


**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ЦЕНТР НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»  
(АНПОО «ДВЦНО»)**

**Начальная школа –детский сад «Классическая европейская прогимназия»  
(НШДС «КЕП»)**

**«СОГЛАСОВАНО»**

Заместитель директора по УВР  
НШДС «КЕП»

 О.В. Ишматова

**«УТВЕРЖДЕНО»**

Директор НШДС «КЕП»

 С.О. Дутко



принята на заседании педагогического совета  
НШДС «КЕП» АНПОО «ДВЦНО»  
Протокол № 1 от «29» августа 2022 г

**Рабочая программа внеурочной деятельности.  
Социально- личностное развитие  
(психологическое сопровождение)**

Составил(а) Свешникова Ю. В.  
Срок реализации: 1 год  
Категория обучающихся: 2 класс

г. Владивосток  
2023 г.

## **Содержание**

Введение

Пояснительная записка

Содержание изучаемого курса

Учебно – тематический план

Ожидаемый результат работы

Перечень учебно-методического обеспечения

Список литературы

## Введение

Возрастная категория	2 класс
Срок реализации	1 год
Курс разработан на основе	программы Е.И. Николаевой «Воспитание толерантности», Э.Г. Эйдемиллер, В.А. Яковлев «Метафора жизненного пути в психотерапии детей с эмоциональными и поведенческими расстройствами»

### Пояснительная записка

Основная деятельность – учение. В возрасте 8-9 лет остаётся сильным и конкурирующим непроизвольное внимание. Запоминание и воспроизведение становится все более произвольным и активным. Продолжает развиваться словарь. Появляется ориентировка на системы родного языка. В этом возрасте ребёнок уже может говорить, не только для того, чтобы передать сообщение, но и для того чтобы удержать внимание собеседника.

Ребёнок обладает способностью более сдержанно выражать свои эмоции. Развиваются высшие чувства. В общении ребёнок по-прежнему ориентируется на мнение и оценку взрослого, дружеские связи со сверстниками продолжают развиваться. Становятся важными такие качества личности как доброта, внимательность, самостоятельность, уверенность в себе, честность. Друзья это те, кто помогает, отзывается на просьбы, разделяет интересы.

Общение продолжает оставаться школой социальных отношений. В этом возрасте ребёнок продолжает учиться контролировать свои эмоции. Это аффективный этап формирования личности. Активно развиваются социальные эмоции: чувство ответственности, самолюбие, чувство доверия к людям, которое трансформируется в способность к сопереживанию. Ребёнок открывает для себя существование разных стилей общения.

Психологическое новообразование, которое активно развивается именно в младшем школьном возрасте это самооценка. Самооценка в рамках развития рефлексии – способности осознавать свои действия, поведение, эмоции, мысли, чувства. Именно самооценка определяет социальную адаптацию личности и является регулятором поведения и деятельности.

Обучение в первую половину учебного года проходит по программе Е.Н. Николаевой «Воспитание толерантности».

Цель занятий – развитие эмоционального интеллекта у ребят начальной школы, под которым понимается умение узнавать эмоции других, отождествлять свои собственные эмоции и владеть своими переживаниями.

Способность определять и называть своё эмоциональное состояние словами помогает детям научиться управлять своими эмоциями, определять эмоциональное состояние других людей и адекватно на него реагировать, ответственно поступать в ситуациях нравственного выбора. Это обучение толерантности на основе рефлексии.

Развитие эмоциональной сферы будет способствовать развитию товарищества и взаимоподдержки среди детей, что также будет способствовать большей эффективности школьного процесса. Настоящий курс направлен на повышение социальной и эмоциональной компетентности учащихся начальных классов.

Задача психолога в данной программе – расширение взглядов ребёнка на обсуждаемые темы, рассматриваемые проблемы, отсутствие одномерного представления, единственно правильного ответа, то есть обучение толерантности.

Со второй четверти в профилактических целях проводится работа в коррекции тревожности и поведения детей 7-10 лет с использованием материалов программы Э.Г. Эйдемиллер, В.А. Яковлев «Метафора жизненного пути в психотерапии детей с эмоциональными и поведенческими расстройствами». Метафора жизненного пути

заложена в символизм ролевой игры и является инструментом для последовательного удовлетворения детьми базисных потребностей по Э. Эриксону характерных для первых 7 лет жизни.

Цель занятий – снижение тревожности и конструктивные изменения копинг-стратегий в ситуациях взаимодействия с окружающими у детей 7-10 лет.

Задачи:

1. Формирование доверительных отношений, подкрепление чувства собственной значимости и психологической комфортности детей во взаимодействии в группе.
2. Подкрепление конструктивного опыта самовыражения и продуктивного сотрудничества в группе посредством использования метафоры жизненного пути.
3. Подкрепление опыта эмоциональной устойчивости и уверенности в себе в решении игровых задач.
4. Формирование у учащихся позитивного опыта использования конструктивных копинг-стратегий во взаимодействии со значимыми взрослыми.
5. Закрепление конструктивного опыта восприятия себя и окружающих, самовыражения в актуальных видах деятельности (общение, игра, учебная деятельность, бытовая деятельность).

Первое и последнее занятие каждой четверти проходят, как игровые.

### **Содержание программы**

Программы рассчитаны на 34 часа. Занятия проводятся на внеклассных занятиях в течение всего периода обучения.

Блок из 10 часов по темам «Культурный человек», «Что такое хорошо и что такое плохо?», «Обида. Мсть. Прощение.», «Неожиданные ситуации», «Закон. Права и обязанности» является комплексным и суммирует все знания детей, полученные на предыдущих уроках, в нём обозначают ценности, знание которых необходимо современному человеку. Дети учатся принимать людей других национальностей, других семей, другой культуры, уважать законы и понимать, что права человека неразрывно связаны с его обязанностями. У ребят расширяется понятие знаний не только из учебников и книг, но и познание их самостоятельного жизненного опыта.

На уроках ребята рисуют, высказывают своё мнение относительно обсуждаемой темы, участвуют в творческих диалогах, ищут сами ответы в процессе совместного обсуждения. Дружеская атмосфера взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с учителем, облегчает процесс совместного обучения.

Блок из 16 часов Э.Г. Эйдемиллер, В.А. Яковлев «Метафора жизненного пути в психотерапии детей с эмоциональными и поведенческими расстройствами» направлен на психологическую коррекцию тревожности и поведения у младших школьников. Данный курс построен с учетом актуализации и удовлетворение базисных потребностей по Э. Эриксону, а также изменения произвольных когнитивных и поведенческих установок на конструктивные. Произвольное их использование в групповом формате. Занятия построены в игровом формате с использованием творческого потенциала детей данного возраста с использованием сказки (метафоры). В метафоре сказок заложен символ инициации, или успешного перехода личности к следующему этапу зрелости. Игровые задачи решаются совместно в группе в соответствии с установленными правилами и сюжетом игры. Далее детям предоставляется возможность самостоятельной организации игрового пространства. Самостоятельное планирование детьми игровых действий и их реализация в групповом взаимодействии характеризуется динамикой изменения форм взаимодействия и самовыражения в процессе занятий.

На уроках дети рисуют, клеят, раскрашивают, конструируют. Придумывают сказочные сюжеты, вместе ищут творческие решения, решают игровые задачи, участвуют в творческих диалогах.

Игровые занятия предполагают командные игры и проводятся, как в конце, так и в начале четверти. Игровые групповые занятия с небольшим количеством участников, при поддержке психолога помогают ребенку острее ощутить характер своего поведения и опробовать новые поведенческие модели. Преимущество игры перед любой другой детской деятельностью заключается в том, что в ней ребенок сам добровольно подчиняется определенным правилам, причем именно выполнение правил доставляет максимальное удовольствие. Это делает поведение ребенка осмысленным и осознанным. Здесь формируется иерархия мотивов, то есть умение подчиниться требованию «надо», а не «хочу», подавить свои сиюминутные желания. В игре ребенок учится устанавливать взаимоотношения со сверстниками, планировать свои действия, оценивать свое поведение и поведение партнера. Количество игровых занятий составляет 8 часов.

#### **Ожидаемый результат работы:**

1. ребёнок учится отождествлять свои переживания и чувства с конкретными словами, управлять своими эмоциями.
2. рассуждает об эмоциях, называет их, определяет эмоциональное состояние других людей, учится адекватно на него реагировать.
3. умеет анализировать свои собственные переживания и готов к активному сотрудничеству с другими людьми.
4. Повышение творческой активности детей.
5. Самостоятельность в игре и бытовой деятельности.
6. Улучшение успеваемости и поведения в школе и дома.
7. Снижение тревожности, страхов, агрессивного поведения.

#### **Учебно – тематический план (поурочное планирование)**

	<b>Наименование дисциплины, темы</b>	<b>Количество часов</b>
	<b>Психологическое сопровождение, 2 класс</b>	<b>34</b>
	Игровое занятие.	1
	Культурный человек	1
	Что такое хорошо и что такое плохо?	1
	Обида.Мечь.Прощение.	1
	Неожиданные ситуации.	1
	Закон.Права и обязанности.	1
	Фантазия и обман.	1
	Игровое занятие.	2
	Творчество.	1
	Соревнование и сравнение.	1
	Вера и знание.	1
	Отечество.	1
	Путешествие на таинственный остров.	1
	Образ игрового персонажа.	2
	Игровое занятие.	2
	Дом для героя.	2
	Рождение героя	2
	Знакомство героев.	1
	Волшебная сила.	1
	Нехочуха.	1
	Сила. Тепло души.	1

	Игровое занятие.	2
	Новые герои.	1
	Новые приключения.	1
	Творческие мастерские	2
	Заккрытие группы.	1
	Игровое занятие.	1

### **Перечень учебно – методического обеспечения**

1. Программа Е.И. Николаевой «Воспитание толерантности».
2. Книга для размышления Е.И. Николаевой «Я в мире других» (для индивидуальной работы).
3. Сборник практического пособия К. Фопеля «Как научить детей сотрудничать?» в 4-х частях.
4. Листы формата А-4, карандаши, мелки.

### **Список литературы**

1. Баева И.А. Тренинг психологической безопасности в школе. - СПб.: Речь, 2002. -251 с.
2. Бачков И.В. Сказкотерапия: Развитие самосознания через психологическую сказку. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Ось - 89, 2003. - 144 с.
3. Детская практическая психология: Учебник / Под ред.проф. Т.Д. Марцинковской.
4. Зинкевич Т.Д. - Евстигнеева Практикум по сказкотерапии - СПб., 2000.
5. Коноваленко С.В. Коммуникативные способности и социализация детей 5-9 лет.
6. Лебедева Л.Д. ПРАКТИКА АРТ - ТЕРАПИИ: подходы, диагностика, система занятий. - СПб.: Речь, 2003. - 256 с.
7. Набойкина Е.Л. Сказки и игры с «особым» ребенком. - СПб.: Речь, 2006. - 144 с.
8. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. - СПб.: речь, 2001.-507 с.
9. ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОДИАГНОСТИКА. Методы и тесты. Учебное пособие. Редактор - составитель - Д.Я. Райгородский.
10. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн.-М.: Изд - во ВЛАДОС - ПРЕСС, 2001. - Кн.1: Система работы психолога с детьми разного возраста. - 384 с.
11. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. - СПб.: речь, 2002.- 175 с.
12. Хрящева Н.Ю. Психогимнастика в тренинге - СПб.: «Речь», Институт Тренинга, 2001.-256 с.
13. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Лабиринт души: Терапевтические сказки - 5-е изд. -М.: Академический Проект, 2007. - 176 с. - (Руководство практического психолога).