

**Управление образования администрации Собинского района  
Муниципальное общеобразовательное учреждение Собинского района  
средняя общеобразовательная школа № 1 г. Собинка**

Согласовано:  
Педагогический совет  
от «16» июня 2023 г.  
Протокол № 7



Принята на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 7 «16» июня 2023

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Психологическая азбука»**

Направленность программы: социально-гуманитарная  
Уровень сложности: базовый  
Возраст обучающихся: 9-10 лет  
Срок реализации: 1 год

Разработчик:  
Логвиненко Ирина Викторовна,  
педагог дополнительного образования

г. Собинка, 2023

## Содержание программы

<b>Содержание</b>	2 стр.
<b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы</b>	3 стр.
1.1. Пояснительная записка	3 стр.
1.2. Цель и задачи программы	4 стр.
1.3. Содержание программы	5 стр.
1.4. Планируемые результаты	9 стр.
<b>Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий</b>	10 стр.
2.1. Календарный учебный график	10 стр.
2.2. Условия реализации программы	10 стр.
2.3. Формы аттестации	11 стр.
2.4. Оценочные материалы	11 стр.
2.5. Методические материалы	11 стр.
2.6. Список использованной литературы	12 стр.

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

**Направленность:** социально-гуманитарная

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психологическая азбука» создана на основе авторской программы Аржакаевой Т.А., Вачкова В.И., Поповой А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 4-м классе. 2-е изд. – М.: Генезис, 2013.

**Нормативно-правовые документы:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
3. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года"
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
9. Распоряжение Администрации Владимирской области от 02 августа 2022 года № 735-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей Концепции развития дополнительного образования детей во Владимирской области до 2030 года»

**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 нашем быстромеменяющемся мире.

### **Педагогическая целесообразность**

На занятиях по «Психологической азбуке» дети играют, рассказывают о себе, свободно выражают себя в рисунке, танце, движении, размышляют вслух, выполняют индивидуальные и групповые задания, разыгрывают сценки, разгадывают психологические загадки, слушают и обсуждают специально придуманные сказки, расслабляются под музыку, участвуют в конкурсах. По достигаемым задачам и используемым методам занятия по «Психологической азбуке» представляют собой развивающие групповые занятия.

### **Отличительные особенности программы**

Одна из важных особенностей развивающих занятий по программе «Психологическая азбука» заключается в том, что они не только позволяют развивать самосознание детей в процессе специально организованного самоузнавания и взаимоузнавания, но и дают возможность самому психологу (или педагогу) лучше узнать детей, держать их в поле профессионального зрения, отслеживая ход и достижения их психического развития, замечая возникающее психологическое неблагополучие, и, в конечном счете, предупреждать появление серьезных психологических проблем у ребенка.

**Адресат:** предназначена для учащихся 9-10 лет. Численность минимальная 5, максимальная 12 человек.

**Объем и срок освоения программы:** всего количество учебных часов - 36. Срок освоения - 1 год.

**Форма обучения:** очная.

**Особенности организации образовательного процесса:** групповая, индивидуально-групповая форма организации образовательного процесса.

**Режим занятий:** Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность одного занятия 40 минут.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель** – создать педагогические условия для развития личности ребенка, в частности, его самосознания и рефлексивных способностей через введение в психологию.

**Задачи:**

**Предметные:**

— Учить методам и приемам познания себя;

- Учить осмысленно относиться к ресурсам человеческой психики, эффективно использовать их во всех основных видах и формах познания;
- Научит детей осознавать и называть собственные переживания.

**Метапредметные:**

- Помочь осознать свои задатки и способности;
- Познакомить детей с типологиями индивидуально-психологических особенностей человека;
- Познакомить детей с понятиями «чувства» и «эмоции»;
- Ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображений.

**Личностные:**

- Помочь детям быстрее и по возможности безболезненно адаптироваться к школьным условиям;
- Познакомить детей с базовым понятийным аппаратом психологии;
- Помочь детям осознать ведущие каналы восприятия информации и ориентировать их на целенаправленное развитие всей системы восприятия окружающего мира.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план

№ п/п	Наименование разделов (тем)	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации
<b>1. Кто я? Мои силы, мои возможности (12 часов)</b>					
1	Моё лето	1	-	1	рисунок
2	Кто я?	2	1	1	конкурс рисунков
3	Какой я? Большой или маленький?	1	-	1	рефлексия
4	Мои способности	1	-	1	рефлексия
5	Мой выбор, мой путь	1	-	1	рисунок
6	Мой внутренний мир	1	-	1	рисунок

7	Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	-	1	рефлексия
8	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	1	-	1	рефлексия
9	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1	-	1	рефлексия
10	Что значит верить?	2	1	1	рефлексия
<b>2.Я расту, я изменяюсь (6 часов)</b>					
1	Моё детство	2	1	1	рефлексия
2	Нужно ли человеку изменяться?	2	1	1	рефлексия
3	Я расту, я изменяюсь	2	1	1	рефлексия
<b>3.Моё будущее (4 часа)</b>					
1	Моё будущее	1	1	1	рефлексия
2	Кем бы я хотел стать?	1	-	1	конкурс рисунков
3	Хочу вырасти здоровым человеком.	2	1	1	рефлексия
<b>4. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что для этого нужно? (3 часа)</b>					
1	Кто такой интеллигентный человек?	1	-	1	рефлексия
2	Хочу вырасти интеллигентным человеком.	1	-	1	рефлексия
3	Что такое идеальное «Я»?	1	-	1	рефлексия

<b>5. Хочу вырасти свободным человеком. Что для этого нужно? (10 часов)</b>					
1	Кто такой свободный человек?	1	-	1	рефлексия
2	Права и обязанности школьника	1	-	1	рефлексия
3	Что такое «право на уважение»?	2	1	1	рефлексия
4	Права и обязанности	2	-	2	рефлексия
5	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	2	1	1	опрос
6	Как разрешить конфликты мирным путём?	2	1	1	рефлексия
7	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	рефлексия
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	

### **Содержание учебного плана**

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе.

Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

#### **Раздел 1. Мои силы, мои возможности (12 часов)**

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому – четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника?

Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленюшка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля!

Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?

Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то

способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие».

Мой выбор, мой путь.

Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни.

Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь.

Мой внутренний мир.

Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю.

Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно.

Что значит верить?

Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

## **Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (6 часов)**

Моё детство.

Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю?

Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть.

Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас.

Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

## **Раздел 3. Моё будущее (4 часа)**

Как заглянуть во взрослый мир?

Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас.

Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

## **Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? (3 часа)**

Поведение человека зависит от его качеств.

Кто такой интеллигентный человек и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека.

Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем?



Что такое идеальное Я?

У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.

**Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (10 часов)**

Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется?

Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице».

Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»?

В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе».

Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?

**6. Итоговое занятие.** Подведение итогов пройденного материала. Актуализация полученных за год знаний, умений, навыков.

#### **1.4. Планируемые результаты**

По итогам программы у учащегося должны быть сформированы следующие результаты:

##### **Предметные:**

- Познакомятся с базовым понятийным аппаратом психологии;
- Знать методы и приемы познания себя;
- Уметь осмысленно относиться к ресурсам человеческой психики, эффективно использовать их во всех основных видах и формах познания;
- Уметь осознавать и называть собственные переживания.

##### **Метапредметные:**

- Уметь осознать свои задатки и способности;
- Познакомятся с типологиями индивидуально-психологических особенностей человека;
- Познакомятся с понятиями «чувства» и «эмоции»;
- Повысят уровень развития творческих способностей и воображений.

##### **Личностные:**

- Быстро и безболезненно адаптируются к школьным условиям;
- Узнают ведущие каналы восприятия информации.

Средствами формирования результатов служат психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы. Основной формой работы является психологический тренинг.

В этой связи выпускник начальной школы *научится:*

- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях, устанавливать аналогии.

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Количество о учебных дней	Количество о учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2023	31.05.2024	36	36	36	1 раз в неделю, 1 час

### **2.2. Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение:**

1. Кабинет педагога-психолога МБОУ СОШ № 1 г. Собинка.
2. Интерактивная доска.
3. Выход в сеть «Интернет».
4. Музыкальный центр.
5. Моноблок.
6. Принтер.
7. Раздаточный материал, разработанный педагогом дополнительного образования.
8. Тестовый материал.

#### **Информационное обеспечение:**

1. Белопольская Н.Л. Азбука настроений. Эмоционально-коммуникативная игра для детей 4-10 лет. – М.: Когито-центр, 2008.
2. Вачков И.В. Сказка о самой душевной науке. – М.: Генезис, 2012.
3. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. – М.: Ось – 89, 2001.

4. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Рабочая тетрадь. 4 класс. – М.: Генезис, 2012.
5. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: просвещение; Владос, 1995.
6. Шипицына Л.М. и др. Основы коммуникации. Программа развития личности ребенка, навыков общения со взрослыми. – СПб.: Образование, 1995.

**Кадровое обеспечение:** Логвиненко Ирина Викторовна, педагог дополнительного образования.

### **2.3. Формы аттестации**

Структура диагностического исследования состоит из двух срезов: на начало работы по программе (в течение первых встреч) и на момент окончания (на последнем занятии).

Для аттестации используются методики, направленные на исследование уровня сформированности компетентностей. Эффективность программы оценивается с помощью расчета процента учащихся от общего количества детей в группе, которые снизили показатели от начала к концу совместной работы.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** аналитический материал, материал анкетирования и тестирования, отзыв детей и родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** аналитический материал по итогам проведения психологической диагностики, диагностическая карта.

### **2.4. Оценочные материалы**

Предусмотрено безоценочное обучение.

Общей целью применяемых методов диагностики является определение актуального личностного развития. Для получения данных сведений использовались следующие методики:

- Методика самооценки «Лесенка».
- Проективная методика «Несуществующее животное».
- Цветовой тест Люшера.
- Методика изучения тревожности Филиппа.

### **2.5. Методическое обеспечение.**

**Особенности организации учебного процесса:** очно.

**Методы и средства организации и осуществления учебно-познавательной деятельности обучающихся:**

1. Словесные, наглядные, практические (по источнику изложения учебного материала).
2. Методы контроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности: устные, самопроверки результативности овладения знаниями, умениями и навыками, психологическая диагностика.
3. Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности: поощрения в формировании мотивации, чувства ответственности, обязательств, интересов в овладении знаниями, умениями и навыками.

4. Диагностический инструментарий: методика «Лесника», тест тревожности Филипса, проективная методика «Несуществующее животное».
5. Работа в группах («беседа с элементами практических действий», «групповая дискуссия», «мозговой штурм»). Данная форма организации занятий особенно эффективна, если в работу над решением сложной проблемы вовлечено большинство присутствующих.

**Формы организации образовательного процесса:** групповая, индивидуально-групповая форма организации образовательного процесса, разновозрастной, постоянный состав группы.

**Педагогические технологии:** технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения.

*Дидактические материалы:* игровой набор «Эмоции человека», разработанные педагогом дополнительного образования презентации.

**Структура** занятий включает в себя, как правило, три основных этапа: подготовительный (повторение пройденного, проверка домашнего задания, подготовка к восприятию материала, настрой на занятие) основной (изложение учителем нового материала, работа по теме, выполнение развивающих упражнений), подведение итогов и выводы.

## 2.6. Список использованной литературы

### Для педагога:

1. Белопольская Н.Л. Азбука настроений. Эмоционально-коммуникативная игра для детей 4-10 лет. – М.: Когито-центр, 2008.
2. Вачков И.В. Сказка о самой душевной науке. – М.: Генезис, 2012.
3. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. – М.: Ось – 89, 2001.
4. Вачков И.В., Аржакаева Т.А., Попова А.Х. Психологическая азбука. Рабочая тетрадь. 4 класс. – М.: Генезис, 2012.
5. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: просвещение; Владос, 1995.
6. Шипицына Л.М. и др. Основы коммуникации. Программа развития личности ребенка, навыков общения со взрослыми. – СПб.: Образование, 1995.

### Литература, рекомендуемая для детей и родителей

1. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. Вузов. – 9-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия2, 2004. – 456с.
2. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: просвещение; Владос, 1995.