



МБОУ «Сунтарская средняя общеобразовательная школа № 2 им. И.С. Иванова с дошкольными группами»  
( с углубленным изучением отдельных предметов)

Рассмотрено на заседании МО  
Руководитель МО  
Андреева С.И.   
«31» августа 2016 г.

Согласовано   
Зам. директора по УМР  
Данилова И.Е.  
«31» августа 2016 г.

«Утверждаю»  
Директор: Иванов В.Р.  
«31» августа 2016 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности «АЗБУКА ОБЩЕНИЯ»

Направление «Коррекционная деятельность»

для 1 класса

2016-2017 учебный год

Составитель:  
Прокопьева  
Татьяна Николаевна  
педагог-психолог,  
первая категория

Сунтар 2016 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

Пояснительная записка.....3-4

Учебно-тематическое планирование.....4-15

Информационно-методическое обеспечение.....15

Предполагаемая результативность курса.....15

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- **Нормативно-правовая база**

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральными нормативными документами по ФГОС НОО:

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. N 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования".

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 26 ноября 2010 г. №1241 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. N 373".

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования".

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования (утв. Приказом министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. №413)

Программа также реализуется в рамках общей коррекционно-развивающей программы сопровождения психолого-педагогического процесса образования учащихся начальной школы по ФГОС.

- **Назначение программы**

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я», разработана на основе авторской программы Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я» (Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе (1 – 4 классы). – М.: «Генезис», 2014.)

- **Актуальность и перспективность курса**

Как помочь ребенку найти правильную дорогу в школе? Обычно взрослые сосредотачивают свои усилия только на тренировке детей в различных учебных умениях: чтении, письме и счете. Забывают, что ребенок в школе не только читает, пишет и считает, но чувствует, переживает, размышляет, оценивает себя, друзей, взрослых. И помогать ему надо, прежде всего в понимании самого себя и своего места в школьной жизни, во взаимодействии с ребятами и учителем. Помогать в поиске своих ресурсов, утверждении веры в себя и свои возможности, устремлении к преодолению школьных трудностей. И тогда ребенок в школе будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный путь будет непременно успешным и радостным.

- **Возрастная группа обучающихся**

Программа предназначена для учащихся 1-4 классов в возрасте от 6,5 до 11 лет.

- Объем часов, отпущенных на занятия.

Программа для учащихся 1 –х классов рассчитана на 33 учебных часа в год.

- Продолжительность одного занятия

Продолжительность одного занятия для обучающихся 1-х классов составляет в 1-м полугодии – 35 минут, во 2 –м полугодии 40 минут.

Цели и задачи реализации программы

Цели программы:

- 1) Помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.
- 2) формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к социуму;

Задачи программы:

- Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей.
- Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
- Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
- Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
- Познакомить с приемами целеполагания и планирования деятельности.
- Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом, учителями и окружающими.
- Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
- Расширять пассивный и активный словарь обучающихся, формировать связную и последовательную речь.
- Способствовать повышению уровня психологической культуры младших школьников.
- Формировать позитивную Я-концепцию.

- Формы и методы работы

В программе используются ролевые и подвижные игры, психологические этюды; элементы сказкотерапии и арт-терапии (изотерапия, пластилинотерапия); обсуждение, дискуссии, самостоятельная работа в тетрадах, индивидуальная, парная и групповая работа.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Первый класс (33 часа)

№ п / п	Тема занятия	Кол -во час.	Дата		Описание примерного содержания занятий	Перечень УУД обучающихс я
			пла н	фак т		
1 , 2 , 3	Диагностика первичная	4			Выполнение тестовых заданий	Оценка УУД

4						
Раздел 1. Я-школьник (14 часов)						
5	Я умею управлять собой	1			Беседа: «Кто такой дрессировщик, и почему он может управлять животными?». Работа с рассказом Давыдычева Л. Беседа «Нужно ли ученику умение управлять собой?». Упр.: «Умею остановиться», «Умею выполнить требования взрослых». Работа в тетрадях стр.6-8.	Сфокусировать внимание учащихся на важнейших умениях, которые необходимо освоить в адаптационный период (П)
6	Я умею преодолевать трудности	1			Разминка «Ролевая гимнастика. Упр.: «Вспомни и сделай», «Сумей понять», «Вопрос», «Тихо». Работа со сказкой. Работа в тетрадях стр.9-11.	Мотивировать учащихся к развитию силы воли и самоконтроля (Р)
7	Я умею слушать других	1			Разминка «Ролевая гимнастика». Упр.: «Я умею справляться с трудностями», «Слушать и слышать», «Запомни ответ», «Диалог», «Общий рисунок». Сказка. Работа в тетради стр.12-14.	Формирование и развитие коммуникативных умений (К)
8	Я умею учиться у ошибки	1			Разминка «Противоположности». Работа со сказкой. Упр.: «Чему может научить ошибка?». Сказка. Работа в тетради стр. 15-17.	Различать и опознавать свои положительные качества (П)
9	Я умею быть доброжелательным	1			Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Упр.-испытания «Первое», «Второе», «Третье», «Четвертое». Работа в тетради с. 18-21.	Анализировать и осмысливать свое поведение и поведение других (Л).
10	Я – доброжелательный	1			Разминка «Кому письмо?», «Качества доброжелательного человека», «Зачем нужны качества?», «Ищем хорошее качество, благодарим, извиняемся», «Желаем добра». Сказка. Тетрадь с. 22-24.	
11	Я умею быть ласковым	1			Сказка. Упр. «Ласковый взгляд», «Ласковое прикосновение», «Ласковые слова и интонации». Сказка. Тетрадь с.25-27.	
12	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задания вместе с другими.	1			Сказка. Упр. Нарисуй страну», «Что между странами?», «Как страны общаются?», «Общий рассказ». Тетрадь с.28-30.	
13	Я становлюсь	1			Сказка. Упр. «Кто умеет слышать мнение другого?», «Оружие для	

	сильным духом . Я умею слышать мнение другого.				защиты».	
14	Я умею слышать мнение другого	1			Работа в тетради с. 31-33.	
15	Я учусь решать конфликты	1			Сказка. Упр.: «Это конфликт?», «Придумай конфликт», «Инсценирование конфликта». Тетрадь с.34-36.	
16 17	Я умею разрешать конфликты	2			Упр. Разминка «Почему подрались дети?», «Испугаем по-разному». Сказка. Упр.: «Инсценируем конфликт», «Конфликт». Тетрадь с.37-39.	
18	Итоговое занятие по теме 1	1			Викторина по теме. Раскрашивание грамоты в рабочей тетради с. 40.	
Раздел 2. Мои чувства (13 часов)						
19	Радость. Что такое мимика	1			Разминка «Зайчик рассмеялся, зайчик испугался», «Раз, два, три, позу за мной повтори». Упр. «Закончи предложение», «Зоопарк», «Рисунок радости». Тетрадь с.41-42.	Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками (Р)
20	Радость. Что такое жесты?	1			Разминка «Угадай, где я иду?», «Превратись в животное», кричалка «Я очень хороший». Упр. «Радость можно выразить жестом», «Передай сообщение», «Объясни задание». Сказка. Тетрадь с. 43-44.	Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей (Л).
21	Радость. Как её доставить другому человеку?	1			Разминка «Угадай, где я иду?». Беседа. Упр. «Собираем добрые слова», «Скажи мишке добрые слова». Тетрадь с.45-47.	Различать эмоции радости, страха, гнева (П)
22	Радость можно передать прикосновением	1			Разминка «Муха», «Превратись в животное», «Фотоохота», кричалка «Ура успешной фотоохоте». Упр. «Радость можно передать прикосновением», «Котенок». Сказка. Тетрадь с.48-50.	
23	Грусть	1			Разминка «Покажи профессию», «Скажи да и нет». Упр. «Закончи предложение», «Грустные ситуации», «Котенок грустит». Сказка. Тетрадь с.51-53	Доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах (К)
24. 25	Страх	2			Упр. Разминка «Дотронься до..». Упр. «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Сказка. Тетрадь с. 54-56.	

26	Страх. Как его преодолеть?	1			Разминка «Неопределенные фигуры». Упр. «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки», «Закончи предложение». Сказка. Тетрадь с.57-59.	
27	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1			Разминка «Художники», «Попугай». Упр. «Покажи дневник маме». Сказка. Тетрадь с.60-62.	
28	Гнев и его польза	1			Разминка «Черная рука-белая рука». «Разозлились-одумались». «Поссорились-помирились». Упр. «Закончи предложение». Сказка. Тетрадь с.63-65.	
29	Обида	1			Разминка «Массаж чувствами», «Пусть всегда будет!», «Весеннее настроение». Упр. «Закончи предложение», «Какая у меня обида», «Напрасная обида». Сказка. Тетрадь с.66-68.	
30	Разные чувства.	1			Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме», «Шурум-бурум», «Море волнуется», «Волны». Упр. «Закончи предложение», «Ожившее чувство». Тетрадь с.69-71.	
31	Итоговое занятие	1			Виктория. Тетрадь с.72-75.	
32, 33	Итоговая диагностика	2			Выполнение тестов	Оценка УУД

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- **Дополнительная литература**
  1. Захаров А.И. «Психотерапия неврозов детей и подростков».
  2. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. Учебное пособие. Российское педагогическое агентство, 1997.
  3. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1997. – 240с., ил.
  4. Хухлаева Ольга: Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4 класс). Рабочие тетради 1,2,3,4 класс.-Генезис, 2014.
- **Оборудование**  
Компьютер, ксерокс, принтер, сканер, записи со спокойной музыкой, дидактический материал и раздаточный материал к занятиям (уже готовый или изготовленный самостоятельно), магнитная доска с магнитами (переносная и настенная), маркеры, ватманы, бумага формата А4, ручки, цветные и простые карандаши, краски, кисти, клей,

скотч, ножницы, уголок психолога с цветными плакатами (стенд), папки – планшеты (на случай малого количества парт), психологические открытки. Диски с программами компьютерной обработки данных диагностики. Старые журналы.

#### РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ КУРСА

1 уровень – низкий (школьная дезадаптация или низкая степень адаптации очень низкое, слабое или неравномерное развитие диагностируемых УУД).

2 уровень – средний уровень, средняя норма (средняя адаптация, развитие диагностируемых УУД в пределах нормы).

3 уровень – высокий (хорошая адаптация, незначительное присутствие факторов дезадаптации, высокое развитие диагностируемых УУД).

В результате посещения занятий по программе «Азбука общения/тропинка к своему Я» ученики младшей школы научатся: 1) Понимать себя. 2) Взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями.