

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №549 с углубленным изучением английского языка  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
198328, Россия, Санкт-Петербург, ул. Маршала Захарова, дом 28, литер А.  
Тел/факс (812) 246-20-50 E-mail: [school549.spb@vandex.ru](mailto:school549.spb@vandex.ru)

---

Приложение № 2 к основной образовательной программе начального общего образования (ООП НОО)

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического совета  
ГБОУ СОШ № 549

протокол № 12 от 16 июня 2022

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом № 183-од от 16 июня 2022

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по курсу внеурочной деятельности**  
**«Психологическая азбука»**  
**для 4 класса**

**Составитель: Фадеева К.А.**

**Санкт-Петербург**  
**2022 год**

## Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, предназначена для организации внеурочной деятельности младших школьников, направленная на формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию, повышению уровня мотивации к обучению и познанию, ценностного отношения к знаниям, а также для коррекции развития познавательных сфер деятельности младших школьников. Предлагаемая программа внеурочной деятельности в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. В современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека, его взаимодействия с окружающим миром. Учащиеся разного возраста пытаются разобраться в самих себе. Но их интерес к самопознанию превышает их возможности познать себя, так как никакими сведениями о богатстве или бедности внутреннего мира, о психологических особенностях человека они не располагают. Отсюда неадекватные способы познания себя и других, неудовлетворенность этим познанием, неопределенность в оценках, самооценках, намерениях и т. д.

Курс «Психологическая азбука» поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления.

Работа по программе проводится в рамках духовно-нравственного развития и воспитания школьников, которая является первостепенной задачей современной образовательной системы и представляет собой важный компонент социального заказа для образования.

**Направление-** социальное

Программа рассчитана на 1 год обучения. Общее количество часов 20. На реализацию курса отводится 1 час в неделю. Продолжительность занятия 40 минут.

**Цель и задачи программы:**

Цель программы: создание условий для позитивного общения учащихся в школе и за ее пределами, для проявления инициативы и самостоятельности, ответственности и открытости в реальных жизненных ситуациях.

Задачи:

1. Создание условий для индивидуального развития каждого ребенка в избранной сфере внеурочной деятельности;
2. Развитие опыта творческой деятельности;
3. Создание условий для реализации учащимися приобретенных знаний, умений и навыков;
4. Развитие опыта неформального общения, взаимодействия, сотрудничества детей;
5. Расширение рамок общения школьников с социумом;

6. Формирование чувств уважения к друзьям и одноклассникам, любви к близким.

### Планируемые результаты освоения курса

#### **Личностные результаты**

- Проявляет самостоятельность в разных видах детской деятельности, оценивает деятельность и поступки не только свои, но и своих сверстник.
- Относится открыто ко внешнему миру, чувствует уверенность в своих силах во внеурочной деятельности.
- Взаимодействует со сверстниками и взрослыми через совместную игровую или учебную деятельность. Способен договариваться и учитывать интересы других, сдерживает свои эмоции.
- Обсуждает проблемы возникающие в учебной игровой деятельности, может поддержать разговор на интересующую его тему.
- Понимает чувства других людей и сопереживает им, понимает оценки учителей своим и чужим поступкам.

#### **Метапредметные результаты**

- Принимает и сохраняет учебную задачу.
- Переносит навыки построения внутреннего плана действий из игровой деятельности из игровой деятельности в учебную.
- Овладевает способами самооценки выполнения действий.

#### **Предметные результаты**

- Имеет первоначальные навыки работы в группе: совместное обсуждение правил, распределение ролей.
- Умеет задавать вопросы, проявляет не только любопытство, но и любознательность.
- Умеет выслушать и понять точку зрения другого, отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее.

### Содержание курса

Название раздела	Название тем	Содержание занятий
Раздел: «Кто Я? Мои силы, мои возможности».	Занятие 1. Какой я - большой или маленький? Занятие 2. Мои способности. Занятие 3. Мой выбор, мой путь. Занятие 4. Уникальность моего внутреннего мира. Занятие 5. Мой внутренний мир и мой друзья. Занятие 6. Мои одноклассники - какие они? Занятие 7. Конфликты в классе.	Обучающиеся смогут усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности; научиться осознавать свою уникальность и неповторимость.
Раздел 2 «Я расту, я изменяюсь»	Занятие 8. Мое детство. Занятие 9. Мое настоящее Занятие 10. Я изменяюсь	Обучающиеся научиться осознавать происходящие в них изменения; планировать цели и пути самоизменения.

Раздел 3 «Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?».	Занятие 11. Кто такой свободный человек? Занятие 12. Что такое «право на уважение»? Занятие 13. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам Занятие 14. Как разрешать конфликты мирным путем?	Обучающиеся научатся осознавать свою личную свободу и свободу другого; -смогут понять, что свобода часто связана с наличием обязанностей; - будут осознавать, что необходимо признавать и уважать права других людей.
Раздел 4 «Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?».	Занятие 15. Мое будущее Занятие 16. Мой будущий дом Занятие 17. Хочу вырасти здоровым человеком! Занятие 18. Моя будущая профессия Занятие 19. Мое близкое будущее Занятие 20. Что нового меня ждет в 5 классе	Обучающиеся будут иметь возможность задуматься о будущем, попытаются структурировать его, обсудят возможные варианты будущего; - смогут понять, что будущее начинается в настоящем;

Для реализации программы «Познай себя» используются следующие **методы обучения**:

1. Рассказ учителя и рассказы детей.
2. Диалог.
3. Наблюдение.
4. Свободное и тематическое рисование.
5. Рассматривание рисунков и картин.
6. Беседы.
7. Ролевые и подвижные игры.
8. Групповые дискуссии.
9. Мини-конкурсы.
10. Импровизация.
11. Рассказ учителя и рассказы детей.
12. Моделирование и анализ ситуаций.
13. Упражнения, направленные на развитие внимания, восприятия и других познавательных процессов.
14. Релаксационные игры.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Количество часов
1	Какой я - большой или маленький?	1
2	Мои способности.	1
3	Мой выбор, мой путь.	1
4	Уникальность моего внутреннего мира	1

5	Мой внутренний мир и мой друзья.	1
6	Мои одноклассники - какие они?	1
7	Конфликты в классе.	1
8	Мое детство.	1
9	Мое настоящее	1
10	Я изменяюсь	1
11	Кто такой свободный человек?	1
12	Что такое «право на уважение»?	1
13	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	1
14	Как разрешать конфликты мирным путем?	1
15	Моё будущее	1
16	Мой будущий дом	1
17	Хочу вырасти здоровым человеком!	1
18	Моя будущая профессия	1
19	Мое близкое будущее	1
20	Что нового меня ждет в 5 классе. Итоговое занятие	1
	<b>Итого</b>	<b>20</b>

### **Перечень учебно-методических средств обучения**

Список литературы для учителя

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 младшихшкольников. [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.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

4.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

5. 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
6. 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
7. 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
8. К.п.н. Аржакаева, Т. Психологическая азбука для второклашек. / Т. Аржакаева // газета «Школьный психолог»
9. К.п.н. Аржакаева, Т. Психологическая азбука для дошкольников. / Т. Аржакаева // газета «Школьный психолог»
10. К.п.н. Аржакаева, Т. Психологическая азбука для первоклашек. / Т. Аржакаева // газета «Школьный психолог»
11. 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
12. 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
13. 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
14. 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
15. 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
16. 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
17. Рахманкулова, Р. Программа работы по профилактике и коррекции дезадаптации у первоклассников. [Текст] / Р. Рахманкулова// газета «Школьный психолог» №18/2003
18. Яковлева, Е. программа развития творческого потенциала личности учащихся первого класса. [Текст]/ Е.Яковлева// газета «Школьный психолог», 2006