

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1»
Г. БОЛОГОЕ, ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ

«Утверждаю» Директор МБОУ «СОШ №1»: _____ Захарнёва Ю. В. Приказ № _____ от «__» _____ 2023 г.	«Согласовано» с заместителем директора по ВР _____ Чагина О. С.	«Рассмотрено» на заседании кафедры _____ Иванова Т. В. Протокол № _____ от «__» _____ 2023 г.
--	--	--

**Программа внеурочной деятельности
(духовно – нравственное направление)**

**Психология
«Вместе играем, учимся, переживаем...»
1 класс**

Составитель:
Сажнева Людмила Николаевна
педагог-психолог
МБОУ "СОШ №1"

Пояснительная записка

В условиях реформирования современной российской школы возрастает интерес к коммуникативной сущности образования как одной из основных идей ФГОС. В концептуальных основах Стандартов второго поколения в аспекте универсальных учебных действий (УУД) коммуникация рассматривается как смысловой аспект общения и социального взаимодействия.

По данным ряда исследователей, от 15% до 60% учащихся начальных классов испытывают трудности коммуникативного характера (А.Ф. Ануфриев, В.С. Казанская, С.Н. Костромина).

Как же создать оптимальные условия для формирования коммуникативных компетенций на начальном этапе обучения ребенка?

Комплексные психологические обследования первоклассников показывают, что обучение объективно проблемно для большинства учащихся, гармоничность – явление исключительно редкое. С другой стороны, в период обучения в начальной школе гармонизация развития не только возможна, но и достижима. Но уже в средней школе помочь ребенку бывает гораздо сложнее.

Актуальность развития у детей не только когнитивной сферы, но и социального, эмоционального интеллекта на сегодняшний день очевидна. Обычно взрослые сосредотачивают свои усилия на тренировке детей в различных учебных умениях: чтении, письме, счете. А ребенок в школе не только читает, пишет и считает, но чувствует, переживает, размышляет, оценивает себя, друзей, взрослых. И помогать ему нужно в понимании самого себя и своего места в школьной жизни, во взаимодействии с ребятами и учителем. Помогать в поиске своих ресурсов, утверждению веры в себя и свои возможности, стремлении к преодолению школьных трудностей. И тогда его школьный путь будет более успешным и радостным.

Данная программа развивающего курса «Вместе играем, учимся, переживаем» – это своего рода психологическая азбука первоклассника. Программа включает четыре раздела: пояснительную записку, основное содержание с примерным распределением учебных часов по темам курса, методическое обеспечение, требования к умениям и знаниям учащихся.

Программа развивающего курса по психологии для начальных классов составлена в рамках внеурочной деятельности.

Программа конкретизирует содержание основных тем учебного курса, дает примерное распределение учебных часов на изучение тем, логику учебного процесса в аспекте возрастных особенностей учащихся первых классов.

Цель данного курса: создание социально-психологических условий для самопознания и познания других людей, повышения уверенности в себе и своей коммуникативной компетентности, что необходимо для полноценной школьной жизни и успешности ребенка в будущем.

Задачи:

- создать атмосферу сотрудничества, взаимопонимания и психологической безопасности;
- обеспечить успешную адаптацию ребенка к школе;
- дать учащимся первичные представления о психологии как науке, раскрыть содержание некоторых психологических понятий;
- поддерживать и развивать познавательную активность детей;
- учить методам и приемам познания себя;
- помочь детям осознать ведущие каналы восприятия информации и ориентировать их на целенаправленное развитие всей системы восприятия окружающего мира;
- дать ребенку элементарные представления о внутреннем мире человека, о его месте в окружающем мире;

- научить детей осознавать и снимать проявления своих негативных эмоциональных состояний;
- формировать у учащихся приемы, способы познавательной, коммуникативной деятельности;
- развивать у детей креативные способности, способствовать самовыражению;
- развивать способность сочувствовать, сопереживать.

Место предмета в учебном плане.

Данная программа ориентирована на 17 часов в год, из расчета 1 учебный час в неделю. Для занятий отводятся специальные уроки продолжительностью 30-35 минут.

Планируемые результаты.

Универсальные учебные действия (УУД), которые формируются в ходе работы (далее указываются основные из них):

Личностные УУД:

- принятие социальной роли ученика;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- овладение начальными навыками адаптации в социуме.

Регулятивные УУД:

- овладевать способностью принимать и сохранять цели деятельности;
- осваивать способы решения проблем творческого характера;
- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;
- строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

- овладение логическими операциями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий, простых причинно-следственных связей;
- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- учиться наблюдать.

Коммуникативные УУД:

- задавать вопросы;
- излагать свое мнение и оценку событий;
- признавать возможность существования различных точек зрения;
- знакомиться, присоединяться к группе;
- благодарить;
- выразить свои теплые чувства к другому;
- принимать комплименты;
- извиняться;
- предложить помощь другу, проявить заботу;
- просить помощи;
- справляться со своими эмоциями;
- соблюдать правила игры;
- слушать и слышать собеседника;
- осознавать свои чувства и выражать их;
- договариваться о распределении ролей в совместной деятельности;
- находить «нравится» в «нужно»;
- доводить задание до конца.

Содержание программы.

В программу развивающих занятий входят 5 тем.

Первая тема **«Я – школьник»** включает занятия, посвященные знакомству со школой, с учениками своего класса, привыканию к требованиям обучения.

Цели:

- содействовать осознанию позиции школьника;
- способствовать формированию дружеских отношений в классе;
- развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях;
- сфокусировать внимание учащихся на важнейших умениях, которые необходимо освоить в адаптационный период;
- мотивировать учащихся к развитию силы воли и самоконтроля.

Вторая тема **«Мои чувства»** помогает детям научиться понимать и контролировать свои эмоциональные состояния.

Цели:

- рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева;
- обучать распознаванию, описанию своих чувств и чувств других людей;
- помочь детям осознавать относительность оценки чувств;
- познакомить с приемами снижения мышечного напряжения;
- способствовать снижению уровня тревожности, страхов при помощи приемов игровой и арт-терапии;
- развивать проявление внутренней рефлексии в умении давать адекватную оценку самому себе;
- формировать творческое мышление.

Третья тема **«Развиваем познавательные способности»** направлена на расширение возможностей мышления, памяти, воображения, внимания.

Цели:

- развивать умения простейших сравнений и классификаций (сходство-различие, цвет, размер, форма, количество, функции и т.д.);
- содействовать переходу от наглядно-действенного к наглядно-образному мышлению;
- развивать объем и устойчивость зрительной памяти;
- формировать первичных умений логического запоминания;
- формировать основные элементы творческого воображения.

Четвертая тема **«Оптимизация межполушарных взаимодействий»** помогает в процессе упражнений улучшать мыслительную деятельность.

Цели:

- синхронизировать работу полушарий;
- способствовать улучшению запоминания;
- повышать устойчивость внимания;
- облегчать процесс письма.

Пятая тема **«Я учусь жить мирно»** посвящена навыкам конструктивного общения и взаимодействия между детьми.

Цели:

- развивать умение сотрудничать, вместе играть;
- подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить;
- помочь детям осознать качества настоящего друга;
- обучить детей способам разрешения конфликтов;
- отбатывать умение присоединяться к группе.

Учебно-тематический план

№	Темы	Количество часов		
		лекционные	практические	всего
1	Я – школьник	1	2	3
2	Мои чувства	2	4	6
3	Развиваем познавательные способности	0	3	3
4	Оптимизация межполушарных взаимодействий	0	3	3
5	Я учусь жить мирно	0	1	1
Итого:		3	14	17

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	План	Факт	Тема	УУД
Я – школьник (3 ч.)				
1	1.09		Зачем мне нужно ходить в школу	<i>Личностные:</i> принятие социальной роли ученика; развитие самостоятельности и ответственности; овладение начальными навыками адаптации в социуме.
2	8.09		Мои друзья в моём классе.	
3	15.09		Мои успехи в школе.	
Мои чувства (6 ч.)				
4	22.09		Мои чувства.	<i>Регулятивные:</i> овладение способностью принимать и сохранять цели деятельности; освоение способов решения проблем творческого характера. <i>Познавательные:</i> овладение логическими операциями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий, простых причинно-следственных связей.
5	29.09		Радость.	
6	6.10		Что такое мимика.	
7	13.10		Грусть.	
8	20.10		Страх: как его преодолеть.	
9	27.10		Гнев. С каким чувством он дружит.	
Развиваем познавательные способности (3 ч.)				
10	10.11		Развиваем внимательность.	<i>Коммуникативные:</i> задавать вопросы; излагать свое мнение и оценку событий; признавать возможность существования различных точек зрения; извиняться; справляться со своими эмоциями; слушать и слышать собеседника; осознавать свои чувства и выражать их; договариваться о совместной деятельности; доводить задание до конца.
11	17.11		Развиваем память.	
12	24.11		Развиваем логическое мышление.	
Оптимизация межполушарных взаимодействий (3 ч.)				
13	1.12		Я умею управлять собой.	
14	8.12		Я умею слушать других.	
15	15.12		Я умею быть доброжелательным.	
Я учусь жить мирно (2 ч.)				
16	22.12		Я учусь решать конфликты.	
17	29.12		Моя «учебная сила»	
По программе: 33 часа				Фактически: 17 часов

**Программа выполнена.
Подпись _____**