обиженная Деревня.	1	
8	Гора Стыда.	1	
9	Мы владеем Эмоциями.	1	
10	Мешок хороших качеств.	1	
11	«Тёмные» и «светлые» качества. Салют качеств.	1	
12	Итоговое занятие по 1 блоку «Путешествие в мир Добра»	1	
Раздел 2 «Познавательные процессы»			
13	Что такое память?	1	
14	Развиваем память.	1	
15	Тренируем память.	1	
16	Что такое восприятие? Виды восприятий.	1	
17	Иллюзии восприятия.	1	
18	Тренировка восприятия.	1	
19	Что такое внимание? Виды и свойства внимания.	1	
20	Развиваем внимание.	1	
21	Тренируем внимание.	1	
22	Что такое мышление? Раскрыть понятие «мышление», его виды.	1	
23	Развиваем мышление.	1	
24	Тренируем мышление.	1	
25	Развиваем пространственные ориентации	1	
26	Развитие наблюдательности.	1	
27	Развиваем связи правого и левого полушария и мелкую моторику рук.	1	
28	Контрольное занятие. Путешествие в Страну интеллектуальных чудес.	1	
Раздел 3 «Взаимоотношения»			
29	Поступки мои и окружающих.	1	
30	Твой характер.	1	
31	Умеем ли мы общаться?	1	
32	Умею ли я слушать других.	1	
33	Школьная дружба.	1	
34	Итоговое занятие. Игра «Вот и стали мы на год взрослей»	1	

ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО, УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Агаева Е.Л., Брофман В.В., Булычева А.И. и др. Чего на свете не бывает?: Занимательные игры для детей до 6 лет. — М., 2015.
2. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. — М., 2013.
3. Винокурова Н. Лучшие тесты на развитие творческих способностей. — М., 2018 г.
4. Гаврина С. Е. , Кутявина Н. Л. и др. Развиваем мышление. — М. , 2015.
5. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. — СПб., 2003 г.
6. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. - М., 2020 г.
7. Залеская О.В. Младшие школьники с ЗПР: уроки общения.- М., 2005 г.
7. Изотова Е. И., Никифорова Е. В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика. — М., 2004 г.
8. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. — М., 2004 г.
9. Нижегородцева Н. В., Шадриков В. Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. — М. , 2012.
10. Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития младших школьников (Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов). - М.: «Ось-89», 2016.
11. Цукерман Г. А., Поливанова К. Н. Ц852 Введение в школьную жизнь. Программа адаптации детей к школе. — 2-е изд., испр. — М.: Генезис, 2013.