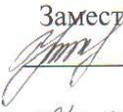


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ржевская средняя общеобразовательная школа
Шебекинского района Белгородской области»

Рассмотрено
на заседании
методического совета
Протокол № 6
от «30» июня 2018г.

Согласовано
Заместитель директора
 Г.Л. Кириевская
«31» августа 2018г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Азбука общения»

для обучающихся 1-4 классов

Программа составлена
педагогом-психологом
Морозовой А.Д.

2018-2019 учебный год

Пояснительная записка

Актуальность и педагогическая целесообразность программы внеурочной деятельности в сфере психологического общения обусловлена необходимостью профилактики психологического здоровья школьников. Важную роль в сохранении здоровья и благополучия детей играет развитие чувства уверенности в себе и своих силах, самопринятия и уважения; формирование установки на преодоление школьных трудностей, развитие навыков самоорганизации, самостоятельности, навыков общения, совместной деятельности и сотрудничества.

Обучение этим жизненно важным навыкам не включено непосредственно в содержание образования, поэтому возникает необходимость введения во внеурочную деятельность обучающихся курса психологии общения.

Для проведения занятий используется программа *О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1–4)»*. Программа внеурочной деятельности школьников по психологии общения для первой ступени общего образования основывается на принципах природосообразности, культуросообразности, коллективности, диалогичности, проектности.

Природосообразность основывается на научном понимании взаимосвязи естественных и социальных процессов, согласуется с общими законами развития природы и человека, воспитывает его сообразно полу и возрасту, а также формирует у него ответственность за развитие самого себя. На каждом возрастном этапе перед человеком встает ряд специфических задач, от решения которых зависит его личностное развитие. В младшем школьном возрасте – это развитие самосознания (потребность в признании, осознание прав и обязанностей, осознание времени).

Культуросообразность базируется на общечеловеческих ценностях, общение строится в соответствии с ценностями и нормами тех или иных национальных культур, не противоречащими общечеловеческим навыкам.

Коллективность предполагает, что психология общения дает обучающемуся опыт жизни в обществе, опыт взаимодействия с окружающими, создает условие для позитивно направленного самосознания.

Диалогичность требует не столько равенства между педагогом-психологом и школьниками, сколько искренности, взаимного понимания, признания и принятия. Он предполагает духовно-ценностную ориентацию детей и их развитие.

Проектность предполагает последовательную подготовку детей к самостоятельному проектному действию. В ходе проектирования перед человеком всегда стоит задача представить себе еще несуществующее, но то, что он хочет, чтобы появилось в результате его активности. Это проекты самовоспитания, ценностно-смыслового самоопределения, выбора вариантов поступков.

Цель программы – обеспечение формирования психологического здоровья школьников и выполнение возрастных задач развития.

Задачи программы включают четыре направления.

- *Аксиологическое* предполагает формирование умения принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои чувства, чужие достоинства и недостатки.
- *Инструментальное* требует формирования умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. формирования личностной рефлексии.
- *Потребностно–мотивационное* подразумевает формирование умения находить в трудных ситуациях силы внутри себя, принимать ответственность за свою жизнь на самого себя, формирование умения делать свой выбор, потребность в самоизменении и личностном росте.
- *Развивающее* предполагает формирование чувства «умелости», «компетентности», качественного уровня развития произвольной регуляции поведения и деятельности.

Режим и форма проведения занятий. Тематическое планирование включает 33 занятия с учащимися 1-х классов и 34 занятия с учащимися 2-4 классов рассчитано на учебный год (с сентября по май). Периодичность проведения занятий – 1 раз в неделю.

Учебная деятельность более эффективна в условиях игры (при наличии элементов соревнования). Предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьезное внимание способам формирования учебной установки в форме игры и инсценировок сказок. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути преодоления. Базовыми формами проведения занятий являются также ролевые игры (ролевая гимнастика, психодрама, ролевая ситуация), рефлексивные технологии (рефлексивное оценивание), беседы с элементами тренинга.

В реальной жизни взрослые чаще обращают внимание на недостатки детей или на трудности в освоении ими той или иной деятельности. Данные формы занятий предоставляют школьникам возможность самоутвердиться, преобразуют рефлексивные ситуации в ситуации успеха.

Ожидаемые результаты реализации программы

Воспитательные результаты обучающихся первых классов по психологии общения распределяются **по трем уровням.**

Первый – приобретение школьниками социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни; развитие компетентности в общении, развитие эмоциональной сферы, расширение словарного запаса в области чувств и эмоций, осознание себя в ходе взросления.

Второй – (формирование позитивных отношений школьника к социальной реальности) – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, развитие

позитивного мышления, установление доброжелательных отношений между одноклассниками.

Третий – получение школьниками опыта самостоятельного действия, понимание и контроль своих эмоциональных состояний, приобретение опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками, опыта заботы о других людях.

К концу обучения курса обучающиеся получают возможность:

	Личностные	Метапредметные	Предметные
Знать	<ul style="list-style-type: none"> – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; – правила поведения в обществе, семье, со сверстниками; – правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению. 	<ul style="list-style-type: none"> – знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; – иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. 	<ul style="list-style-type: none"> – осознавать собственную полезность и ценность; – основные способы психологического взаимодействия между людьми; – приемы повышения собственной самооценки; – осознание своего места в мире и обществе;
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> – анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели – налаживать контакт с людьми; – соблюдать правила игры и дисциплину; – правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.). – выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для 	<ul style="list-style-type: none"> – планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей – адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; – договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; – формулировать собственное мнение и 	<ul style="list-style-type: none"> – работать в группе, в коллективе получать удовольствие от процесса познания – преодолевать возникающие в школе трудности – психологически справляться с неудачами; – осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; – взаимодействовать с учителем и сверстниками; – адекватно анализировать

	ребенка видах творческой и игровой деятельности.	позицию; – находить свое место в школьной жизни.	собственные проблемы.
Применять	– быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; – подводить самостоятельный итог занятия; – анализировать и систематизировать полученные умения и навыки; – знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития.	– полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем; – приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов.	– полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения; – полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности; – через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления.

Основная задача – первичное осознание позиции школьника, прежде всего через новые обязанности, которые ребенок учиться выполнять.

Первые дни в школе требуют целенаправленной работы по формированию установки на преодоление школьных трудностей и способности получать удовлетворение от процесса познания. Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Поэтому на групповых психологических занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

В групповые занятия должны включаться игровые и двигательные задания. Первоклассники еще не могут контролировать свои действия. Поэтому главной задачей занятий становится содействие развитию рефлексии обучающихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний.

Предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьезное внимание способам формирования учебной установки в близких и доступных детям формах, прежде всего в форме игры и сказок. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными. В результате к концу первого года обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

Для первоклассников самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей. Детям кажется, что они занимают центральное место в жизни педагога, что все его беды и радости связаны только со школой и с ними. Поэтому полезно включать в занятия задания, которые дают возможность понять, что радовать и огорчать учителя могут не только их успехи или дисциплина на уроке, но и чтение книг, к примеру, или общение с собственными детьми. Это поможет обучающимся справиться с возможным страхом перед учителем.

Другая важная задача в работе с первоклассниками – установление атмосферы дружелюбия.

№	Тема, цель	Занятие (тема)
1	<p style="text-align: center;">Я – школьник</p> <p style="text-align: center;"><i>Цели:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – содействовать осознанию позиции школьника; – способствовать формированию дружеских отношений в классе; – развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях. 	1. Знакомство. Введение в мир психологии.
		2. Как зовут ребят моего класса?
		3. Зачем мне нужно ходить в школу?
		4. Мой класс.
		5. Какие ребята в моем классе?
		6. Мои друзья в классе.
		7. Мои друзья в классе (продолжение).
		8. Мои друзья в классе (продолжение).
		9. Мои успехи в школе.
		10. Моя «учебная сила».
2	<p style="text-align: center;">Мои чувства</p> <p style="text-align: center;"><i>Цели:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева; – обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей; – помочь обучающимся осознать относительность оценки чувств; – способствовать снижению уровня страхов. 	11. Радость. Что такое мимика?
		12. Радость. Как ее доставить другому человеку?
		13. Жесты.
		14. Радость можно передать прикосновением.
		15. Радость можно подарить взглядом.
		16. Грусть.
		17. Страх.
		18. Страх, его относительность.
		19. Как справиться со страхом?
		20. Страх. Как его преодолеть?
		21. Гнев. С какими чувствами он дружит?
		22. Может ли гнев принести пользу?
		23. Обида.
		24. Разные чувства.
		25. Итоговое.

Второй класс.

Второклассник начинает учиться в совершенно ином настроении, нежели год назад. Он уже привык к своему новому статусу, к школьным обязанностям, у него сформировался образ хорошего ученика.

В течение второго учебного года дети должны получить довольно полное представление о своих индивидуальных способностях и возможностях, о собственных достоинствах и недостатках.

Во втором классе происходит активное освоение учебной деятельности. Ребенок, побуждаемый взрослыми, начинает оценивать причины своих достижений и неудач, то есть развивает познавательную рефлексию. По-прежнему сохраняется острое желание быть успешным в учебе, «быть хорошим, любимым», у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Она может закрепляться, если ребенок считает, что родителей сильно огорчают его неудачи. Поэтому особое значение приобретает тема «Качества», в процессе освоения которой обучающиеся получают возможность исследовать себя, узнают, что все люди имеют те или иные недостатки.

Вследствие развития умения действовать по образцу у некоторых детей снижаются творческие способности, исчезает стремление фантазировать. Чтобы предотвратить это, в занятия включено много творческих заданий.

Основное внимание второклассников начинает постепенно смещаться с учебной деятельности на отношения, которые в ней проявляются: с педагогами, родителями, сверстниками. Поэтому на занятиях большое внимание уделяется именно формированию взаимоотношений, основанных на любви, сердечности и возможности не только принимать что-либо от людей, но и отдавать им. По сути, это первые шаги на пути взросления, который характеризуется наличием гармонии в стремлении принимать и отдавать.

№ п/п	Тема (цели)	Занятие (тема)
1	<p align="center">Вспомним чувства</p> <p align="center"><i>Цель:</i> – актуализировать у обучающихся знания об эмоциональной сфере человека.</p>	<p>1. Мы рады встрече.</p> <p>2. Понимаем чувства другого.</p> <p>3. Мы испытываем разные чувства.</p>
2	<p align="center">Чем люди отличаются друг от друга?</p>	<p>4. Люди отличаются друг от друга своими качествами.</p> <p>5. Хорошие качества людей.</p> <p>6. Самое важное хорошее качество.</p> <p>7. Кто такой сердечный человек?</p> <p>8. Кто такой доброжелательный человек?</p> <p>9. Трудно ли быть доброжелательным человеком?</p> <p>10. «Я желаю добра ребятам в классе».</p> <p>11. Очищаем свое сердце.</p> <p>12. Какие качества нам нравятся друг в друге?</p> <p>13. Какими качествами мы похожи? И чем мы отличаемся?</p> <p>14. Люди отличаются друг от друга своими качествами.</p> <p>15. В каждом человеке есть светлые и темные качества.</p>
3	<p align="center">Какой Я? Какой Ты?</p> <p align="center"><i>Цели:</i> – помочь обучающимся осознать наличие у них разнообразных положительных качеств; – учить обучающихся находить положительные качества во всех людях.</p>	<p>16. Какой я?</p> <p>17. Какой Ты?</p> <p>18. Трудности второклассника в школе, дома, на улице.</p> <p>19. Школьные трудности.</p> <p>20. Домашние трудности.</p> <p>21. Итоговое занятие.</p>

Третий класс.

К началу третьего класса у ребенка уже четко сформирован отчетливый 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 ребенка несколько стираются, снижаются творческие возможности. Все это ослабляет контакт с той ванной составляющей личности, которую психологи называют «внутренним ребенком».

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 ребенке за счет обеднения фантазии, снижения изобретательности, оригинальности восприятия. Родители, педагоги и психологи констатируют уровень развития мышления, памяти, внимания детей, упуская из виду упадок воображения, снижение креативных 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 - фантазер», 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 ребенке реальный образ учителя, не снижая при этом его ценности.

Сходный процесс идет и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как живых людей со своими достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребенок 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 ребенка не меньше, чем в благоприятные моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребенка 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 остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в классе. Отношения с друзьями в этот период становятся более значимыми, нежели в первых двух школьных годах, меньше зависят от оценок учителя и школьных успехов. Самооценка ребенка 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 планирование 3 класс.

№ п/п	Тема (цели)	Занятия (тема)
1	<p style="text-align: center;">Я – фантазер</p> <p style="text-align: center;"><i>Цели:</i></p> <p>– помочь обучающимся осознать ценность умения фантазировать; – развивать креативные способности обучающихся.</p>	1. Я – третьеклассник.
		2. Кого можно назвать фантазером?
		3. Я умею фантазировать!
		4. Мои сны.
		5. Я умею сочинять!
		6. Мои мечты.
		7. Фантазии и ложь.
2	<p style="text-align: center;">Я и моя школа</p> <p style="text-align: center;"><i>Цели:</i></p> <p>– помочь обучающимся осознать особенности позиции ученика; – предоставить обучающимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя; – помочь обучающимся принять учителя таким, какой он есть.</p>	8. Я и моя школа.
		9. Что такое лень?
		10. Я и мой учитель.
		11. Я и мой учитель (продолжение).
		12. Как справиться с «Немогучками»?
3	<p style="text-align: center;">Я и мои родители</p> <p style="text-align: center;"><i>Цели:</i></p> <p>– помочь обучающимся осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; – научить обучающихся способам разрешения конфликтов с родителями.</p>	13. Я и мои родители.
		14. Я умею просить прощения.
		15. Почему родители наказывают детей?
4	<p style="text-align: center;">Я и мои друзья</p> <p style="text-align: center;"><i>Цели:</i></p> <p>– помочь обучающимся осознать качества настоящего друга; – подвести обучающихся к осознанию собственного умения дружить.</p>	16. Настоящий друг.
		17. Умею ли я дружить?
		18. Трудности в отношении с друзьями.
		19. Ссора и драка.
5	<p style="text-align: center;">Что такое сотрудничество?</p> <p style="text-align: center;"><i>Цель:</i></p> <p>– дать обучающимся представление о понятии «сотрудничество».</p>	20. Что такое сотрудничество?
		21. Я умею понимать другого.
		22. Я умею договариваться с людьми.
		23. Мы умеем действовать сообща.

		24. Что такое коллективная работа?
		25. Итоговое занятие.

Четвертый класс.

Главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. 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 учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности.

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 ребенок настолько открыт.

Тематическое планирование 4 класс.

№ п/п	Тема (цели)	Занятия (тема)
1	Кто Я? Мои силы, мои возможности. <i>Цели:</i> – помочь обучающимся усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности; – помочь каждому обучающемуся осознать свою уникальность и неповторимость.	1. Мое лето.
		2. Кто Я?
		3. Какой я – большой или маленький?
		4. Мои способности.
		5. Мой выбор, мой путь.
		6. Мой внутренний мир.
		7. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.
		8. Кого я могу впустить в свой внутренний мир?
		9. Что значит верить?
2	Я расту, я изменяюсь. <i>Цели:</i> – помочь обучающимся научиться осознавать происходящие в них изменения; – помочь обучающимся научиться планировать цели и пути соизмерения.	10. Мое детство.
		11. Мое детство (продолжение).
		12. Я изменяюсь.
3	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?	13. Мое будущее.
		14. Мое будущее

	<p><i>Цели:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – дать обучающимся возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего; – помочь обучающимся понять, что будущее начинается в настоящем; – ввести понятие «Жизненный выбор». 	<p>(продолжение).</p> <p>15. Хочу вырасти здоровым человеком!</p>
4	<p>Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?</p> <p><i>Цель:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – помочь обучающимся осознать понятие «Интеллигентный человек», обсудить проблему идеалов. 	<p>16. Кто такой интеллигентный человек?</p> <p>17. Хочу вырасти интеллигентным человеком.</p> <p>18. Что такое идеальное Я?</p>
5	<p>Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?</p> <p><i>Цели:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – помочь обучающимся осознать личную свободу и свободу другого человека; – помочь обучающимся понять, что свобода часто связана с наличием обязанностей; – помочь осознать, что необходимо признавать и уважать права других людей. 	<p>19. Кто такой свободный человек?</p> <p>20. Права и обязанности школьника.</p> <p>21. Что такое «право на уважение»?</p> <p>22. Права и обязанности.</p> <p>23. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.</p> <p>24. Как разрешать конфликты мирным путем?</p> <p>25. Итоговое занятие.</p>

Список используемой литературы

- Анохина Т. Педагогическая поддержка как реальность современного образования. -М.: ИПИ РАО, 1998.
- Газман О.С. Педагогическая поддержка детей в образовании. – М.: Инноватор, 1997.
- Климов Е.А. Психология в профессиональном самоопределении. –Ростов-на-Дону: Феникс, 1997.
- Психологическая профилактика проблем в обучении и развитии школьников. Ясюкова Л.А., С-Петербург, «Речь» 2003г.
- Психология. Учебное пособие для начальной школы./ под ред. проф. Дубровиной И.В., Москва, «Гардарика» 1998г./
- Сборник тестов и упражнений для развития ваших творческих способностей. Винокурова Н., Москва, «ИМПЭТО» 1995г.
- Методическая газета для педагогов-психологов «Школьный психолог». Издательский дом «Первое сентября», 2004г.

Список используемых интернет-ресурсов

- газета «1 сентября»: www.festival.1september.ru
- единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов: <http://school-cjlllection.edu.ru>
- презентация уроков «Начальная школа»: <http://nachalka.info>
- образовательный портал «Учёба»: <http://uroki.ru>