

**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»

 Т. Ю. Эльснер

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор НШДС «КЕП»

 О. В. Ишматова



Принята на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от «28» августа 2023г

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

Составил(а) Свешникова Ю. В.
Срок реализации: 1 год
Категория обучающихся: 3-4 классы

г. Владивосток

Содержание:

Пояснительная записка

Содержание тем учебного курса

Учебно-тематический план

Список литературы

Материально-техническое обеспечение программы

Календарно-тематическое планирование на текущий учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» уроки психологии в начальной школе (1 – 4). – М.: Генезис, 2015г.

Цель: помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей –установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Относиться с пониманием к мнению собеседника.
6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Принципы реализации программы:

1. Принцип индивидуализации предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.
2. Принцип доступности от уровня психологических особенностей ребёнка.
3. Принцип наглядности – демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.
4. Принцип систематичности и последовательности заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.
5. Принцип научности лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей старшего дошкольного возраста.
6. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Общая характеристика курса «Тропинка к своему Я»

Начало обучения в школе – один из наиболее значимых моментов в жизни человека. В древности начало систематического обучения считалось периодом качественного изменения состояния, своеобразной точкой перехода к новому состоянию.

Сегодня же многие педагоги и родители недооценивают качественные изменения, происходящие в ребёнке в период обучения в начальной школе.

Гораздо больше внимания уделяют количественному накоплению знаний и умений детей. Однако именно качественные изменения очень важны для ребёнка, они могут сыграть как позитивную, так и негативную роль, могут укрепить психологическое здоровье или же нарушить его. И если пробелы в знаниях можно впоследствии легко восполнить, то возникшие психологические нарушения могут иметь стойкий характер, с трудом поддаваться коррекции.

Не все дети в школе попадают в ситуацию успеха в силу того, что набор критериев, по которым оцениваются действия детей, ограничен. А в ситуации стойкого длительного неуспеха ребёнок может не только осознать свою неспособность «стать хорошим», но уже потерять к этому стремление.

Депривация потребности в признании может вызвать у младших школьников не только снижение самооценки, но и появление неадекватных защитных реакций.

При активном типе поведения защита оборачивается агрессией к одушевлённым и неодушевлённым предметам, компенсацией в других видах деятельности. При пассивном типе появляются неуверенность в себе, стеснительность, лень, апатия, уход в фантазии или болезни – реальные или симулированные.

Кроме того, если ребёнок воспринимает результаты учёбы как единственные критерии собственной ценности, то малейшее снижение результатов учёбы приводит к чувству неполноценности, которое может негативно повлиять на актуальную ситуацию ребёнка и сформировать неблагоприятный жизненный сценарий.

С началом обучения у детей появляется сразу множество обязанностей: не опаздывать, сидеть спокойно, не разговаривать, не играть на уроках, не бегать, не кричать, выполнять домашние задания и т.п. Большинство школьных обязанностей, как правило, направлены на воспитание послушания и на сдерживание естественных потребностей в игре, в движении, в общении.

Обязанности, касающиеся отношений между людьми, обычно осознаются значительно меньше. Впоследствии это может привести к формированию стойкого негативного отношения к школе в сочетании с потребностью полностью «раскрепощаться» на улице.

Основным условием психического развития ребёнка является его собственная деятельность. Именно в активной мотивированной деятельности самого ребёнка происходит формирование его личности. Причём это формирование происходит прежде всего под влиянием той деятельности, которая на данном этапе онтогенеза является ведущей, обуславливающей главные изменения в психических процессах в психологических особенностях личности ребёнка. У детей младших школьников ведущей деятельностью является учебная деятельность.

Обучение играет ведущую роль в психическом развитии ребёнка на всех возрастных этапах. «Процессы развития, – писал Л.С. Выготский, – не совпадают с процессом обучения... процессы развития идут вслед за процессами обучения, создающего зоны ближайшего развития».

Иными словами, обучение должно быть ориентировано на «зону ближайшего развития», которая определяется содержанием тех задач, с которыми ребёнок ещё не может справиться самостоятельно, но решает с помощью взрослого. Обучая ребёнка чему-то новому, взрослый помогает ему решить ту самую задачу, к пониманию и овладению которой он уже готов, но самостоятельно с ней ещё не справился.

Эффективность образования, а следовательно, и психического развития зависит от того, насколько средства, содержание, методы обучения и воспитания задают перспективу их дальнейшего развития. Так как ведущей деятельностью дошкольников является игровая деятельность и смена на учебную деятельность, присущую младшим школьникам, происходит не вдруг и не сразу, то данная программа составлена с использованием игры и групповых форм работы с методиками арт-терапии и сказкотерапии.

3 класс (34 занятия)

К началу третьего класса у ребёнка уже чётко сформирован отчётливый образ хорошего ученика, он ясно представляет себе, что надо делать, чтобы соответствовать этому образу, однако в результате в какой-то степени утрачивается детская непосредственность, индивидуальные особенности ребёнка несколько стираются, снижаются творческие возможности. Все это ослабляет контакт с той ванной составляющей личности, которую психологи называют «внутренним ребёнком». Взрослые в этот период обычно удовлетворенно отмечают стабильную способность детей выполнять стандартные задания, умение действовать по образцу. Но, как правило, они не замечают, что эти качества утверждаются в ребёнке за счёт обеднения фантазии, снижения изобретательности, оригинальности восприятия. Родители, педагоги и психологи констатируют уровень развития мышления, памяти, внимания детей, упуская из виду упадок воображения, снижение творческих способностей. Однако это – явление временное и обратимое, если вовремя начать работу по актуализации творческих способностей детей. Поэтому важнейшей темой психологических занятий в третьем классе становится тема «Я-фантазёр», в ходе проработки которой можно «реанимировать фантазию», утвердить ее ценность в глазах детей и взрослых. Другая важная особенность этого возраста – качественные изменения во взаимоотношениях детей со значимыми взрослыми – учителем и родителями. К этому времени учитель в сознании детей во многом утрачивает свой идеальный образ. Дети начинают смотреть на него более реалистично, однако при этом «идеал» может полностью разрушиться, уступив место пренебрежительному отношению, своеобразному «нигилизму». Внутренне отдаление от авторитета учителя может вызвать страх перед ним либо злость и обиду. Поэтому усилия психолога должны быть направлены на то, чтобы поддержать в ребёнке реальный образ учителя, не снижая при этом его ценности. Сходный процесс идёт и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как живых людей со своими достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребёнок привыкает к тому, что самые близкие люди имеют право иногда уставать или сердиться, могут порой допустить несправедливость, нечаянно обидеть, быть невнимательным. Но при этом они любят ребёнка не меньше, чем в благоприятные моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребёнка и сами попросить прощения. Дети тоже понемногу учатся налаживать отношения, делать шаги навстречу близким людям при трудностях в общении, дорожить ценностью установившихся привязанностей. Важной темой остаётся и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в классе. Отношения с друзьями в этот период становятся более значимыми, нежели в первые два школьные года, меньше зависят от оценок

учителя и школьных успехов. Самооценка ребёнка теперь в большей степени строится на отношениях с друзьями. Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление. К окончанию третьего учебного года дети способны брать на себя роль ведущего в знакомых психологических играх и упражнениях, быть внимательным к остальным участникам, уметь договариваться с ними об условиях игры, давать внятные инструкции, контролировать ход выполнения заданий. Взрослый ведущий старается провести через лидерские роли как можно больше детей группы, чтобы каждый ощутил психологическую разницу между положениями лидера и исполнителя на самом себе.

Тематическое (поурочное) планирование.

№ занятия	Количество часов	Тема	Примечания
1	1	<i>Я – третьеклассник.</i>	
2	1	<i>Кого можно назвать фантазёром?</i>	
3-4	2	<i>Я умею фантазировать.</i>	помочь детям осознать ценность умения фантазировать
5	1	<i>Мои сны.</i>	
6	1	<i>Я умею сочинять!</i>	
7	1	<i>Мои мечты</i>	развивать креативные способности детей.
8-9	2	<i>Фантазии и ложь.</i>	
10-11	2	<i>Я и моя школа.</i>	помочь детям осознать особенности позиции ученика;
12	1	<i>Что такое лень?</i>	
13-14	2	<i>Я и мой учитель.</i>	предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в

			отношении учителя; помочь детям принять учителя таким, какой он есть.
15	1	<i>Как справляться с «Немогучками»?</i>	
16	1	<i>Я и мои родители</i>	помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями;
17	1	<i>Я умею просить прощения</i>	обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.
18-19	2	<i>Почему родители наказывают детей?</i>	
20-21	2	<i>Настоящий друг.</i>	
22-23	2	<i>Умею ли я дружить?</i>	
24	1	<i>Трудности в отношениях с друзьями.</i>	помочь детям осознать качества настоящего друга;
25-26	2	<i>Ссора и драка.</i>	подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить
27-28	2	<i>Что такое сотрудничество?</i>	дать детям представление о понятии «сотрудничество».
29-30	2	<i>Я умею понимать другого.</i>	
31	1	<i>Я умею договариваться с людьми.</i>	
32	1	<i>Мы умеем действовать сообща.</i>	
33	1	<i>Что такое коллективная работа?</i>	
34	1	<i>Итоговое.</i>	

Список литературы

1. Федеральный государственный стандарт начального общего образования
2. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1 – 4). М., 2015.
3. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.
4. Жизненные навыки / Под. ред. С.В. Кривцовой. М., 2002. Панфилова М.А. Игротерапия общения. М., 2000.
5. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли: пособие для учителя / А.Г. Асмолов (и др); под ред. А.Г. Асмолова. М., 2010.
6. Мухина В.С. Детская психология. М., 1997.
7. Никифорова В.В. «Графические диктанты». М., 2012.
8. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.
9. Практическая психология образования / Под. ред. И.В. Дубровиной. М., 1998.

4 класс (34 занятия)

Главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру и интереса к общению со сверстниками. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь для них важны не столько успехи в учёбе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности. Поэтому целый ряд занятий посвящён обсуждению вопросов взаимоотношений в классе. Самое важное свойство этого возраста – особая открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают их туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребёнок настолько открыт. Особое место занимают занятия, связанные с обсуждением близкого и отдалённого будущего. Наблюдая за трудной жизнью родителей, подростки понимают, что постепенно выходят из детского возраста, и, это может порождать страх взросления. Поэтому дополнительными задачами этих занятия является снятие тревоги и побуждение к учебной активности.

Тематическое (поурочное) планирование.

№ занятия	Количество часов	Тема	Примечания
1-3	3	<i>Как я изменился летом?</i>	
4	1	<i>Расту=Взрослею?</i>	привлечь внимание к процессу взросления;
5-6	2	<i>Мои способности.</i>	

7	1	<i>Мои интересы</i>	помочь детям усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности;
8	1	<i>Мой путь к успеху.</i>	
9	1	<i>Мой внутренний мир.</i>	внести понятие «внутренний мир человека», акцентировать его ценность и уникальность.
10-11	2	<i>Уникальность внутреннего мира.</i>	
12	1	<i>Мой внутренний мир и мои друзья.</i>	
13-14	2	<i>Мои друзья девочки и мальчики.</i>	помочь осознать и проявить чувства, связанные с изменениями взаимоотношений между полами;
15	2	<i>Мой класс</i>	предоставить ребятам возможность обсудить значимый для них процесс общения со сверстниками;
17	2	<i>Мои одноклассники.</i>	
19-20	1	<i>Мои одноклассники – какие они?</i>	помочь понять своё место среди одноклассников.
21-22	1	<i>Какие ученики мои одноклассники?</i>	
23	1	<i>Лидерство в классе.</i>	
24	1	<i>Конфликты в классе.</i>	
25	1	<i>Взаимопомощь в классе.</i>	
26-27	2	<i>Мое детство.</i>	
28	1	<i>Моё настоящее.</i>	
29	1	<i>Моё будущее</i>	подготовить ребят к началу взросления и переходу в пятый класс;
30	1	<i>Мой будущий дом.</i>	
31	1	<i>Моя будущая профессия.</i>	способствовать повышению учебной и социальной активности
32	1	<i>Моё близкое будущее – 5 класс.</i>	
33	1	<i>Что нового меня ждёт в 5 классе</i>	
34	1	<i>Итоговое.</i>	

Список литературы

1. Федеральный государственный стандарт начального общего образования
2. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1 – 4). М., 2015.

3. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.
4. Жизненные навыки / Под. ред. С.В. Кривцовой. М., 2002. Панфилова М.А. Игротерапия общения. М., 2000.
5. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли: пособие для учителя / А.Г. Асмолов (и др); под ред. А.Г. Асмолова. М., 2010.
6. Мухина В.С. Детская психология. М., 1997.
7. Никифорова В.В. «Графические диктанты». М., 2012.
8. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.
9. Практическая психология образования / Под. ред. И.В. Дубровиной. М., 1998.

Материально-техническое обеспечение.

Для реализации данной программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Оборудованный кабинет;
2. Рабочая тетрадь 3-4 класс;
3. Персональный компьютер, копировально-множительная техника.