

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3»**

**Рабочая программа
Внеурочной деятельности
по психологии для 1 классов
«Размышляем, играем, творим»**

**Составитель программы
Педагог – психолог:
Быкова Виктория Леонидовна**

1. Пояснительная записка.

Данная рабочая программа составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и примерной программы начального общего образования по психологии с учетом авторской программы по психологии Д.А. Глазунова «Психология. 1 класс. Развивающее занятие»- М.: Глобус, 2008,- 240с.- (Школьный психолог).

Рабочая программа включает в себя все темы, предусмотренные ФГОС начального общего образования по психологии и авторской программой. Содержательных изменений в авторскую программу не внесено.

2. Общая характеристика учебного предмета.

Проблема формирования психологически здоровой личности в настоящее время является очень актуальной, учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

С первых дней обучения ребенку предъявляются требования, касающиеся произвольности познавательных процессов, учебной мотивации, навыков, позволяющих успешно осваивать программу и т.д. Успешность освоения учебной деятельности, прежде всего, заложена не в ранней программной подготовке дошкольника, а в полноценном освоении игровой деятельности. Так, в частности, в процессе развития сюжетной игры расширяется кругозор, формируется воображение, произвольность поведения, вырабатываются умения принимать правила, инструкцию, следовать заданному алгоритму, формируются познавательные интересы. В дальнейшем обучении, совместной работе с учителем у школьников, на основе познавательных интересов, формируются потребности в теоретических знаниях, что, в свою очередь, преобразуется в многообразие мотивов учебной деятельности. В контексте формирования учебной мотивации необходимо упомянуть понятия, введенные в психологию Л.С. Выготским – спонтанное и реактивное обучение. Спонтанное обучение характерно для детей, организующих свою деятельность по своей программе, по своему желанию, стремлению, такие стремления возникают произвольно, желание чему-то научиться зависит от многих субъективных факторов. Школьная практика опирается на реактивное обучение, т.е. на способность ребенка организовывать свою деятельность по чужой программе. Умение учиться только по чужой программе ставит перед учителем проблем не меньше, чем умение учиться, подчиняясь только сиюминутным интересам. Умение перейти от произвольного спонтанного обучения к произвольному спонтанному обучению, такому обучению, при котором ребенок переосмысливает чужую программу и делает её своей собственной, не может быть без соответствующего уровня мышления и познавательных процессов (память, внимание, воображение). Возникает необходимость в проведении развивающих занятий, помогающих младшему школьнику не только приобрести навыки работы в классе, принятия

учебной задачи, самостоятельной деятельности, но и актуализировать познавательные процессы, расширить кругозор, получить новый деятельный опыт. Хороши эти занятия тем, что на каждом уроке проводится как диагностическая, так и коррекционная работы. Одна из главных задач данных уроков научить детей не бояться ошибаться, для этого используются мотивационные беседы и самопроверка с обсуждением основных ошибок. Большая часть упражнений выполняется в тетради и на бланках, поэтому очень удобно использовать цветные карандаши, фиксирующие ошибки. Это замечательный способ диагностики трудностей ребёнка.

3. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения.

Цель курса: познавательно-личностное развитие школьников, формирование умения осуществлять различные умственные действия, развитие самостоятельности детей, способность к рассуждению, самоконтроль, стремление отстаивать свое мнение, доказывать свою точку зрения и многое другое, т.е. формируются такие психологические качества и умения, которые помогают школьникам усваивать учебный программный материал на предметных уроках.

Задачи курса:

- ✓ развитие познавательных способностей;
- ✓ развитие общеучебных умений и навыков.

Комплексная психолого-педагогическая задача школьного обучения состоит в том, чтобы не только обеспечить усвоение совокупности конкретных знаний по школьным дисциплинам, но и сформировать у учащихся представления об обобщенных приемах и способах выполнения различных умственных действий, что, в свою очередь, обеспечит лучшее усвоение конкретного предметно-учебного содержания. Так же в структуру занятий включены кинезиологические упражнения, успешно используемые психофизиологами для коррекции школьных трудностей. Необходимость включения таких упражнений диктуется тем, что школьные методики обучения тренируют и развивают главным образом левое полушарие. Основным типом мышления младшего школьника является наглядно-образное мышление, связанное с эмоциональной сферой, это предполагает участие правого полушария в обучении. Однако вся система образования нацелена именно на развитие формально-логического мышления, на овладение способами построения однозначного контекста. Происходит чрезмерная стимуляция еще не свойственных детям функций левого полушария при торможении правого. В ответ, как результат перевозбуждения, перегрузки левого полушария, появляются повышенная утомляемость, отвлекаемость и забывчивость. И как следствие недостаточной активности ведущего правого полушария — раздражительность, непоседливость, беспокойство, сниженный фон настроения. Полноценные комплексы упражнений, рекомендуемые психофизиологами, невозможно полностью применить в рамках урока, поэтому используются упражнения, которые удобно и легко выполнять в классе, они не требуют специально организованного пространства, просты в выполнении. Таким образом, достигается основная цель обучения — расширение зоны ближайшего развития ребёнка и последовательный перевод её в непосредственный актив, то есть в зону актуального развития.

4. Содержание учебного предмета

Содержание учебного предмета полностью соответствует содержанию авторской программы Д.А.Глазунова «Психология. 1 класс. Развивающие занятия» - М.: Глобус, 2008, - 240с. – (Школьный психолог).

Принципы построения занятий:

1. От простого к сложному.
2. По актуальности задач на каждом возрастном этапе.
3. Каждое занятие рассчитано на 35—40 мин., темп и продолжительность занятий выбираются в зависимости от особенностей класса.
4. Принцип «спирали» - через каждые 7 занятий задания повторяются;
5. Наращивание темпа выполнения заданий;
6. Смена разных видов деятельности.

Структура занятия:

1. Психогимнастика (1-2 минуты). Выполнение физических упражнений улучшает мозговую деятельность: увеличивается объём памяти, повышается устойчивость внимания, ускоряется решение элементарных интеллектуальных задач, убыстряются психомоторные процессы.

Корригирующая гимнастика для глаз (1-2 минуты). Выполнение корригирующей гимнастики для глаз способствует как повышению остроты зрения, так и снятию зрительного утомления и достижению состояния зрительного комфорта.

2. Разминка (3—5 минут). Основной задачей данного этапа является создание у ребят определённого положительного эмоционального фона, включение в работу. Поэтому вопросы разминки достаточно лёгкие, способные вызвать интерес и рассчитанные на сообразительность, быстроту реакции, окрашенные немалой долей юмора. Но они же и подготавливают ребёнка к активной учебно-познавательной деятельности.

3. Тренировка психических механизмов, лежащих в основе познавательных способностей: памяти, внимания, воображения, мышления (10—15 минут). Задания, используемые на этом этапе занятия, не только способствуют развитию этих столь необходимых качеств, но и позволяют, неся соответствующую дидактическую нагрузку, углублять знания ребят,

разнообразить методы и приёмы познавательной деятельности, выполнять творческие упражнения. Все задания подобраны так, что степень их трудности увеличивается от занятия к занятию.

4. Веселая переменка (3-5 минут). Динамическая пауза, проводимая на занятиях, не только развивает двигательную сферу ребёнка, но и способствует развитию умения выполнять несколько различных заданий одновременно.

5. Логически-поисковые задания. Задания, обучающие детей: наблюдать, сравнивать, обобщать, находить закономерности, строить простейшие предположения, проверять их и делать выводы (5-10 минут). 6. «Цвет моего настроения» (используется в начале и конце урока).

Содержание уроков психологического развития: выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности является важной частью занятия. Исследования учёных убедительно доказывают, что под влиянием физических упражнений

улучшаются показатели различных психических процессов, лежащих в основе творческой деятельности («Колечко», «Рисуем двумя руками», «Лезгинка»).

Главная задача, решаемая в процессе развития восприятия, — научить школьников не только выделять и анализировать отдельные признаки или свойства воспринимаемых объектов (цвет, форма), но и научиться осмысливать увиденное, активно включая в процесс восприятия мыслительную деятельность («Все ли ты увидел?», «Загадочные контуры»). При развитии внимания значение придается как формированию его устойчивости, так и распределению внимания, т.е. умению контролировать выполнение одновременно двух или больше действий. Такое умение также основывается на расчлененном, дифференцированном отражении различных параметров и условий деятельности («Копирование», «Послушай и ответь», «Копирование по точкам», «Перепутанный рассказ» и др.).

Основным направлением в развитии памяти школьников является формирование у них опосредованного запоминания, т.е. использования для запоминания вспомогательных средств, в том числе знаков-символов. Для этого требуется умение расчленять запоминаемые объекты на части, выделять в них различные свойства, устанавливать определенные связи и отношения между каким-либо из них и некоторой системой условных знаков («Запомни фигуры», «Послушай и ответь» и др.). Важное значение придается всестороннему развитию мыслительной деятельности, а именно таких ее операций, как анализ, синтез, обобщение, абстрагирование, установление закономерностей, формирование логических операций. На уроках психологического развития у учащихся вырабатываются умения определять соотношения конкретных и более общих понятий: «род-вид», «целое-часть», «причина-следствие» и др., формируются элементарные логические операции («Часть – Целое»). При развитии процессов воображения, являющегося важной составляющей уроков психологического развития, выполняются задания как на воссоздающее («Волшебный карандаш»), так и на творческое воображение («Что это?»; «Закончи рисунки» и др.). Реализация закона дифференциации осуществляется и по отношению к другим направлениям психологического развития младших школьников - формированию предпосылок овладения учебной деятельностью и психологических новообразований данного возрастного периода. Например, формирование умения анализировать и копировать образец начинается с выполнения простого задания, требующего оперирования целостными образами объектов, значительно различающихся между собой. Постепенно переходят к нахождению заданного образца среди изображений, отличающихся малозаметными деталями, и выполнению заданий по самостоятельному воспроизведению образцов, заданных в словесной форме («Графический диктант»). Аналогично осуществляется развитие психологических новообразований младшего школьного возраста, например, внутреннего плана действия. Первые задания направлены на развитие умения расчленено воспринимать, понимать и выполнять словесные указания взрослого, затем умения оперировать объектами или их частями во внутреннем плане, но со зрительной опорой, а затем переходят к заданиям, требующим умения оперировать объектами во внутреннем плане без зрительной опоры. Точно так же, основываясь на законе дифференциации и всесторонне развивая на различном содержании процессы анализа и синтеза, осуществляется формирование и других важных для учебной деятельности психологических качеств (пространственных представлений, умения подчинять свои действия заданной системе требований).

Оценка эффективности уроков психологического развития

Для оценки эффективности уроков психологического развития можно использовать следующие показатели:

- ✓ степень помощи, которую оказывает учитель учащимся при выполнении заданий: чем помощь учителя меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
- ✓ поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты уроков;
- ✓ результаты выполнения контрольных психологических заданий, в качестве которых даются задания, уже выполнявшиеся учениками, но другие по своему внешнему оформлению, и выявляется, справляются ли ученики с этими заданиями самостоятельно;
- ✓ косвенным показателем эффективности данных уроков может быть повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам, а также наблюдения учителей за работой учащихся на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности и др.).

Кроме того, представляется важным оценивать воздействие уроков психологического развития на эмоциональное состояние учеников. Для этого используется прием цветовой гаммы: школьников в начале и конце каждого урока просят нарисовать цветными карандашами свое настроение в данный момент. Использование красного цвета свидетельствует о восторженном настроении, оранжевого - о радостном, зеленого - о спокойном, уравновешенном состоянии, фиолетового - о тревожности, напряженности, черного - об унынии, разочаровании, упадке сил. Сравнение результатов этого задания, полученных в начале и конце урока, а также изменения цветовой гаммы на протяжении некоторого времени позволит сделать выводы об изменении эмоционального состояния каждого ученика под влиянием уроков психологического развития.

В соответствии с программой ФГОС существует 4 вида универсальных учебных действий (УУД): личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные.

Личностные УУД:

- ✓ анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;
- ✓ соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (честно, виноват, поступил правильно и др.);
- ✓ мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения;
- ✓ проявлять в конкретных ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь и др.
- ✓ выражать положительное отношение к процессу познания: проявлять внимание, удивление, желание больше узнать;
- ✓ оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;

- ✓ применять правила делового сотрудничества: сравнивать разные точки зрения; считаться с мнением другого человека; проявлять терпение и доброжелательность в споре.

Регулятивные УУД:

- ✓ организовывать свое рабочее место под руководством учителя;
- ✓ овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- ✓ извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста;
- ✓ определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- ✓ учиться осознать свои трудности и стремиться к их преодолению;
- ✓ строить речевое высказывание в устной форме;
- ✓ уметь справиться со страхами, обидами, гневом.

Познавательные УУД:

- ✓ уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- ✓ учиться исследовать свои качества и свои особенности;
- ✓ учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;
- ✓ учиться наблюдать;
- ✓ сравнивать предметы, объекты, находить сходства и различия;
- ✓ группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.

Коммуникативные УУД:

- ✓ соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить;
- ✓ учиться доверительно, и открыто говорить о своих чувствах;
- ✓ слушать и понимать речь других ребят;
- ✓ осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией;
- ✓ уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников.

Форма оценивания знаний учащихся – безотметочная.

Формы контроля: выполнение тестовых заданий, диагностика.

Методы: арт терапия, упражнения, игровая деятельность, диагностика, беседа, кинезиологические упражнения.

Время реализации: в течение года.

Наполняемость группы: 1-15 учащихся.

Возрастной состав: 7-9 лет.

Структура занятий: групповая форма работы.

Место проведение: психологический кабинет.

5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Аудиомагнитофон, диски с музыкальным сопровождением, DVD, настольные игры, телевизор, оборудование кабинета, карточки, бланки с заданием, карандаши, фломастеры, бумага А4.

6. Планируемые результаты изучение учебного предмета.

- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- формирование познавательных интересов представления о том, как можно сделать свою жизнь увлекательной и интересной, позволяющей реализовать потребность в признании, общении, не прибегая к ПАВ;
- получение новых знаний, укрепление веры ребенка в свои силы, возможности, его способность преодолеть возникающие трудности;
- формирование способностей эффективно строить взаимоотношения со взрослыми и сверстниками;
- развитие личностных ресурсов детей и подростков за счет расширения кругозора, сферы актуальных интересов и способностей, повышающих их устойчивость к наркогенному соблазну.

Для эффективности решения поставленных задач используется поддержка родителей. Перед началом работы они знакомятся с содержанием программы «Все цвета, кроме черного». Им разъясняются цели и задачи занятий: нужно понимать, что профилактическая работа потребует от взрослых отказа от собственных вредных привычек, заставит их более внимательно относиться и к собственному здоровью. Ведь самый действенный и эффективный способ влияния на ребенка – воспитание личным примером. Родители помогают детям работать в рабочих тетрадях дома, что повлияло на просвещение родителей в вопросах развития у детей представлений о здоровом образе жизни, предупреждения вредных привычек.

Календарно – тематическое планирование
коррекционно – развивающих занятий 1 класс.

№	Тема	дата	Кол-во часов	Методики и задания	Оборудование	Направленность
1.	Занятие 1.	20.09.18	1.	Вводная часть. Мотивационная беседа.	Доска, мел.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве.
2.	Занятие 2.	27.09.18	1	«Рисуем по клеточкам, Дорисуй и проверь, самый , самый», игра в футбол.	бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве.
3.	Занятие 3.	4.10.18	1	«Копирование, перекрестное маршрутирование, рисунок из фигур, маршрут».	Бланки, маршрут, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение.
4.	Занятие 4.	11.10.18	1	«Звучащие предметы, буквы в воздухе, самый, самый, перекрестное маршрутирование».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания.
5.	Занятие 5.	18.10.18	1	«Колечко, графическая сказка, повтори движение, свеча»	Бланки, карандаши.	Ориентация в пространстве.

6.	Занятие 6.	25.10.18	1	«Самый, самый, раздели лист, графический диктант маршрут».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение.
7.	Занятие 7.	1.11.18	1	«Лезгинка, закрась фигуру, графическая сказка».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение.
8.	Занятие 8.	8.11.18	1	«Лезгинка, закрась фигуру, графическая сказка».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, мышление, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение.
9.	Занятие 9.	15.11.18	1	«Копирование, перекрестное маршрутирование, рисунок из фигур, маршрут».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
10.	Занятие 10.	22.11.18	1	«Необычное письмо, скопируй точки, лягушка».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
11.	Занятие 11.	29.11.18	1	«Поймай слово, спрятанные фигуры, звучащие предметы».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.

12.	Занятие 12.	6.12.18	1	«Скопируй слово, запомни и запиши, контуры, кулачки».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
13.	Занятие 13.	13.12.18	1	«Копирование, перекрестное маршрутирование, рисунок из фигур, маршрут».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
14.	Занятие 14.	20.12.18	1	«Копирование, перекрестное маршрутирование, рисунок из фигур, маршрут».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
15.	Занятие 15.	27.12.18	1	« Восьмерка, волшебный карандаш, лезгинка, скопируй точки».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
16.	Занятие 16.	17.01.19	1	«Колечко, спрятанные фигуры, закрась фигуру».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
17.	Занятие 17.	24.01.19	1	«Поймай слово, что изменилось, волшебный карандаш».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение,

						развитие моторики.
18.	Занятие 18.	31.01.19	1	«Лягушка, огонь и лед, сравни».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
19.	Занятие 19.	7.02.19	1	«Пиктограмма, найди пару, ухо – нос».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
20.	Занятие 20.	14.02.19	1	«Лягушка, спрятанные фигуры, огонь и лед».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
21.	Занятие 21.	21.02.19	1	«Восьмерка, необычное письмо, волшебный карандаш».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
22.	Занятие 22.	28.02.19	1	«Восьмерка, необычное письмо, волшебный карандаш».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.

23.	Занятие 23.	7.03.19	1	«Сравни, перекрестноемарширование, графический диктант».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
24.	Занятие 24.	14.03.19	1	«Мельница, найди пару, спрятанные фигуры».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
25.	Занятие 25.	21.03.19	1	«Мельница, найди пару, спрятанные фигуры».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
26.	Занятие 26.	28.03.19	1	«Колечко, контуры, копирование по точкам».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
27.	Занятие 27.	4.04.19	1	«Расскажи о..., лезгинка, найди отличия».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
28.	Занятие 28.	11.04.19	1	«Восьмерка, художник, закономерности».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение,

						развитие моторики.
29.	Занятие 29.	18.04.19	1	«лезгинка, ребусы, маршрут».	Бланки, карандаши.	Развитие мышления, произвольности запоминания, ориентация в пространстве.
30.	Занятие 30.	25.04.19	1	«Контуры, копирование по точкам, художник».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
31.	Занятие 31.	8.05.19	1	«Колечко, кулачки, рисуем двумя руками».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.
32.	Занятие 32.	15.05.19	1	«Лишняя фигура, рисунок двумя руками».	Бланки, карандаши.	Развитие мышления, моторики и восприятия.
33.	Занятие 33.	22.05.19	1	«Ребусы, закономерности. Маршрут».	Бланки, карандаши.	Развитие произвольности восприятия, внимания, зрительный анализ, ориентация в пространстве, воображение, развитие моторики.