

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №15

УТВЕРЖДЕНА
приказом МАОУ СОШ №15
от «31_»_08__2021г. №136-од

Приложение к Основной образовательной
программе основного общего образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АЗБУКА»

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

13 - 14 лет

срок реализации программы 1 год

Пояснительная записка.

Актуальность. Современная система образования ставит приоритетную задачу полноценного развития ребенка, которую возможно решить только при наличии у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях и правилах грамотного взаимодействия с социумом.

Школьные годы являются сенситивным периодом для приобщения человека к психологической культуре. В современной парадигме образования акцент сделан на социализацию подрастающего поколения, но социализация как процесс освоения социально-культурного опыта и формирования социальной компетентности будет продуктивным и полноценным только в особом культурно-образовательном пространстве, способствующему психологическому здоровью личности. Ибо только здоровая личность способна проявлять познавательную активность и адекватно реагировать на изменения в нашем быстроменяющемся мире.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании Российской Федерации» от 29.12.2012г № 273-ФЗ; Концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р), приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Уставом Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 15 (далее МАОУ СОШ № 15)

Нормативные документы для разработки программы

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»
2. ФГОС. Утвержденный приказом Министерства образования и науки от 6 октября 2009 года
3. Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях (Приложение к письму Минобрнауки России от 11 июня 2002 г. № 30-51-433/16)
4. О повышении воспитательного потенциала общеобразовательного процесса в общеобразовательном учреждении (Письмо Минобрнауки России от 11.02.2000г. №101/28-16)
5. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации на период до 2010 года (проект)

Основная цель - научить ребенка использовать психологические знания для быстрой и максимально безболезненной адаптации и адекватного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в социуме.

Задачи:

1. Формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки
2. Снижение уровня школьной тревожности
3. Создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых требований
4. Формирование психологической готовности к обучению, работа над личностными, регулятивными и коммуникативными УУД
5. Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и взрослыми
6. Формирование социально приемлемых форм поведения в обществе.

Программа внеурочной деятельности «Психологическая азбука» разработана для обучающихся 7 «г» класса.

Педагогические средства

- Специально организованная среда
- Специально организованные занятия.
- Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые)
- Работа с книгой.
- Диагностика и контроль.

Формы работы.

- Тренинги
- Беседы и дискуссии
- Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые)
- Релаксационные упражнения
- Психогимнастические элементы.

- Работа с книгой
- Работа с притчами

Планируемые результаты и формы контроля.

Основные результаты

1. Низкий уровень тревожности
2. Высокая и нормальная самооценка
3. Позитивное отношение к себе и своей личности
4. Хорошо сформированные умения общения со сверстниками и взрослыми, в том числе педагогами
5. Сплоченный классный коллектив обучающихся с положительной мотивацией к обучению.

Основные умения и навыки, которыми должен овладеть школьник за время занятий по программе:

1. Умение осознавать требования учителя и соответствовать им
2. Умение устанавливать межличностные отношения с педагогами
3. Умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы
4. Умение общения и достойного поведения с одноклассниками
5. Навыки коллективной деятельности.

Формы контроля:

- Тестирование (групповое или индивидуальное) (тест тревожности Спилберга, социометрия, анкетирование «Личностный рост обучающихся»)
- Применение проективных методик диагностики (н-р, «Школа зверей»)
- Наблюдение и ведение индивидуальных карт.

Воспитательные результаты внеурочной деятельности

Воспитательные результаты	Приобретение школьником социальных знаний	Формирование ценностного отношения к реальности
Формы внеурочной деятельности	Социальная проба: тренинг, психогимнастика	
	КТД: инсценировки, элементы проектной деятельности	

Уровни сформированности УУД по годам обучения

На момент поступления в школу	На момент окончания 7 класса
	Личностные УУД
Проявляет самостоятельность в игровой деятельности. Пытается оценивать себя и свои поступки	Проявляет самостоятельность в учебной деятельности, оценивает поступки детей и взрослых, аргументирует свой ответ
Открыто относиться ко внешнему миру, не всегда чувствует уверенность в своих силах	Относиться открыто ко внешнему миру, чувствует уверенность в своих силах в учебной деятельности, умеет адаптироваться к новым ситуациям в учебной деятельности
Взаимодействует со сверстниками и взрослыми через участие в совместных играх. В игре способен вести переговоры. Пытается	Взаимодействует со сверстниками и взрослыми даже не имея совместной деятельности, имея целью достигнуть какой-либо личной цели (Н-Р, получить нужную информацию, совершить покупку)

сдерживать свои эмоции	
В рамках игры обсуждает возникающие проблемы, правила, может поддержать разговор на интересующую его тему	Обсуждает проблемы , избегает конфликты, с интересом обсуждает интересующие его вопросы, расспрашивает взрослых о том. Что для него важно
	Регулятивные УУД
Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми на основе общей деятельности	Планирует учебное сотрудничество совместно с учителем, принимает участие в контроле чужой деятельности, осуществляет рефлексю
Проявляет любопытство ко всему новому и необычному	Умеет сотрудничать со сверстниками и взрослыми в поисках интересующей информации
Способен договариваться, учитывать интересы других в игровой деятельности	Чувствуя приближения конфликта способен его избежать или быстро нивелировать
	Коммуникативные УУД
Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми на основе общей деятельности	Планирует учебное сотрудничество совместно с учителем, принимает участие в контроле чужой деятельности, осуществляет рефлексю
Проявляет любопытство ко всему новому и необычному	Умеет сотрудничать со сверстниками и взрослыми в поисках интересующей информации
Способен договариваться,	Чувствуя приближения конфликта способен его избежать или быстро нивелировать

учитывать интересы других
в игровой деятельности

Календарно – тематическое планирование занятий в 7 «г» классе

№	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Задачи	Содержание	Планируемые результаты	Оборудование
Приглашение в психологию общения							
1		Психология-знакомая незнакомка	0,5	Мотивировать учащихся на изучение своего Внутреннего мира; содействовать принятию учащимися рефлексивной позиции.	1.Приветствие 2. Упр. Закончи предложение 3.Беседа на тему «Психология-знакомая незнакомка» 4. Упр. Добрые пожелания 5. Подведение итогов	Умение понимать свое внутреннее состояние	Рабочие тетради, мяч, разной формы листы для изготовления визитных карточек, фломастеры, цветные карандаши.
2		Я-это интересно	0,5	Способствовать актуализации материала о важнейших темах 7-го класса	1.Приветствие 2.Упр. Продолжи цепочку 3.Задание «Жить по правилам» 4.Упр. Подарок самому себе 5.Подведение итогов	Осознание детьми особенностей своего общения с другими людьми	Рабочие тетради, мяч, на магнитной доске карта страны Общения с проложенным

							маршрутом (на карте не написаны названия остановок), карточки размером 2–3 см с написанными знаками “!”, “?”, фломастеры, цветные карандаши, большие листы ватмана.
3		Что мы знаем об общении?	0,5	Мотивировать на необходимость изучения психологии общения в школе; создать условия для осознания особенностей своих коммуникаций.	1.Приветствие 2.Упр. Продолжи цепочку 3.упр. Восстанови игру 4.Упр. Восстанови в памяти 5.Игра «Корабль среди скал» 6.Поведение итогов	Умением самостоятельной коммуникации	Рабочие тетради, записи высказываний на доске, большие листы ватмана, краски или гуашь, кисточки.
4		Общение-дело общее	0,5	Мотивировать на необходимость	1.Приветствие 2. Игра «Пиктограмма»	Развитие навыков	Рабочие тетради,

				изучения психологии общения в школе. Создавать условия для самосознания особенностей своих коммуникаций.	3.Игра «Закрытый город» 4.Упр. Сообща 5.Упр. Общее дело 6.Подведение итогов	конструктивно го общения	большие листы ватмана, краски или гуашь, кисточки.
Инструменты общения							
5		Как хорошо уметь...	0,5	Мотивировать обучающихся на овладение одним из важнейших умений в общении — умением слушать; помочь разобраться в содержании умения слушать.	1.Приветствие 2. Упр. Догадайтесь 3.Обсуждение отрывка из повести-сказки А. Курляндского «Вы не были на Таити?» 4.Упр. Любимые вещи 5.Упр. Кто как слушает? 6.Подведение	Выработка такого важного качества в общении как активное слушание	Рабочие тетради.
6		Как хорошо уметь ...слышать	0,5	Помочь разобраться в различии понятий “слушать” и “слышать”; способствовать рефлексии детьми позиций говорящего и	1.Приветствие 2.Упр. Слушаем себя 3.Упр. Какой я – говорящий или слушающий? 4.Упр. Активный-пассивный 5.Упр. Активное слушание	Развитие навыков активного слушания	Рабочие тетради.

				слушающего; развивать у детей навыки активного слушателя.			
7		Как важно уметь задавать вопросы	0,5	Развивать умение формулировать вопросы.	1.Приветствие 2.Упр. Угадай 3.Игра «Кто этот человек?» 4.Конкурс «Кто придумает как можно больше вопросов» 5.Упр. Умей объяснить- умей понять 6.Подведение итогов	Умение задавать уточняющие вопросы с целью эффективной коммуникации	Рабочие тетради.
8		Практикум активного слушания	0,5	Развивать у детей навыки активного слушателя: умение задавать уточняющие вопросы, выражать поддержку и понимание говорящему.	1.Приветствие 2.Упр. Мячики 3.Упр. Правильно ли я понял? 4.Отработка навыков активного слушания 5.Подведение итогов	Развитие навыка принятия партнера по общению	Рабочие тетради.
9		Поговорим без слов	0,5	Познакомиться с неречевыми средствами общения; развивать умение передавать информацию без	1.Приветствие 2.Исследование «Контакт» 3.Упр. Через стекло 4.Упр. Знайка и Незнайка 5.Упр. Я хочу приобрести... 6.Упр. Изобрази пословицу	Умение понимать невербальные способы общения	Рабочие тетради.

				слов.	7.Подведение итогов		
10		Практикум неречевого общения	0,5	Развивать эффективное неречевое общение; создать условия для проявления партнерских отношений в групповых заданиях.	1.Приветствие 2.Упр. Имя - движение 3.Упр. Самый наблюдательный 4.Игра «Сказка втроем» 5.Подведение		Рабочие тетради, карточки для игры “Цветные королевства”.
11		Для чего человеку РЕЧЬ?	0,5	Объяснить детям значение правильной, культурной речи в общении; развивать навыки культурной речи.	1.Приветствие 2.Упр. Один узор на двоих 3.Игра «Зеркала» 4.Упр. Беседа без слов 5.Упр. Речка Речь 6.Подведение итогов	Используй- ван- ие в общении грамотной культурной речь.	Рабочие тетради.
12		Берегите, пожалуйста, речь!	0,5	Развивать навыки эффективного речевого взаимодействия; научить детей давать и получать обратную связь об индивидуальных особенностях речи.	1.Приветствие 2.Работа с текстом по Речь 3.Обсуждение 4.Подведение итогов	Используй- ван- ие в общении грамотной культурной речь.	Рабочая тетрадь, цветные карандаши, листы бумаги для оформления плакатов.
13		Путешествие	0,5	Развивать умение	1.Приветствие	Развитие	Мячик, рабочие

		продолжается		быть убедительным; создать условия для развития метафорического мышления; обобщить материал пройденных занятий.	2. Упр. Кто последний? 3. Упр.-визуализация «Инструменты общения» 4. Упр. Личный багаж 5. Подведение итогов	навыка убеждения в процессе общения	тетради, цветные карандаши.
Поддержка в общении							
14		Как мы переживаем эмоции?	0,5	Ориентация на осознание роли эмоций в общении, осознание смены своих эмоций и собственного влияния на эмоции других в ходе общения, расширение эмоционального словаря общения	1. Цвет моего настроения 2. Карта путешествия по Стране Общения 3. Заколдованный город 4. Эмоциональное домино 5. Наш список эмоций 6. Цвет моего настроения 7. Домашнее задание	Умение строить понятные высказывания.	Рабочие тетради, карточки Люшера, цветные карандаши, карточки «Азбука настроений» Мячик, листы бумаги
15		Мы умеем выражать свои	0,5	Осознание динамики эмоций и	1. Цвет моего настроения 2. Проверка домашнего	Усвоение моральных	Рабочие тетради,

		эмоции!		<p>влияния других людей на этот процесс, развитие чувствительности к восприятию эмоций, умение выражать свои эмоции</p>	<p>задания</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Этюды 4. Калейдоскоп чувств 5. Передай эмоцию 6. Цвет моего настроения 7. Домашнее задание 	ценностей.	<p>карточки Люшера, цветные карандаши, карточки с названиями эмоций</p>
16		Как мы понимаем эмоции других?	0,5	<p>Развитие умения понимать эмоции других, выражать эмоции и чувства</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Цвет настроения 2. Проверка домашнего задания 3. Угадай пословицу 4. Скульптор и ее скульптуры 5. Эмоциональная пирамида 6. От улыбки станет всем светлей 7. Домашнее задание 	<p>Умение определять настроение людей по эмоциям</p>	<p>Рабочие тетради, цветные карандаши, карточки</p>

17		Как мы умеем сопереживать!	0,5	Развитие умения понимать эмоции других, выражать эмоции, формирование способности к сопереживанию и сочувствию, обобщение материала	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мое настроение в ассоциациях 2. Проверка домашнего задания 3. История из моей жизни 4. Бандероль от Мастера Общения 5. Письмо Мастеру Общения 	Развитие чувства сочувствия и сострадания к ближнему	Рабочие тетради, карточки, чистые листы, коробка с вопросами
18		Итоговое занятие «В море знаний»	0,5	Обобщение полученных знаний по курсу	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика знаний по курсу 		Бланки с тестовыми заданиями, ручки

Список литературы.

1. Алябьева, Е.А. Психогимнастика в начальной школе. Методические материалы в помощь психологам и педагогам. [Текст] / Е.А.Алябьева–М. : ТЦ Сфера,2006. – С.88
2. Безруких, М.М., Макеева, А.Г., Филиппова,Т.А., Все цвета, кроме черного. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников. [Текст] / М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова// В помощь образовательному учреждению: профилактика злоупотребления психоактивными веществами.. Пособие для педагогов. – М. :Вентана-Графф, 2002. – С.64
3. Аржакаева Т.А, И.В. Вачков,, А.Х. Попова. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1-м классе. 2-е изд. – М.: Генезис, 2013. – 144 с

4. Аржакаева Т.А. , И.В. Вачков,, А.Х. Попова Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 2-м классе – М.: Генезис, 2012. – 136 с
5. Аржакаева Т.А, И.В. Вачков,, А.Х. Попова. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 3-м классе – М.: Генезис, 2013. – 144 с
6. Аржакаева Т.А., И.В. Вачков,, А.Х. Попова. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 4-м классе – М.: Генезис, 2013. – 128 с
7. Безруких, М.М., Макеева, А.Г., Филиппова,Т.А., Все цвета, кроме черного. Книга для родителей. [Текст] / М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова// В помощь образовательному учреждению: профилактика злоупотребления психоактивными веществами... – М. :Вентана-Графф, 2002. – С.32
8. Безруких, М.М., Макеева, А.Г., Филиппова,Т.А., Все цвета, кроме черного. Рабочая тетрадь 2 класс. Учусь понимать себя. [Текст] / М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова// В помощь образовательному учреждению: профилактика злоупотребления психоактивными веществами... – М. :Вентана-Графф, 2002. – С.32
9. Безруких, М.М., Макеева, А.Г., Филиппова,Т.А., Все цвета, кроме черного. Рабочая тетрадь 3 класс. Учусь понимать других. [Текст] / М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова// В помощь образовательному учреждению: профилактика злоупотребления психоактивными веществами... – М. :Вентана-Графф, 2002. – С.38
- 10.Безруких, М.М., Макеева, А.Г., Филиппова,Т.А., Все цвета, кроме черного. Рабочая тетрадь 4 класс. Учусь общаться. [Текст] / М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова// В помощь образовательному учреждению: профилактика злоупотребления психоактивными веществами... – М. :Вентана-Графф, 2002. – С.48
- 11.Григорьев, Д.В., Степанов, П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. [Текст] / Д.В.Григорьев// Стандарты нового поколения: Пособие для учителя. – М. : Просвещение, 2011. – С.224
- 12.К.п.н. Аржакаева, Т. Психологическая азбука для 3 класса. / Т. Аржакаева // газета «Школьный психолог»
- 13.Коррекционно-развивающая программа по формированию у детей начальной школы эмоциональной стабильности и коммуникационных навыков. [Текст] /авт.-сост. Е.Д.Шваб // Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия (из опыта работы). – Волгоград: Учитель, 2007, С.85
- 14.Нормативное правовое и методическое обеспечение введения федерального образовательного стандарта начального общего образования. Методические рекомендации. [Текст] / сост. :Г.А.Шешерина, И.В.Клемешова, Т.С.Дюкова, О.С.Воронкова. - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2011. – С.78

15. Проектирование программы формирования универсальных учебных действий. Методические рекомендации. [Текст] / авт.-сост. Е.И.Агаркова, Е.В.Калмыкова, С.А. Кравцова, М.И. Шиняев. - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2011. – С.36
16. Психологическое здоровье – основа личностного развития школьников. Методические рекомендации по реализации программы учебных занятий по психологии для учащихся общеобразовательной школы. [Текст] /авт.-сост.: Петров В.Б., Воеводкина Л.Н., Вязавова Н.В., Лепихова М.В., Молоканова М.С., Невзорова Г.В., Чернышова В.М. – Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2010. – С.67
17. Психологическое сопровождение участников образовательного процесса в условиях введения ФГОС нового поколения. [Текст] / авт.-сост. Г.А.Шешерина, Е.И.Агаркова, В.М. Чернышова, Е.В. Грипас. - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2011. – С.65
18. Развитие потенциальных возможностей учащихся на основе построения индивидуальных образовательных маршрутов. [Текст] / авт.-сост. В.М. Чернышова, Е.В. Грипас. - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2011. – С.87
19. Рахманкулова, Р. Программа работы по профилактике и коррекции дезадаптации у первоклассников. [Текст] / Р. Рахманкулова// газета «Школьный психолог» №18/2003
20. Яковлева. Е. программа развития творческого потенциала личности учащихся первого класса. [Текст]/ Е.Яковлева// газета «Школьный психолог», 2006