

**Рабочая программа психологического
сопровождения учащихся 3-х классов**

В ПОИСКАХ СВОЕГО «Я»

Педагог-психолог

Раздел 1.

Пояснительная записка

Программа курса разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, а также основной образовательной программой начального общего образования. Программа учитывает возрастные, общеучебные и психологические особенности младшего школьника.

Данная программа составлена на основе программы психологического развития младших школьников «Уроки психологического развития» автор Н.П. Локалова.

Программа психологического развития приводит к улучшению познавательной (степень расчлененности восприятия, сформированность мыслительных операций сравнения, содержательного анализа, установления закономерностей, внутреннего плана действия, вербально-смыслового анализа, рассуждающего мышления) и когнитивно-личностной сферы учащихся (формирование положительного отношения к школе и учению, нарастание уверенности в себе, повышение уровня развития эмоционально-волевой сферы, стремление отстаивать свое мнение, формирование адекватной самооценки, повышение интереса ко всем школьным урокам, исчезновение боязни отвечать на уроках, рост школьной успеваемости).

Данная программа является наиболее **актуальной** на сегодняшний момент, так как обеспечивает развитие психических процессов у учащихся, необходимых для дальнейшей самореализации и формирования личности ребенка.

Программа психологического сопровождения личности обучающихся «В поисках своего Я»» содержит курс психологических занятий с детьми начального школьного возраста, **целью** которой является создание условий для развития познавательной, эмоционально – волевой и личностно - мотивационной сфер младших школьников, достижение ими личностных и метапредметных результатов освоения основной образовательной программы при реализации федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения.

Достижение цели реализуется через выполнение следующих **задач**:

- Формирование психологической культуры и компетенции для обеспечения эффективного и безопасного взаимодействия в социуме
- Развитие познавательных способностей;
- Развитие общеучебных умений и навыков.
- Формирование позитивной самооценки, самоуважения.
- Формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве:
 - умение вести диалог, координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности;
 - способности доброжелательно и чутко относиться к людям, сопереживать;

- формирование социально адекватных способов поведения.
 - Формирование способности к организации деятельности и управлению ею:
 - воспитание целеустремленности и настойчивости;
 - формирование навыков организации рабочего пространства и рационального использования рабочего времени;
 - формирование умения самостоятельно и совместно планировать деятельность и сотрудничество;
 - формирование умения самостоятельно и совместно принимать решения.
 - Формирование умения решать творческие задачи.
- Формирование умения работать с информацией (сбор, систематизация, хранение, использование).

Раздел 2.

Общая характеристика учебного предмета

В основу данной программы «В поисках своего Я» заложена программа психологического развития младших школьников «Уроки психологического развития» Н.П. Локаловой.

Программа «В поисках своего Я» реализуется во внеурочной деятельности по направлению «Психологическое сопровождение учащихся».

Отличительные особенности данной программы от уже существующих психологических развивающих программ:

- соответствие требованиям Федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования в целом и задачам, лежащим перед начальным образованием в период введения стандартов второго поколения;

- достижение результатов программы происходит через использование практико-ориентированных форм и методов работы, которые позволяют детям получить и присвоить себе знания, полученные в действии, познать себя и раскрыть свой потенциал;

- содержание программы выстроено таким образом, что обеспечивается устойчивое развитие воспитательных результатов: приобретение ребенком личностных (о себе) и социальных знаний (первый уровень); переживание им ценности этого знания, формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям (второй уровень результатов); приобретение ребенком опыта самостоятельного общественного действия (третий уровень результатов);

- в итоге реализации программы ребенок может проследить свое развитие в через анализ продуктов деятельности и рефлексияю.

Формы и методы работы

Программа позволяет организовать практическую деятельность обучающихся в изучаемой области знаний и имеет большой развивающий

потенциал, так как содержит достаточное количество активных форм и методов обучения для интеллектуального, эмоционально – волевого и личностно – мотивационного развития обучающихся.

Основная форма – занятия с элементами игры, арт-методов и тренинговых технологий.

Элементы тренинга были включены в основные формы работы не случайно, ведь тренинг - это особая форма обучения, которая отличается от традиционных форм тем, что его участники учатся на своем непосредственном опыте. Тренинг дает знания, полученные в действии. Введение элементов тренинга позволяют создать на занятиях атмосферу доброжелательности, искренности, безопасности, погружение в ситуации выбора и способствуют раскрытию индивидуального творческого потенциала обучающихся, самопознания, самораскрытия и самоопределения.

Использование **игры**, как формы работы с детьми, предоставляет большие возможности достигнуть результата. В программе используются:

- малые игры (диагностические, учебные, развивающие, коррекционные)
- занимают небольшое время и в большинстве случаев используются как средство организации отдыха, переключения с одного вида деятельности на другой, снятия напряжения, решения конкретной воспитательной или психологической задачи;

- ситуационно-ролевая игра - является инструментом, позволяющим избегать ролевых конфликтов, вызванных несоответствием, противоречивостью выбранных ролей, способствует социальной адаптации.

Эффективность применения **арт-методов** основана на том, что они дают возможность экспериментировать с собственными эмоциями и чувствами, исследовать их и выражать на символическом уровне. Преимущественное использование при этом «языка» визуальной и пластической экспрессии позволяет сделать зримыми и доступными для понимания даже те стороны внутреннего и внешнего мира ребенка, которые не всегда он мог описать словами. Так же преимуществом рисования является то, что оно требует симультанного согласованного участия многих компонентов психических процессов и потому в детстве экономичнее и эффективнее других видов деятельности. Использование моделей объектов в виде схематизированных образов представлений существенно оптимизирует развитие и обучение, как здоровых детей, так и детей с недостаточной интеллектуальной зрелостью, являясь необходимой предпосылкой формирования абстрактного мышления.

Ведущими методами на занятиях являются:

- игра;
- тренинговые упражнения;
- творческие задания;
- арт-терапия;
- диагностика.

В процессе организации занятий используются также следующие методы работы:

исследование - получение знаний на исследовательской основе.

наблюдение - непосредственное, целенаправленное восприятие предметов и явлений с помощью органов чувств с целью формирования правильных представлений и понятий, умений и навыков.

упражнение - планомерно организованное повторное выполнение какого-либо действия с целью его освоения или совершенствования.

словесные методы – беседа, рассказ, описание, объяснение.

Раздел 3.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане.

Сроки реализации программы

Программа психологического развития личности учащихся «В поисках своего Я» рассчитана на один учебный год (3 класс).

Формы и режим занятий

Занятия проводятся в классе – в рамках внеурочной деятельности, 1 час в неделю (45 минут).

Количество участников до 25 человек. Наиболее эффективной является работа в подгруппах (класс из 25 человек делится на две подгруппы по 12-13 человек).

Каждое из занятий имеет трёхкомпонентную структуру:

1. ***Вводная часть (разминка).*** Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного эмоционального.

2. ***Основная часть.*** Включает в себя: а) выполнение упражнений, игр, нацеленных на введение детей в тематику занятия, поиск путей решения заявленной проблемы; б) обсуждение после каждого упражнения, игры, рисуночной методики или сказки, предполагающее отреагирование упражнения на эмоциональном и рациональном уровне);

3. ***Заключительная часть.*** Ритуал завершения занятия, целью которого является создание комфортного климата в коллективе, получение внимания каждым ребенком.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Ожидаемыми результатами использования программы психологического сопровождения учащихся «В поисках своего Я» является:

1. Достаточная сформированность способностей:

- Рефлексировать (видеть проблему; анализировать сделанное – почему получилось, почему не получилось, видеть трудности, ошибки);
- Целеполагать (ставить и удерживать цели);
- Планировать (составлять план своей деятельности);
- Моделировать (представлять способ действия в виде модели-схемы, выделяя все существенное и главное);
- Проявлять инициативу при поиске способа (способов) решения задачи;

- Вступать в коммуникацию (взаимодействовать при решении задачи, отстаивать свою позицию, принимать или аргументировано отклонять точки зрения других);
- 2. Мотивация к обучению и познанию;
- 3. Готовность к саморазвитию.

Результатами первого уровня (приобретение школьниками социальных знаний первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение учениками знаний о себе, своем развитии, своих особенностях, интересах и склонностях, о правилах ведения социальной коммуникации, принятых в обществе нормах отношений с другими людьми, правилах конструктивной групповой и подгрупповой работы, способах взаимодействия людей, способах самостоятельного поиска и обработки информации.

Результатами второго уровня (формирование позитивного отношения школьников к базовым ценностям нашего общества и социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к самому себе и другому человеку, формирование толерантности и стремления к свободному, открытому общению.

Результатом третьего уровня (приобретение школьниками опыта самостоятельного действия): приобретение опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками, опыта управления коммуникациями с другими людьми и принятие на себя ответственности за свои поступки, опыта исследовательской деятельности, публичного выступления и совместной деятельности с детьми и взрослыми.

Раздел 4.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета.

После окончания курса «В поисках своего Я» у учащихся должны быть сформированы следующие универсальные учебные действия:

Ученик должен:	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 	<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, 	<ul style="list-style-type: none"> • осознавать собственную полезность и ценность; • основные способы психологического взаимодействия между людьми; • приемы повышения собственной самооценки;

	<p>собственным ошибкам, к победе, поражению.</p>	<p>взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • осознание своего места в мире и обществе.
<p>Уметь</p>	<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 ребенка видах творческой и игровой деятельности. 	<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 позицию; • находить свое место в школьной жизни. 	<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 собственные проблемы;
<p>Применять</p>	<ul style="list-style-type: none"> • быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; • подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные 	<ul style="list-style-type: none"> • полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем; • приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения 	<ul style="list-style-type: none"> • полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения; • полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах

<p>умения и навыки;</p> <ul style="list-style-type: none"> • знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития. 	<p>межличностных конфликтов.</p>	<p>деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления;
--	----------------------------------	---

Раздел 5.

Содержание учебного предмета.

При составлении программы психологического сопровождения личности обучающихся «В поисках своего Я» учитывались:

- соответствующие требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
- психолого-педагогические аспекты работы с детьми начального школьного возраста;
- достижения в области практической психологии.

Тематическое планирование

№п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Знакомство. Узнаем друг друга	1
2.	Вводно-диагностическое занятие	1
3.	Моя семья	3
4.	Мои друзья	1
5.	Мир чувств и эмоций	3
6.	Умеем ли мы общаться	2
7.	Как мы разрешаем конфликты	1
8.	Как подружился «Хочу» и «Надо»	1
9.	Секреты нашей памяти	2
10.	Развиваем память	1
11.	Техника запоминания	1
12.	Внимание (произвольность, распределение, концентрация)	2
13.	Развиваем наше внимание «Думаем играя»	1
14.	Необычное в обычном	1
15.	Общее в различном	1
16.	Межличностное общение	2
17.	Развиваем наше мышление	2
18.	Понятийное мышление	1
19.	Ассоциативное мышление	1
20.	История о человеке, который нашел время	1
21.	Восприятие	3

22.	Пространственные представления	1
23.	В мире образов	1
24.	Воображение и фантазия	2
25.	Что такое мечта?	1
26.	Сочинение на тему: «Моя мечта»	1
27.	Учимся задавать вопросы	1
28.	Учимся отвечать на вопросы	1
29.	Как преодолеть неуверенность в себе	2
30.	Что такое цель? Зачем она нужна?	1
31.	Как достичь цели?	1
32.	Что такое страх? Учимся преодолевать наши страхи	2
33.	Развиваем координацию	2
34.	Проверяем реакцию	1
35.	Учимся ориентироваться	2
36.	Насколько я наблюдательный?	2
37.	Я и моя воля	2
38.	Мир вокруг меня. Мир природы	1
39.	Мир вокруг меня. Животные - мои друзья	1
40.	Мир вокруг меня. Мой дом	1
41.	Мир вокруг меня. Мои любимые игры и игрушки	1
42.	Мир вокруг меня. Предметы которые меня окружают	1
43.	Мир вокруг меня. Мой город	1
44.	Самопрезентация в обществе	2
45.	Подари другому радость	1
46.	Чему мы научились за год «Я многое умею»	2
47.	У меня все получится!	2