

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя школа № 3  
Тутаевского муниципального района

Согласовано  
на заседании МС  
МОУ СШ №3  
Протокол № \_\_\_\_\_  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.



Директор школы: \_\_\_\_\_ /Грачёва Н.А.  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АЗБУКА»**

**Направленность: социально-гуманитарная**

2 класс

34 часа

Срок реализации: 1 год

Составитель:  
Атрошкина Юлия Викторовна  
педагог-психолог

г. Тутаев, 2023 г.

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя школа № 3  
Тутаевского муниципального района

Согласовано  
на заседании МС  
МОУ СШ №3  
Протокол № \_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

Утверждаю.

Директор школы:  
\_\_\_\_\_/Грачёва Н.А.  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АЗБУКА»**

**Направленность: социально-гуманитарная**

2 класс

34 часа

Срок реализации: 1 год

Составитель:

Атрошкина Юлия Викторовна  
педагог-психолог

г. Тутаев, 2023 г.

## Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
2. Организация учебного процесса.....	4
3. Планируемые результаты реализации программы.....	4
4. Учебно-тематическое планирование.....	5
5. Содержание программы.....	6
6. Обеспечение программы.....	7
6.1. Кадровое обеспечение.....	7
6.2. Методическое обеспечение программы.....	7
6.3. Материально техническое обеспечение.....	7
7. Список информационных источников.....	9

## 1. 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 быстроменяющемся мире.

Обучение ребёнка в начальной школе – первая и очень значительная ступень в его школьной жизни. От степени освоения им новой – учебной – деятельности, приобретения умения учиться во многом зависит дальнейшее обучение ребёнка, развитие его как субъекта учебного процесса и формирование его отношения к школе.

Решение проблемы развития психологической готовности детей к обучению на второй ступени связано с резервами младшего школьного возраста. Именно в этом возрастном периоде формируются необходимые психологические механизмы, позволяющие ребёнку адекватно принять новые условия деятельности. Задача психолога – помочь ребёнку раскрыть имеющийся потенциал и не допустить превращения недостатков развития в проблему.

### **Цель и задачи:**

Главной целью программы выступает развитие личности ребёнка, в частности его самосознания и рефлексивных способностей в тех пределах, которые определяются возрастными возможностями.

Программа призвана решить следующие задачи:

- Помочь детям быстрее и безболезненней адаптироваться к школьным условиям.
- Формировать психологическую готовность к обучению, работа над личностными, регулятивными и коммуникативными УУД
- Познакомить детей с основными психологическими понятиями .
- Помочь детям осознать свои задатки и способности.
- Ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображения.
- Формировать позитивную Я-концепции и устойчивую самооценку
- Снизить уровень школьной тревожности
- Учить методам и приёмам познания себя.
- Учить детей осмысленно относиться к ресурсам человеческой психики с целью их эффективного использования во всех основных видах и формах познания.
- Помочь детям осознать у себя ведущие каналы восприятия информации и ориентировать их на целенаправленное развитие всей системы восприятия окружающего мира.
- Помочь детям в создании классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых требований
- Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками и взрослыми
- Ориентировать детей на социально приемлемые формы поведения в обществе.

## 2. Организация учебного процесса.

Программа реализуется на базе МОУ СШ №3 в рамках групповых занятий с обучающимися 2 классов.

Возраст обучающихся 7-8 лет. Наполняемость в группах составляет 15-20 человек.

Программа рассчитана на 34 часа, что составляет 1 час в неделю, включая теоретические и практические занятия. Срок реализации программы - 1 год.

### *Педагогические средства*

- Специально организованная среда
- Специально организованные занятия.
- Физкультминутки.
- Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)
- Работа с книгой.
- Инсценировки
- Праздники и соревнования.
- Диагностика и контроль.

### *Формы работы.*

- Тренинги
- Беседы и дискуссии
- Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)
- Релаксационные упражнения
- Психогимнастические этюды и элементы.
- Работа с книгой
- Работа с притчами

## 3. Планируемые результаты реализации программы

### *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.
6. Смягчение процесса адаптации к обучению в школе.
7. Осознание детьми своих особенностей и возможностей на данном этапе обучения.
8. Сформированность основных понятий, связанных с содержанием курса.

### *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 и результативность работы оценивается с помощью:*

- Тестирование (групповое или индивидуальное) (тест тревожности Спилберга, ЦТО, ЦТЛ, «Лесенка», социометрия, анкетирование, методики, направленные на исследование уровня сформированности УУД).
- Применение проективных методик диагностики ( «Школа зверей» Моя школа», «Мой класс», «Мой портрет» и т.д)
- Наблюдение за детьми в игровых и учебных ситуациях

#### 4. Учебно- тематическое планирование

№	ТЕМА	Теория	Практика	Всего
1.	Мои летние впечатления	0,5	0,5	1
2.	Какой я?	0,5	0,5	1
3.	Психология – знакомая незнакомка	0,5	0,5	1
4.	Мои желания	0,25	0,75	1
5.	Сказка о борьбе мотивов	0,5	0,5	1
6.	Мои мотивы	0,5	0,5	1
7.	Какие мотивы у других?	0,25	0,75	1
8.	Загадка Психоочистителя - 1	0,25	0,75	1
9.	Загадка Психоочистителя - 2	0,25	0,75	1
10.	Что такое память?	0,25	0,75	1
11.	Виды памяти	0,25	0,75	1
12.	Какая у меня память?	0,25	0,75	1
13.	Эмоциональная память	0,25	0,75	1
14.	Как лучше запоминать?	0,25	0,75	1
15.	Я умею запоминать!	0,25	0,75	1
16.	Что я знаю о памяти?	0,25	0,75	1
17.	Сказка о профессоре Мышлении	0,5	0,5	1
18.	Как развивать свой ум: конкурс знающих и находчивых		1	1
19.	Учимся думать вместе!	0,25	0,75	1
20.	Учимся обобщать и находить закономерности	0,25	0,75	1
21.	Учимся находить противоположности	0,25	0,75	1
22.	Учимся думать логично - 1	0,25	0,75	1
23.	Учимся думать логично - 2		1	1
24.	Учимся думать творчески		1	1
25.	Что я знаю о мышлении?	0,5	0,5	1
26.	Фантазируем с Фантузией	0,5	0,5	1
27.	Что такое способности?	0,5	0,5	1
28.	Я знаю, что я...		1	1
29.	Королевство внутреннего мира: поиск сокровищ	0,5	0,5	1
30.	Королевство внутреннего мира: поиск сокровищ		1	1
31.	Мое «Королевство внутреннего мира»	0,5	0,5	1
32.	Подготовка к представлению «Королевство внутреннего мира»		1	1
33.	Подготовка к представлению «Королевство внутреннего мира»		1	1
34.	Костюмированное представление «Королевство внутреннего мира»		1	1
	Количество часов:	9,25	24,75	1
	Итого:		34	34

## 5. Содержание программы

Программа для второго класса направлена на раскрытие творческого потенциала личности ребенка, что реализуется через развитие его познавательной деятельности. Одной из важнейших задач начальной школы является формирование базового умения учиться, предполагающего развитие целого комплекса необходимых качеств. В этот комплекс входят:

- Умение наблюдать и замечать, воспринимать и понимать смысл учебных задач;
- Осознание способов выполнения действий;
- Сформированные навыки самоконтроля, самооценки и рефлексии;
- Волевые качества, произвольности внимания, памяти и мышления;
- Достаточно высокий уровень саморегуляции;
- Творческое воображение;
- Развитые мыслительные операции;
- Развитые мыслительные операции – анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстрагирования и классификации

Работа по развитию всех перечисленных качеств, по формированию мотивационной сферы, способности к эмпатии и осознанию собственных ценностных ориентаций проводится, в том числе и в рамках программы «Психологическая азбука».

### Структура программы:

Программа состоит из трёх основных блоков:

1. Блок, ориентированный на личностную сферу (осознание личностных особенностей и оптимизация отношения к себе).
2. Блок, ориентированный на деятельность (осознание себя в системе учебной деятельности).
3. Блок, ориентированный на общение (осознание себя в системе отношений с другими людьми – сверстниками и взрослыми).

### Раздел 1 (3 часа).

#### Введение в мир психологии.

Этот раздел курса раскрывает перед детьми сначала в сказочной метафорической форме, а затем в конкретной форме реальных проявлений просторы Королевства Внутреннего Мира - психического мира каждого человека. Подготовить ребенка к первоначальным самонаблюдениям и "открытиям" самого себя помогают задания, которые обращают внимание на собственный внутренний мир и деятельность ребенка, его поступки. Через обучение способам и приемам самоанализа ребенок приходит к осуществлению попыток ответить на важнейшие философские вопросы: "Кто я? Какой я?", «Как я изменился за лето?». Целью первых в учебном году уроков является актуализация имеющихся у детей психологических знаний, и показать значение психологических сведений для школьников в повседневной жизни.

### Раздел 2 (4 часа)

#### Я и мои желания

В этом разделе школьники знакомятся с такими понятиями, как «желание» и «потребности». Показывается разнообразие мотивов и дети знакомятся с феноменом борьбы мотивов. Выполняя упражнения, через сказку и т.д. второклассники осознают свои мотивы. Дети учатся анализировать собственные мотивы поведения и мотивы других людей.

### Раздел 3 (9 часов)

#### Кладовая памяти

Упражнения данного раздела, как и все другие задания в данной программе предназначены для развития навыков коллективной работы. Кроме того все задания данного раздела помогают осознать значимость психических процессов: памяти, внимания, ощущений, эмоций, мышления. Дают возможность ребенку осознать особенности своей памяти. В ходе выполнения предлагаемых заданий второклассники упорядочивают свои представления о том, что такое память, виды памяти. Получают информацию о том, как развить мнемические способности, знакомятся с некоторыми способами эффективного запоминания и с преимуществами смыслового запоминания и выполняют тренировочные упражнения развивающие память. Осознание своих слабых и сильных сторон развивает рефлексивные способности детей.

## Раздел 4 (9 часов)

### Лабиринты мышления

В данном разделе программы второклассники знакомятся с понятием «мышление», мыслительными операциями: анализ, синтез, сравнение, обобщение, классификация. Дети учатся думать сообща, в процессе выполнения заданий у них происходит развитие логического мышления. Актуализируется самооценочная деятельность. Стимулируются проявления креативных способностей, способностей к гибкому, оригинальному мышлению.

## Раздел 5 (9 часов)

### Как стать талантливым

В данном разделе второклассники знакомятся с понятиями: воображение и фантазия, способности. Развиваются навыки совместной творческой деятельности, стимулируются проявления креативности у детей, интерес к самопознанию и познавательный интерес к психологии. Повторяется весь пройденный за год материал. Дается домашнее задание на лето.

## 3. Обеспечение программы

### 6.1 . Кадровое обеспечение программы

Педагог-психолог

### 6.2. Методическое обеспечение программы

Формами образовательного процесса являются: практические занятия. На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности: индивидуальная, фронтальная, групповая, коллективная.

Реализация программы предполагает индивидуальные и групповые формы работы (диагностика, тренинги, игры, обсуждения).

Ряд используемых упражнений и процедур, предусмотренных программой и приведенных в соответствующих литературных источниках, допускают внесение определенных корректировок с учетом целей соответствующего занятия и особенностей группы, в которой реализуется данная программа.

Основным **формами занятий являются:**

- тренинги;
- беседы;
- игры (словесные, сюжетно-ролевые, профориентационные);
- упражнения на взаимодействие;
- диагностика.

На занятиях используются следующие педагогические технологии:

- технология группового обучения;
- технология игровой деятельности;
- технология коллективной творческой деятельности.

### 6.3. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы на базе МОУ СШ № 3 используется учебный кабинет, оснащенный всем необходимым для проведения занятий: классная доска, столы и стулья для

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1.	Методическое пособие для психолога, включающее теоретическое обоснование содержания программы, примерные конспекты в 1 классах;	1
	Книга для чтения «Сказка о самой душевной науке» (автор Вачков И.В.)	1
	Повесть «Королевство внутреннего мира».	1

обучающихся и педагога, компьютер, проектор.



2.	Технические средства обучения (ТСО): компьютер; мультимедиапроектор; экран	1 1 1
3.	Экранно-звуковые пособия: Видеофрагменты и другие информационные объекты (изображения и видеозаписи), отражающие основные темы курса	к каждому занятию
4.	Оборудование класса: Классная доска с набором Магнитная доска Интерактивная доска (по возможности)	1 1 1
5.	Другие средства обучения: Листы бумаги формата А4 Цветные карандаши, фломастеры	По количеству учеников

## 7. Список литературных источников

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (второй год обучения). Под ред. И.В. Вачкова. М.;2014г.
2. Вачков И. В. Психологическая азбука. Рабочая тетрадь для 1 класса. – М.: Мега Трон, 1998.
3. Вачков И. В. Психология для малышей, или Сказка о самой «душевной науке». – М.: Педагогика – пресс, 1996.
4. Вачков И. В. Сказкотерапия. Развитие самосознание через психологическую сказку. – М.; Ось- 89, 2001.
5. Вачков И. В., Попова А. Х. программа «Психологическая азбука» (для 2 класса). Методическое пособие // Центр - информ. Вестник службы практической психологии в образовании.- Спец. Выпуск. – Видное, 1997.
6. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. СПб.: Златоуст 1998.
7. Овчарова Р. В. Практическая психология в начальной школе. – М.:Просвещение, 1990.
8. Попова М. В. Психология как учебный предмет в школе. – М.: ВЛАДОС, 2000 .
9. Фридман Л. М., Кулагина И. Ю. Психологический справочник учителя. – М., 1991.
10. Чистякова М. И. Психогимнастика / Под ред. М. И. Буянова. – М., 1995.
11. Шипицына Л. М. и др. Основы коммуникации. Программа развития личности ребенка, навыков общения со взрослыми. СПб, 1995.