

Введен в действие

приказом директора

МОУ СШ №54

от «31» августа 2024г.

приказ № 1

Директор МОУ СШ №54

Н.А. Белибихина

«31» августа 2024г.

Утвержден

решением Педагогического

совета МОУ СШ №54

протокол № 1

от «31» августа 2014г.

Председатель педсовета

Н.А. Белибихина

«31» августа 2024г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
Художественной направленности
«Узнай себя»

Возраст обучающихся: 7-8 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Кириличева С.В.

руководитель МО начальной школы

Волгоград, 2024

**Программа курса внеурочной деятельности
«Узнай себя» для обучающихся 1-х классов
(социально-психологическое направление)**

1. Пояснительная записка

Направленность программы:

Программа **«Познай себя»** по содержанию является *социально-психологической*,

по функциональному предназначению *коррекционно-развивающей*,

по форме организации – *групповая, индивидуальная*

по времени реализации – *трехмесячная*,

Программа *модифицированная*, разработана с учетом нормативных документов:

-Письма Министерства Федерального закона от **29.12.2012г. №273-ФЗ** «Об образовании в Российской Федерации»;

-Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от **24 апреля 2015 года № 729-р**, «Разработка предложений о сроках реализации дополнительных общеразвивающих программ»;

-Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года (Концепция Минобрнауки России от **14.12.2017 №6/н**)

-Письмо министерства образования и науки РФ «О психологической службе образования в РФ» от **02.03.2016 №07-871**

-Приказ министерства труда и социальной защиты РФ от **24 июля 2015 г. N 514н** «Об утверждении профессионального стандарта "педагог-психолог (психолог в сфере образования)" от **24.07.2015г. № 514н**

-Федеральных государственных образовательных стандартов (далее — ФГОС) начального общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286), основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287), среднего общего образования (Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413).

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20).

2.Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Данная программа психологических занятий ориентирована на адаптацию коррекцию мыслительных процессов, произвольной регуляции деятельности и стабилизацию психического состояния детей, не достигших семи лет.

Создание программы отвечает целям обучения и воспитания детей, не достигших семилетнего возраста, и отвечает запросам педагогов, работающих в начальной школе.

Цель представленной программы: эффективная и быстрая адаптация школьников к учебной деятельности, овладение специальными знаниями и навыками, развитие познавательной сферы и навыками, развитие и социальных навыков общения со сверстниками и взрослыми, формирование позитивного отношения к окружающему.

Цель определяет структуру и содержание занятий и реализуется в следующих **задачах программы:**

1. Коррекция внимания и импульсивности
2. Коррекция и развитие мыслительных функций, памяти и восприятия
3. Развитие речевой регуляции
4. Стабилизация эмоциональной регуляции
5. Коррекция паттернов взаимодействия детей посредством обратной связи
6. Развитие произвольности и способности соблюдать правила и нормы

Основное содержание данной программы составляют психотехнические упражнения и учебные задания, направленные на целостное психологическое развитие ребенка и решение конкретных интеллектуальных и эмоциональных проблем.

Программа построена на базе коррекционно-развивающих программ и в рамках нейропсихологического подхода, направлена на преодоление не только нарушений внимания, но также памяти, наглядно-образного мышления, пространственного восприятия, недостаточности зрительно-моторной координации и тонкой моторики.

Важную роль в программе занятий занимают приемы развития и коррекции недостаточно сформированных функций организации, программирования и контроля психической деятельности (или исполнительских функций), за которые отвечают лобные структуры мозга.

Программа психологических занятий структурирована по блокам и реализуется в виде групповых занятий (с возможностью подключать также индивидуальные занятия).

Каждое занятие программы состоит из 2 содержательно различных частей - нейропсихологических заданий, направленных на когнитивное развитие и заданий, направленных на эмоциональное развитие, коррекцию личности и поведения. Эти две части «познавательная» и «эмоционально-личностная» имеют разный удельный вес по мере реализации программы.

Адресат программы, участвующих в реализации данной программы: от 6 до 7 лет.

Усвоению программы способствуют психологические потребности детей 7-8 летнего возраста:

- потребность обучения;
- потребность быть в группе сверстников;
- потребность в коллективных действиях и играх;
- удовлетворение любопытства;
- применение знаний о том, что такое хорошо, что такое плохо;
- потребность иметь друзей, уметь дружить.

Объём и срок освоения программы

Сроки реализации образовательной программы- 3 месяца.

Формы занятий- очная

Особенности организации учебного процесса.

Состав групп постоянный.

Режим занятий.

Занятия проходят 1 раза в неделю по 1 часу (всего 12 часов), количество детей в группе 5 человек.

3.Личностные и метапредметные результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности «Узнай себя»

Качества личности, которые будут развиты у обучающихся в результате освоения программы:

- целеустремлённость и настойчивость в достижении целей, готовность к преодолению трудностей;
- готовность к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты;
- уважение к окружающим — умение слушать и слышать партнёра, признавать право каждого на собственное мнение;
- доброжелательность, доверие и внимание к людям, готовность к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается.

В результате освоения программы у учеников будут сформированы следующие

- познавательные универсальные учебные действия.

Обучающийся научится:

- делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- строить сообщения в устной и письменной форме;

-строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях.

- *регулятивные универсальные учебные действия.*

Обучающийся научится:

-планировать, прогнозировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;

-оценивать, контролировать и корректировать свои действия;

- *коммуникативные универсальные учебные действия.*

Обучающийся научится:

-адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологические высказывания;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве с учителем и сверстниками, уметь разрешать конфликты;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

3 Содержание и структура программы

Программа рассчитана на четыре месяца и включает в себя 12 занятий (2 из которых диагностические). Занятия проводятся в классе – группе во второй половине дня в рамках внеурочной деятельности, 1 час в неделю —40 минутам)

Количество участников до 5 человек.

Программа содержит в себе 3 блока:

1. Вот ты какой!

Посвященный знакомству с самим собой.

2. Эмоция? Будем знакомы!

Знакомство с эмоциями, чувствами, переживаниями и состояниями.

3. Когда эмоции- друзья.

Учимся управлять эмоциями.

Каждое из занятий имеет трёхкомпонентную структуру:

Ритуалы приветствия-прощания являются важным моментом работы с группой, позволяющие сплочать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия, что в свою очередь важно для плодотворной работы. Этот ритуал обычно предлагается психологом. В него должны быть включены все участники группы.

Разминка является средством воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности, выполняет важную функцию

настройки на продуктивную групповую деятельность. Разминка может проводиться не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями в случае, если психолог видит необходимость как-то изменить актуальное эмоциональное состояние детей. Определённые разминочные упражнения позволяют активизировать детей, поднять их настроение, другие, напротив, направлены на снятие эмоционального чрезмерного возбуждения.

Основное содержание занятия представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приёмов, направленных на решение задач данного коррекционно – развивающего комплекса.

Рефлексия занятия предполагает оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали). Рефлексия предполагает, что дети сами или с помощью взрослого отвечают на вопрос, зачем это нужно, как это может помочь в жизни, дают обратную эмоциональную связь друг другу и психологу.

Принципы проведения занятий:

1. Безопасность: создание атмосферы доброжелательности, психологического комфорта, принятия каждого ребенка.
2. Возрастное соответствие: предлагаемые упражнения учитывают возрастные особенности детей младшего школьного возраста.
3. Деятельностный принцип: задачи развития коммуникативных навыков достигаются через использование различных видов деятельности.
4. Дифференцированный подход: учет индивидуальных особенностей детей младшего школьного возраста.
5. Рефлексия: совместное обсуждение понятного, почувствованного на занятии и краткое резюме педагога в конце занятия.
6. Конфиденциальность: адресность информации о ребенке родителям.

Формы проведения занятий – игровые, теоретические, практические, групповые и коллективные.

Планируемые результаты работы: по результатам занятий дети должны преодолеть трудности в адаптационном периоде, связанного с поступлением в первый класс. Расширится «эмоциональный словарь», дети более точно начинают описывать эмоции, лучше понимать и управлять и осознавать свои эмоциональные состояниями, учатся управлять ими. Появится положительная динамика психических процессов: внимания,

памяти, мышления, преодолены трудности в общении, дети овладеют новой социальной ролью ученика.

В результате освоения программы, ученик получит возможность научиться:

- иметь представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач, в зависимости от конкретных условий;
- делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы обосновывать свою позицию;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников. Выпускник получит возможность для формирования:
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия
- вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Виды деятельности	Виды, формы проведения занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Диагностика. Знакомство с планетой эмоций и ее жителями.	1 ч	Первичная психологическая диагностика эмоционально-волевой и познавательной сферы. Сказка про планету эмоций. Знакомство с основными эмоциями: страх, радость, грусть, злость, обида, вина, удовольствие, интерес. Упражнение: копилка с эмоциями. Упражнение на концентрацию внимания, ориентации в пространстве «Муха»		
2.	Мимика – мой помощник в мире эмоций.		Игра в эмодзи. Психомоторный блок.	1 ч	
3.	Знакомство с чувством «Радость». Психологическая коррекция чувства радости.		Портрет «Радости», принятие и осознание чувства радости. Психомоторный блок. «Мороженое радости». Понимание причин возникновения чувства радости. Психомоторный блок.	1ч	

4..	Знакомство с чувством «Грусть». Психологическая коррекция чувства грусти.		Портрет «Грусти», принятие и осознание чувства грусти. Психомоторный блок. «Спиннер грусти», «облака грусти». Понимание причин возникновения грусти и принятие. Психомоторный блок.	1 ч	
5.	Знакомство с чувством «Интерес».		Портрет «интереса», принятие и осознание чувства интереса. Психомоторный блок.	1ч	
6.	Психологическая коррекция чувства интерес.		«Лампочки интересов», «талисман интересов». Развитие чувства «интерес». Психомоторный блок.	1ч	
7.	Знакомство с чувством «Гнев».		Портрет «гнева», принятие и осознание чувства гнева. Психомоторный блок.	1ч	
8.	Психологическая коррекция чувства гнева.		«Ловушка для гнева», «Гнев- костер, гнев-пожар», управление эмоцией «гнев». Психомоторный блок	1ч	
9.	Знакомство с чувством «Страх».		Портрет «страха», принятие и осознание чувства страха. Психомоторный блок.	1ч	
10.	Психологическая коррекция		«Уменьшитель страха», «закливание от страха»,	1 ч	

	чувства страха		преодоление страха. Психомоторный блок.		
11.	Закрепление пройденного материала.		«Танец с эмоциями», повторение основных понятий с эмоциями и чувствами.	1ч	
12.	Итоговая диагностика		Подведение итогов и закрепление пройденного материала.	1ч	

№ п/п	Тема урока	Дата по плану	Дата по факту
1.	Диагностика. Знакомство с планетой эмоций и ее жителями.		
2.	Мимика – мой помощник в мире эмоций.		
3.	Знакомство с чувством «Радость». Психологическая коррекция чувства радости.		
4.	Знакомство с чувством «Грусть». Психологическая коррекция чувства грусти.		
5.	Знакомство с чувством «Интерес».		
6.	Психологическая коррекция чувства интерес.		
7.	Знакомство с чувством «Гнев».		
8.	Психологическая коррекция чувства гнева.		

9.	Знакомство с чувством «Страх».		
10.	Психологическая коррекция чувства страха		
11.	Закрепление пройденного материала.		
12.	Итоговая диагностика		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. **Русский язык. Учебник. 4 класс** Канакина В.П., Горецкий В.Г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. **Русский язык. Предметная линия учебников системы «Школа России» авторов В.П. Канакиной, В.Г. Горецкого. Примерные рабочие программы. 1-4 классы.** (В электронном виде на сайте издательства) Канакина В.П., Горецкий В.Г., Бойкина М.В. и др
2. **Русский язык. Учебник. 4 класс** Канакина В.П., Горецкий В.Г.
3. **Русский язык. Тетрадь учебных достижений. 4 класс** Канакина В.П.
4. **Русский язык. Рабочая тетрадь. 4 класс** в 2-х частях Канакина В.П.
5. **Русский язык. Раздаточный материал. 4 класс** Канакина В.П.
6. **Русский язык. Проверочные работы. 4 класс** Канакина В.П.
7. **Русский язык. Тесты. 4 класс** Занадворова А. В.
8. **Русский язык. Сборник диктантов и творческих работ. 1-4 классы** Коробейникова Т.Н.
9. **Русский язык. Методическое пособие с поурочными разработками. 4 класс.** (В электронном виде на сайте издательства)
10. **Русский язык. Предметная линия учебников системы «Школа России» авторов В.П. Канакиной, В.Г. Горецкого. Примерные рабочие программы. 1-4 классы.** (В электронном виде на сайте издательства) Канакина В.П., Горецкий В.Г., Бойкина М.В. и др.
11. **Пишу правильно. Орфографический словарь. Начальная школа** Бондаренко А.А., Гуркова И.В.
12. **Рабочий словарики. 4 класс** Бондаренко А.А.
13. **Русский язык. Предварительный контроль, текущий контроль, итоговый контроль. 4 класс** Курлыгина О.Е., Харченко О.О.

Коллекции электронных образовательных ресурсов

1. «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» - <http://school-collektion.edu.ru>
2. «Федеральный центр информационных образовательных ресурсов» - <http://fcior.edu.ru>, <http://eor.edu.ru>
3. Каталог образовательных ресурсов сети Интернет для школы <http://katalog.iot.ru/>
4. Библиотека материалов для начальной школы <http://www.nachalka.com/biblioteka>
5. Metodkabinet.eu: информационно-методический кабинет <http://www.metodkabinet.eu/>
6. Каталог образовательных ресурсов сети «Интернет» <http://catalog.iot.ru>
7. Российский образовательный портал <http://www.school.edu.ru>
8. Портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

9. Сайт Современный учительский портал <https://easyen.ru>

10. Сайт Инфоурок <https://infourok.ru>

Для учащихся

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/>

2. Российская онлайн-платформа учи ру <https://uchi.ru/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Таблицы к основным разделам грамматического материала, содержащегося в программе по русскому языку

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

1. Классная магнитная доска.
2. Настенная доска с приспособлением для крепления картинок.
3. Колонки
4. Компьютер.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение
курса внеурочной деятельности «Узнай себя»

Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение

Организационные условия: наличие учебного кабинета, учебные столы и стулья, методическая литература, компьютер, доска.

Для работы учащимся необходимо иметь: рабочая тетрадь, раздаточный материал, карточки с заданиями, простой карандаш, ручка.

Информационное обеспечение

Презентации по темам, фрагменты современных телевизионных, компьютерных фильмов.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

1. Изард К.Э. Психология эмоций / Перев. с англ. СПб.: Питер, 2003. -- 464 с. илл. "Мастера психологии".
2. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. - М.: Академия, 2001. -117 с.
3. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программа эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. М.: Генезис, 2001.- 98 с.
4. Кряжева Н.Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет / Художники Г. В. Соколов, В. Н. Куров. Ярославль: Академия развития, 2004. -- 160 с. илл. "Ваш ребенок: наблюдаем, изучаем, развиваем".
5. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. М.: АРКТИ, 2001. -- 48 с. (Развитие и воспитание дошкольника).
6. Мухина В.С. Детская психология. -- М.: ООО Апрель Пресс, ЗАО ЭКСМО-Пресс, 2007. -- 352 с. "Мир психологии".
7. Овчарова Р. В. Практическая психология образования: Учеб. пособие для студ. психол. фак. университетов. М.: Центр "Академия", 2003.
8. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. М.: ВЛАДОС, -2006.
9. Рылеева Е.В. Путешествие в мир эмоций: Демонстрационные материалы для фронтальной работы. Раздаточные материалы для индивидуальной работы. Педагогическая технология "Открой себя". М.: ЛИНКА-ПРЕСС. 2000.

10. Шишова Т. Застенчивый невидимка. Как преодолеть детскую застенчивость: эмоционально развивающие игры и задания. М.: Изд. дом "Искатель", 2007.
11. Шишова Т. Страхи -- это серьезно. Как помочь ребенку избавиться от страхов: эмоционально развивающие игры и задания. М.: Изд. дом "Искатель", 1997.
12. Юдина Е. Г. Педагогическая диагностика в детском саду: Пособие для воспитателей дошкол. образоват. учреждений / Е.Г. Юдина, Г.Б. Степанова, Е.Н. Денисова. М.: Просвещение, 2002.