Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей имени А. Г. Баженова»

Приложение к основной образовательной программе
начального общего образования

Тимченко Ирина Владимировна

Подписано цифровой подписью: Тимченко Ирина Владимировна
Дата: 2021.09.15 16:34:50 +07'00'

Рабочая программа по внеурочной деятельности

«Психологическая азбука. Общение»

социальное направление

1- 4 класс

Результаты освоения курса внеурочной деятельности
«Психологическая азбука. Общение»
1 класс

Личностные результаты:

1.Оценивание простых ситуаций как «хороших» или «плохих» с позиции общепринятых нравственных ценностей.

2.Выбор поступка в однозначно оцениваемых ситуациях на основе известных и простых общепринятых правил «доброго», «безопасного», «красивого», «правильного» поведения.

3.Сопереживание в радостях и в бедах за «своих» (близких, друзей, одноклассников) и других не похожих на тебя людей.

4.Умение чувствовать настроение, внутренний мир другого человека, понимать его отношение к себе.

5.Признание своих плохих поступков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

1.Определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий по решению проблемы с помощью психолога.

2.Учиться работать по предложенному плану с помощью психолога.

3.Учиться совместно давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

4.Делать выводы относительно своих возможностей, анализировать свои сильные и слабые стороны.

5.Находить средства для использования новых знаний о себе в реальной жизни и учебе.

Познавательные УУД:

1.Знакомство со своим «Я», его узнавание и выражение.

2.Переработка информации для получения необходимого результата.

3.Подбор моральных качеств личности на основе парности этих качеств.

4.Делать выводы в результате совместной работы пары, группы..

Коммуникативные УУД:

1.Оформлять свои мысли в устной (на уровне небольшого текста) и письменной форме (на уровне предложения).

2.Слушать и понимать речь других.

3.Активизировать речь за счет слов, обозначающих различные качества.

4.Не бояться сделать ошибку, совершить глупость и быть осмеянным.

5.Учиться работать в паре, группе.

Форма промежуточной аттестации по внеурочной деятельности «Психологическая азбука. Общение»: ролевая игра «Королевство Внутреннего Мира».

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел 1. Я теперь школьник (4 ч) (групповая форма, практические занятия)
Механизм полимотивированного действия. Актуальные желания и мотивы поведения. мотивация достижения результата.

Раздел 2. Введение в мир психологии (6 ч) (групповая форма, практические занятия)
Мотивация на самопознание и самоизменение; зачатки осознания своих достоинств и недостатков; умение работать в паре.

Раздел 3. Психика и познание мира (10 ч) (групповая форма, практические занятия)
Осознание важности развития ощущения, восприятия, внимания, памяти и мышления. Анализ, сравнение, обобщение. Навык думать сообща.

Раздел 4. Темперамент и характер (7 ч) (групповая форма, практические занятия)
Знакомство с понятиями «темперамент и характер». Типы темперамента и способы их проявления. Правила поведения при различных типах темперамента.

Раздел 5. Я и эмоции (7 ч) (групповая форма, практические занятия)
Богатство и разнообразие эмоций. Расширение активного словаря понятий, обозначающих эмоции. Мимический и жестовый репертуар выражения эмоций.

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы (раздела)	Количество часов	
		теория	практика
	Раздел 1. Я теперь школьник (4 ч)	**0,5**	**3,5**
1	Знакомство.	0,5	0,5
2	Я теперь школьник.		1
3	Что значит быть школьником?		1
4	Знакомство с Пси-Магом.		1
	Раздел 2. Введение в мир психологии (6 ч)	**1**	**5**
5	Королевство внутреннего мира.	0,5	0,5
6	Сказка о волшебных зеркалах - 1.	0,5	0,5
7	Сказка о волшебных зеркалах - 2.		1
8	Что я знаю о себе.		2
9	Что я знаю о себе и других.		2
10	Я - это кто?		2
	Раздел 3. Психика и познание мира (10 ч)	**2**	**8**
11	Мои ощущения.	0,5	0,5
12	Мое восприятие мира.		1
13	Мое внимание.	0,5	0,5
14	Как быть внимательным?		1
15	Развиваем внимание.		1
16	Я умею быть внимательным.		1
17	Моя память.	0,5	0,5
8	Развиваем память.		1
19	Моё мышление.	0,5	0,6
20	Развиваем мышление.		1
	Раздел 4. Темперамент и характер (7 ч)	**1**	**6**
21	Что такое темперамент?	0,5	0,5
22	Типы темперамента.		1
23	Разные люди – разные типы темперамента.		1
24	Разные люди – разные характеры.		1
25	Какой характер у меня?	0,5	0,5
26	Какой характер у других?		1
27	Мой характер: оценим недостатки.		1
	Раздел 5. Я и эмоции (7 ч)	**1**	**6**
28	Что такое эмоции?	0,5	0,5
29	Какие бывают эмоции?		1
30	Что я знаю о своих эмоциях?		1
31	Волшебная страна чувствоведов.		1
32	Королевство Внутреннего мира.	0,5	0,5
33 34	Ролевая игра «Королевство Внутреннего мира».		2

Результаты освоения курса внеурочной деятельности
«Психологическая азбука. Общение»
2 класс

Личностные результаты

1.Формирование «стартовой» мотивации к изучению нового материала.

2.Формирование устойчивой мотивации к исследовательской деятельности (анализу).

3.Формирование устойчивой мотивации к обучению на основе алгоритма выполнения заданий.

4.Формирование устойчивой мотивации к самостоятельной и коллективной аналитической деятельности.

5.Формирование интереса к творческой деятельности.

6.Формирование познавательного интереса к предмету исследований.

7.Формирование этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.

8.Формирование устойчивой мотивации к обучению и самосовершенствованию.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

1.Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию.

2.Применять методы информационного поиска.

3.Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к выбору в ситуации мотивационного конфликта, свою потребность к преодолению препятствий.

4.Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.

5.Формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональныхъ состояний.

6.Формировать ситуацию саморегуляции в совместном решении задач.

Познавательные УУД:

1.Уметь искать и выделять необходимую информацию, определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии.

2.Уметь устанавливать аналогии, ориентироваться в разнообразии способов решения задач.

3.Уметь строить сообщение исследовательского характера в устной форме.

4.Узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием (формировать умения работать по алгоритмам).

5.Выделять и формулировать цель.

6.Уметь синтезировать полученную информацию для составления аргументированного ответа.

Коммуникативные УУД:

1.Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.

2. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов.

3.Использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений.

4.Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.

5.Представлять конкретное содержание и сообщать его в письменной и устной форме.

6.Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.

7.Формировать навыки работы в группе.

Форма промежуточной аттестации по внеурочной деятельности «Психологическая азбука. Общение»: ролевая игра «Учимся преодолевать трудности».

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел 1. Введение в мир психологии (2 ч) (групповая форма, практические занятия)
Мотивация на самопознание и самоизменение; зачатки осознания своих достоинств и недостатков; умение работать в паре.

Раздел 2. Я и мои желания (4 ч)) (групповая форма, практические занятия)
Механизм полимотивированного действия. Актуальные желания и мотивы поведения. Мотивация достижения результата.

Раздел 3. Вспомним чувства (3 ч)) (групповая форма, практические занятия)
Актуализация у детей знания об эмоциональной сфере человека. Навыки саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.

Раздел 4. Качества людей (17 ч)) (групповая форма, практические занятия)
Понятие «качества людей». Исследование своих качеств и особенностей. Позитивное отношение к своему «Я». Уверенность в себе.

Раздел 5. Какой Я? – какой Ты? (8 ч)) (групповая форма, практические занятия)
Позитивное отношение к своему «Я» и «Я» другого человека. Уверенность в себе и самостоятельность.

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы (раздела)	Количество часов	
		теория	практика
	Раздел 1. Введение в психологию (2 ч)	**0,5**	**1,5**
1	Мы рады встрече…	0,5	0,5
2	Мои летние впечатления.		1
	Раздел 2. Я и мои желания (4 ч)	**1**	**3**
3	Мои желания.	0,5	0,5
4	Борьба мотивов.	0,5	0,5
5	Мои мотивы.		1
6	Какие мотивы у других?		1
	Раздел 3. Вспомним чувства (3 ч)	**0,5**	**2,5**
7	Понимаем чувства другого.	0,5	0,5
8	Мы испытываем разные чувства.		1
9	Мы испытываем разные чувства.		1
	Раздел 4. Качества людей (17 ч)	**2,5**	**14,5**
10	Люди отличаются друг от друга своими качествами.	0,5	0,5
11	Хорошие качества людей.		1
12	Самое важное хорошее качество.		1
13	Кто такой сердечный человек?	0,5	0,5
14	Кто такой сердечный человек?		1
15	Кого называют «доброжелательным человеком»?	0,5	0,5
16	Кого называют «доброжелательным человеком»?		1
17	Трудно ли быть доброжелательным человеком?		1
18	Я желаю добра ребятам в классе.		1
19	Я желаю добра ребятам в классе.		1
20	Чистое сердце.	0,5	0,5
21	Чистое сердце.		1
22	Какие качества нам нравятся друг в друге?		1
23	Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?		1
24	Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?		1
25	Каждый человек уникален.		1
26	В каждом человеке есть темные и светлые качества.	0,5	0,5
	Раздел 5. Какой Я? – Какой Ты? (8 ч)	**1**	**7**
27	Какой Я?	0,5	0,5
28	Какой Я?		1
29	Какой Ты?		1

30	Какой ты? Учимся договариваться		1
31	Какой ты? Учимся договариваться		1
32	Трудности второклассника в школе, дома, на улице.	0,5	0,5
33 34	Ролевая игра «Учимся преодолевать трудности».		2

Результаты освоения курса внеурочной деятельности
«Психологическая азбука. Общение»
3 класс

Личностные результаты

1.Эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.

2.Усвоение моральных ценностей: дружба, настоящий друг, индивидуальность, понимание друг друга, толерантность.

3.Объяснение самому себе: какие собственные привычки нравятся/нет; что делаю с удовольствием, а что нет.

4.Выбор поступка в однозначно оцениваемых ситуациях.

5.Признание своих плохих поступков.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

1. Определять конкретные цели своих поступков, искать и находить, выбирая из множества вариантов, средства достижения этих целей.

2.Высказывать свою версию, пытаться предлагать способ ее проверки.

3.Работая по предложенному плану, использовать необходимые средства (книгу, энциклопедию, ресурсы библиотеки и Интернета).

4.Определять успешность выполнения своего задания в диалоге с психологом.

Познавательные УУД:

1. Разгадывать психологические загадки.

2.Делать выводы в результате совместной работы класса и психолога.

3.Подробно пересказывать небольшие по объему тексты.

4.Рефлексия способов и условий общения.

Коммуникативные УУД:

1.Осознание важности общения со сверстниками и взрослыми.

2.Умение формулировать собственное мнение и позицию.

3.Допускать возможность существования различных точек зрения, в т.ч. не совпадающих с собственной.

4.Ориентироваться на позицию партнера в общении.

5.Учитывать разные мнения и стремиться к координации разных позиций в сотрудничестве.

6.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в т.ч. при столкновении интересов.

7.Эмоционально позитивное отношение к процессу сотрудничества.

8.Адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач.

9.Строить понятные для партнера высказывания, учитывая, что партнер знает и видит, а что нет.

Форма промежуточной аттестации по внеурочной деятельности «Психологическая азбука. Общение»: ролевая игра «Мы умеем сопереживать».

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел 1. Введение в психологию общения (4 ч) (групповая форма, практические занятия)
Интерес к психологии общения, самопознанию и рефлексии. Навыки эффективного сотрудничества. Отношения с одноклассниками. Собственные коммуникативные возможности. Мои желания. Согласованные действия. Интерес к своему Я. Рефлексивная позиция в общении.
Раздел 2.Психология отношений: я – ты – он/она = мы (13 ч) (групповая форма, практические занятия)
Причины ссор. Экспрессивные способности. Конфликт и контакт. Навыки сотрудничества. Качества, необходимые для эффективного взаимодействия. Ценность глубоких и содержательных контактов между людьми. Навыки невербального взаимодействия. Толерантное отношения к «другим». Опыт сотрудничества и конкуренции. Особенности своего отношения к представителям противоположного пола. Позитивные установки по отношению друг к другу в ходе совместного принятия группового решения. Ценность дружеских отношений между людьми. Толерантное отношение к другому мнению в ситуации совместного принятия группового решения.
Раздел 3. Сокровища и тайны дружбы (9 ч) (групповая форма, практические занятия)
Знакомство с содержанием понятия «дружба». Навыки взаимодействия и сотрудничества в команде, содействие возникновению у членов команды чувства «мы»; разработка правил доброжелательного и эффективного общения. Круг ближайшего общения. Способность самовыражения. Сходные черты у разных людей и важность этого сходства для общения; осознание своего сходства с другим. Умение учитывать мнения разных людей.
Психологические различия людей и важность наличия этих различий для общения; осознание своих отличий от других. Взаимопонимание, ценность уникальности и индивидуальности каждого человека. Собственная точка зрения и точка зрения других людей; толерантность к другой точке зрения. Ценность дружеских отношений.
Качества, присущие другу; значимость различий и сходств в дружеских отношениях. Представление себя в общении. Невербальное выражение своего «Я». Согласованные действия.
Раздел 4. Поддержка в общении (4 ч) (групповая форма, практические занятия)
Комплимент, формулы комплимента; значимость комплиментов для поддержания комфортных взаимоотношений. Навык оказания психологической поддержки. Осознание и раскрытие в общении собственных достоинств, способностей, достижений; актуализация чувства самоценности и самоуважения. Отношение других людей. Опыт самопринятия и принятия других.
Раздел 5. Сочувствие и сопереживание (4 ч) (групповая форма, практические занятия)
Роль эмоций в общении; смена своих эмоций и собственное влияние на эмоции других в общении; расширение эмоционального словаря. Динамика своих эмоций и влияние других людей. Чувствительность к восприятию эмоций других людей. Адекватное выражение своих эмоции и чувств. Понимание эмоций других людей.

Тематическое планирование

№№ п/п	Тема занятия	Количество часов	
		теория	практика
Раздел 1. Введение в психологию общения (4 ч).		**0,5**	**3,5**
1	Новая встреча с психологией.	0,5	0,5
2	Начало путешествия в Страну Общения.		1
3	Что взять с собой в путешествие?		1
4	Что я знаю о себе?		1
Раздел 2. Психология отношений: ты – я - он/она = мы (13 ч)		**1**	**12**
5	Как и почему люди начинают ссоры?	0,5	0,5
6	Сказка о конфликте и контакте.		1
7	Качества, важные для общения.		1

8 9	Какие мы в общении?		2
10	Я общительный или замкнутый?		1
11	Королевство разорванных связей.	0,5	0,5
12	Королевство Разорванных связей.		1
13 14	Свои и чужие.		2
15	Девчонки + мальчишки.		1
16 17	Друзья и недруги.		2
Раздел 3. Сокровища и тайны дружбы (9 ч)		**1,5**	**7,5**
18	Дружба = это …	0,5	0,5
19	Мы – дружная команда!		1
20	Правила доброжелательного общения.	0,5	0,5
21	Дружная страна.		1
22	Как мы все похожи!		1
23	Какие мы все разные!		1
24 25	Сказка о Другой Точке зрения.	0,5	1,5
26	Скажи мне, кто твой друг.		1
Раздел 4. Поддержка в общении (4 ч)		**0,5**	**3,5**
27	Комплимент – это	0,5	0,5
28	«Что другие ценят во мне? Что я ценю в себе?»		1
29 30	«Давайте говорить друг другу комплименты!»		2
Раздел5. Сочувствие и сопереживание (4 ч)		**0,5**	**3,5**
31	Как мы переживаем эмоции?	0,5	0,5
32	Как умеем выражать свои эмоции!		1
33	Как мы понимаем эмоции других?		1
34	Ролевая игра «Мы умеем сопереживать!»		1

Результаты освоения курса внеурочной деятельности
«Психологическая азбука. Общение»
4 класс

Личностные результаты

1.Формирование ценностного отношения к общению.
2.Эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.
3.Усвоение нравственных ценностей.
4.Формирование положительной адекватной самооценки.
5.Умение видеть свои достоинства и недостатки.
6.Мотивация на дальнейшее самопознание и саморазвитие.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

1.Проверять эффективность выбранных путей действиями, ошибаясь и исправляя ошибки, опытом чувств или прошлых аналогичных ситуаций.
2.Учиться предвидеть конечный результат.
3.Делать выводы относительно своих возможностей, анализировать свои сильные и слабые стороны.
4.Регулировать различные сферы психической жизни, складывающиеся из конкретных контролируемых умений.
5.Находить средства для использования новых знаний о себе в реальной жизни и учебе.

Познавательные УУД:

1.Находить ответы на вопросы, используя книгу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.

2.Перерабатывать информацию для получения необходимого результата.

3.Подбирать моральные качества личности на основе парности этих качеств.

4.Делать выводы в результате совместной работы пары, группы.

Коммуникативные УУД:

1.Осознавать важность познания и улучшения навыков общения.

2.Уметь адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач.

3.Формулировать собственное мнение и позицию

4.Задавать партнерам вопросы, необходимые для совместного решения задачи.

5.Уметь слушать партнера.

6.Координировать в ходе сотрудничества разные точки зрения.

7.Договариваться и приходить к общему решению, в т.ч. в при столкновении интересов.

8.Формировать качества, необходимые для эффективного взаимодействия и сотрудничества.

Форма промежуточной аттестации по внеурочной деятельности «Психологическая азбука. Общение»: психологическая игра «До свидания, Психологическая азбука!»

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел 1. Приглашение в Страну Общения (4 ч) (групповая форма, практические занятия)
Изучение своего внутреннего мира. Коммуникативные навыки. Навык рефлексии. Поддержка. Собственные достоинства, способности, достижения. Рефлексивная позиция в сфере общения. Экспрессивные способности и навыки эффективного взаимодействия и сотрудничества.

Раздел 2. Инструменты Общения (10 ч) (групповая форма, практические занятия)
Знакомство с понятием «слушать»; развитие умения слушать. Различие понятий «слушать» и «слышать»; возможность побывать в роли говорящих и слушающих. Активное слушание, его значимость; умение формулировать вопросы для правильного понимания собеседника. Навык активного слушания: задавать уточняющие вопросы, выражать поддержку и понимание говорящему. Неречевые средства общения. Общение с помощью неречевых средств: жестов, мимики, взгляда, соблюдения дистанции. Значимость грамотной речи для правильного понимания друг друга в общении. Навыки эффективного речевого взаимодействия. Убеждение собеседника..

Раздел 3. Осторожно: Общение! (13 ч) (групповая форма, практические занятия)
Сотрудничество в ситуации совместного поиска новой информации; навыки взаимодействия и сотрудничества в команде. Обобщение информации и точная ее передача. Пробуждение интереса к истории своего имени; уникальность и глубина своей личности. Актуализация ценности семейных отношений; осознание своих чувств по отношению к различным членам семьи. Роль негативных эмоций в общении. Пониманию чужих эмоций по выражению лица, жестам, взглядам; выражение своих эмоций с помощью неречевых средств.

Раздел 4. Здравствуй, Страна Общения! (7 ч) (групповая форма, практические занятия)
Качества, важные для общения; значимость позитивной установки для комфортного общения. Важность внимательного отношения к другому, понимание внутреннего мира другого человека. Идентификация со сказочными персонажами. Навыки взаимодействия в команде. Правила комфортного общения. Навык сотрудничества Полученный опыт как актуальный ресурс для решения новых коммуникативных задач. Обобщение изученного материала.

Тематическое планирование

№№ пп	Тема занятия	Количество часов	
		теория	Практика
	Раздел 1. Приглашение в Страну Общения (4 ч)	**0,5**	**3,5**
1	Психология – знакомая незнакомка.	0,5	0,5
2	Я - это интересно.		1
3	Что мы знаем об общении?		1
4	Общение – дело общее.		1
	Раздел 2. Инструменты Общения (10ч)	**1,5**	**8,5**
5	Как хорошо уметь… слушать.	0,5	0,5
6	Активное и пассивное слушание.		1
7	Как важно уметь задавать вопросы.	0,5	0,5Ё
8	Практикум активного слушания.		1
9	Поговорим без слов.	0,5	0,5
10	Практикум неречевого общения.		1
11	Речь.		1
12	Берегите, пожалуйста, речь!		1
13	А умеете ли Вы спорить?		1
14	Чемоданчик Мастера Общения.		1
	Раздел 3, Осторожно: Общение! (13 ч)	**2**	**11**
15	В море знаний.	0,5	0,5
16	Коротко да ясно, от того и прекрасно.		1
17	Имя мое…	0,5	0,5
18	Моя семья.		1
19	В пещере эмоциональных взрывов.	0,5	0,5
20 21	Научно-практическое исследование конфликтов.		2
22	Конфликт и Я.	0,5	0,5
23	Конфликт и Ты.		1
24	Конфликт и Мы.		1
25	Выиграть – проиграть.		1
26	Сказка о Понимании.		1
27	День рождения – день творения.		1
	Раздел 4. Злравствуй, Страна Общения! (7 ч)	**1**	**6**
28	Могу и хочу	0,5	0,5
29	Когда приходит понимание?	0,5	0,5
30	По дороге сказок.		1
31	В королевстве…		1
32	Встреча с Мастером Общения.		1
33 34	Психологическая игра «До свидания, Психологическая азбука!»		2