

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Информационно-технологический лицей №24  
имени Героя Советского Союза  
Черезова Аркадия Степановича»**

СОГЛАСОВАНА  
на заседании методического  
совета протокол № 5 от  
28.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ «ИТ- лицей №24»  
\_\_\_\_\_ О.М. Грудцина  
Приказ № 230 п.2 от 29.08.2024 г.

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

Возраст обучающихся: 7-8 лет  
Срок реализации: 1 год

Составитель:  
Жучкова Екатерина Викторовна,  
Педагог дополнительного образования

Ижевск 2024

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психологическая азбука лицеиста» имеет **социально-гуманитарную направленность**.

**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 быстроменяющемся мире.

**Новизна.** В связи с вышесказанным, считаем целесообразным психолого-педагогическое сопровождение обучающихся младшего школьного возраста, основанное на практике психологического просвещения с 1 класса.

### **Нормативные документы для разработки программы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказ Минобрнауки РФ от 06.10.2009 № 373 - ФГОС начального общего образования (1-4 кл.)
3. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей – в редакции от 22.02.97 № 212
4. Письмо Минобрнауки России от 11.02.2000 г. №101/28-16 «О повышении воспитательного потенциала общеобразовательного процесса в общеобразовательном учреждении».

**Цель** – научить ребенка использовать психологические знания для быстрой и максимально безболезненной адаптации и адекватного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в социуме.

### **Задачи:**

1. формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки;
2. снижение уровня школьной тревожности;

3. создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых требований;
4. формирование психологической готовности к обучению, работа надличностными, регулятивными и коммуникативными УУД;
5. развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и взрослыми;
6. формирование социально приемлемых форм поведения в обществе.

**Уровень сложности:** ознакомительный.

**Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной программы:** 7-8 лет.

**Адресат программы:** обучающиеся 1-ых классов, родители (законные представители) и педагоги МБОУ «ИТ-лицей №24».

**Сроки реализации программы:** с 1 октября 2024 по 31 мая 2025.

**Педагогические средства:**

- специально организованная среда;
- специально организованные занятия;
- физкультминутки;
- игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками);
- работа с книгой;
- инсценировки;
- праздники и соревнования;
- диагностика и контроль.

**Формы работы:**

- тренинги;
- беседы и дискуссии;
- игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками);
- релаксационные упражнения;
- работа с книгой;
- работа с притчами.

**Режим занятия:** занятие проходит раз в неделю длительностью 1 час, за весь год обучения 30 часов.

### **Ожидаемые, планируемые результаты**

**Предметные результаты.**

- освоение правил поведения в лицее;
- отличие дошкольника от лицеиста;

-изучение когнитивных функций человека: память, внимание, мышление, воображение;

-ощущение и восприятие, каналы получения информации об окружающем мире;

-понятие о темпераменте и типах темперамента;

-понятие о чертах характера, изучение собственных плюсов и минусов;

-эмоции и виды эмоций, их мимические проявления.

#### ***Личностные результаты.***

- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,

- умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни,

- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

***Метапредметными результатами*** изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

#### ***Регулятивные УУД:***

- организовывать свое рабочее место под руководством учителя,
- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми,

- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста,

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя,

- определять план выполнения заданий внеурочной деятельности, жизненных ситуациях под руководством учителя,

- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению,

- строить речевое высказывание в устной форме.
- уметь справляться со страхами, обидами, гневом.

***Познавательные УУД:***

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя,
- учиться исследовать свои качества и свои особенности,
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя,
- учиться наблюдать,
- моделировать ситуацию с помощью учителя,
- сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие,
- группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.

***Коммуникативные УУД:***

- соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить,
- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах,
- учиться работать в паре и в группе,
- выполнять различные роли,
- слушать и понимать речь других ребят,
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией,
- уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников.

**Формы контроля и способы проверки результатов:**

- Диагностика (групповая или индивидуальная);
- Применение проективных методик диагностики;
- Наблюдение.

**Итогом программы** является диагностическая работа по адаптации к лицу первоклассников методом проективного теста «Я в лице».

### Учебно-тематический план

| №<br>п/п      | Наименование раздела      | Количество часов |           |           |
|---------------|---------------------------|------------------|-----------|-----------|
|               |                           | Всего            | Теория    | Практика  |
| 1             | Я теперь школьник         | 3                | 1         | 2         |
| 2             | Введение в мир психологии | 6                | 2         | 4         |
| 3             | Психика и познание мира   | 6                | 3         | 3         |
| 4             | Темперамент и характер    | 7                | 3         | 4         |
| 5             | Я и мои эмоции            | 8                | 3         | 5         |
| <b>Итого:</b> |                           | <b>30</b>        | <b>12</b> | <b>18</b> |

### Содержание дополнительной образовательной программы

#### Раздел 1. Я теперь школьник.

Теория: Осознание социальной позиции школьника. Правила поведения в Лицее.

Создание мотивации на познание самих себя.

Практика: Диагностика школьной адаптации.

#### Раздел 2. Введение в мир психологии.

Теория: Социальные роли. Уникальность собственной личности.

Практика: Развитие способности к самоанализу своих действий, поступков.

Познание себя и своих одноклассников.

#### Раздел 3. Психика и познание мира.

Теория: Ощущения и восприятие. Виды ощущений. Внимание и его свойства.

Концентрация, устойчивость, распределение и переключение внимания.

Практика: Развитие внимания и его свойств.

#### Раздел 4. Темперамент и характер.

Теория: Темперамент. Типы темперамента. Уникальность характера каждого человека. Положительные и отрицательные черты характера.

Практика: Развитие умения конструктивно оценивать себя и других.

#### Раздел 5. Я и мои эмоции.

Теория: Эмоции. Положительные, нейтральные и отрицательные эмоции.

Практика: Развитие способности понимать свои чувства и чувства других людей.

Способность к управлению негативными эмоциями.

## Методическое обеспечение курса

|                                                                 |                                                         |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <b>Приемы и методы организации образовательной деятельности</b> | Диагностика                                             |
|                                                                 | Беседа                                                  |
|                                                                 | Работа с книгой                                         |
|                                                                 | Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, групповые) |
|                                                                 | Релаксационные упражнения                               |
| <b>Дидактические материалы</b>                                  | Карточки с эмоциями                                     |
|                                                                 | Знаки «Правила поведения в школе»                       |
|                                                                 | Демонстрационный материал «Виды темперамента»           |
| <b>Техническое оснащение</b>                                    | Компьютер                                               |
|                                                                 | Проектор                                                |
|                                                                 | МФУ                                                     |
| <b>Информационные образовательные ресурсы</b>                   |                                                         |

### Оценочные материалы

Уровень освоения программы по **предметным** результатам определяется в процессе выполнения практических заданий на основе изучаемого материала.

При оценивании предмета нужно учитывать:

- объем знаний по образовательной программе
- понимание изучаемого, самостоятельность в работе,
- действенность знаний, умения применять их на практике

#### Диагностика предметных знаний

| Ф.И.О. | Знание правил поведения в лицее | Знание типов темперамента | Понятие «характер», положительные и отрицательные черты характера | Знание видов ощущений | Понятие «эмоции» и знание видов эмоций | Знание мимических проявлений эмоций |
|--------|---------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------|-------------------------------------|
|        |                                 |                           |                                                                   |                       |                                        |                                     |
|        |                                 |                           |                                                                   |                       |                                        |                                     |
|        |                                 |                           |                                                                   |                       |                                        |                                     |

«Высокий уровень»- (безошибочное выполнение)

«Выше среднего»- (допускается 1-2 ошибки)

«Средний» - (допускается 3-4 ошибки)

«Ниже среднего»- (допускается 5-8)

«Низкий» - (от 9-и выше ошибок)



Оценивание **метапредметных** результатов проходит на основе заполнения психолого-педагогической карты оценки развития метапредметных результатов обучающихся

### Диагностика по метапредметным результатам

#### Методические рекомендации по заполнению карты

1. Карта заполняется педагогом на основе наблюдений, результатов диагностики и рекомендаций психолога, 2 раза в год: октябрь-ноябрь и апрель-май (на группу первого года обучения).
2. После проведения диагностики педагогу необходимо сдать заполненную экспертную таблицу на 10 детей.

**Место для записей:**

| Ф.И.О. | Метапредметные компетенции                  |                                       |                                                  |                                                                         |                                                |                                                     |                                  |
|--------|---------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------|
|        | регулятивные универсальные учебные действия |                                       |                                                  |                                                                         | коммуникативные универсальные учебные действия |                                                     |                                  |
|        | Умение<br>поставить цель                    | Умение<br>организовать<br>свою работу | Умение<br>понимать<br>причины<br>успеха/неуспеха | Способность к<br>самостоятельн<br>ому поиску и<br>анализу<br>информации | Умение<br>эффективного<br>общения              | Умение<br>работать в<br>коллективе,<br>сотрудничать | Умение<br>разрешать<br>конфликты |
|        | 1 2 3                                       | 1 2 3                                 | 1 2 3                                            | 1 2 3                                                                   | 1 2 3                                          | 1 2 3                                               | 1 2 3                            |
|        | 1 2 3                                       | 1 2 3                                 | 1 2 3                                            | 1 2 3                                                                   | 1 2 3                                          | 1 2 3                                               | 1 2 3                            |
|        | 1 2 3                                       | 1 2 3                                 | 1 2 3                                            | 1 2 3                                                                   | 1 2 3                                          | 1 2 3                                               | 1 2 3                            |

**Инструкция:** опросник является вариантом экспертной оценки, заполняется педагогом на каждого ребенка по семи шкалам. Необходимо отметить степень выраженности каждого качества, с помощью четырехбалльной оценки, где: 1 – качество отсутствует у ребенка, 2 – выражено слабо и проявляется редко, 3 – выражено сильно и проявляется часто. Нужную цифру обвести в каждой графе.

Оценка личностных результатов в текущем образовательном процессе проводится на основе наблюдения и заполнения психолого-педагогической карты оценки личностного развития обучающихся младшего школьного возраста

### Диагностика по личностным результатам

| Ф.И.О. | Личностные свойства и качества |               |                                    |                                |             |                                  |
|--------|--------------------------------|---------------|------------------------------------|--------------------------------|-------------|----------------------------------|
|        | Уверенность в себе             | Общительность | Самостоятельность, ответственность | Открытость, доброжелательность | Тревожность | Агрессивность, раздражительность |
|        | 1 2 3                          | 1 2 3         | 1 2 3                              | 1 2 3                          | 1 2 3       | 1 2 3                            |
|        | 1 2 3                          | 1 2 3         | 1 2 3                              | 1 2 3                          | 1 2 3       | 1 2 3                            |
|        | 1 2 3                          | 1 2 3         | 1 2 3                              | 1 2 3                          | 1 2 3       | 1 2 3                            |
|        | 1 2 3                          | 1 2 3         | 1 2 3                              | 1 2 3                          | 1 2 3       | 1 2 3                            |
|        | 1 2 3                          | 1 2 3         | 1 2 3                              | 1 2 3                          | 1 2 3       | 1 2 3                            |

**Инструкция:** опросник является вариантом экспертной оценки, заполняется педагогом на каждого ребенка по семи шкалам. Необходимо отметить степень выраженности каждого качества, с помощью четырехбалльной оценки, где: 1 – качество отсутствует у ребенка, 2 – выражено слабо и проявляется редко, 3 – выражено сильно и проявляется часто. Нужную цифру обвести в каждой графе.

### Календарный учебный график

| Месяц            | Октябрь |   |   |   | Ноябрь |   |   |   | Декабрь |    |    |    | 01-09.01.<br>праздничные дни | Январь |    |    |    | Февраль |    |    |    | Март |    |    |    | Апрель |    |    |        | Май |    |   |    | ВСЕГО<br>часов по<br>ДООП |
|------------------|---------|---|---|---|--------|---|---|---|---------|----|----|----|------------------------------|--------|----|----|----|---------|----|----|----|------|----|----|----|--------|----|----|--------|-----|----|---|----|---------------------------|
|                  | 1       | 2 | 3 | 4 | 5      | 6 | 7 | 8 | 9       | 10 | 11 | 12 |                              | 13     | 14 | 15 | 16 | 17      | 18 | 19 | 20 | 21   | 22 | 23 | 24 | 25     | 26 | 27 | 28     | 29  | 30 |   |    |                           |
| № недели         |         |   |   |   |        |   |   |   |         |    |    |    |                              |        |    |    |    |         |    |    |    |      |    |    |    |        |    |    |        |     |    |   |    |                           |
| 1 год обуч.      | *1      | 1 | 1 | 1 | 1      | 1 | 1 | 1 | 1       | 1  | 1  | 1  |                              |        |    |    |    |         |    |    |    |      |    |    |    |        |    |    |        |     |    |   | 30 |                           |
| Вид деятельности | К<br>У  | У | У | У | У      | У | У | У | У       | У  | У  | У  | П<br>А                       | У      | У  | У  | У  | У       | У  | У  | У  | У    | У  | У  | У  | У      | У  | У  | И<br>А | У   | У  | У |    |                           |

\*-Начало учебных занятий у групп 1 года обучения начинается с даты, указанной в приказе по учреждению о начале учебного года.

У- учебные занятия

ПА- промежуточная аттестация (время проведения может быть выбрано в период с 12.12.24 по 20.01.25, в зависимости от содержания программы)

АИ- аттестация итоговая (период итоговой аттестации, может быть выбран в период с 17.04.25 по 12.05.25)

Р- резервное время

К- комплектование групп

### Список литературы

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. – СПб.: БХВ-Петербург, 2012. – 288 с.;
2. Аржакаева Т.А, Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1-м классе. 2-е изд. – М.: Генезис, 2013. – 144 с.;
3. Алябьева, Е.А. Психогимнастика в начальной школе. Методические материалы в помощь психологам и педагогам. / Е.А. Алябьева –М. : ТЦ Сфера,2006. – С.88;
4. Изотова Е.И. Эмоциональная сфера ребенка: теория и практика. – М.: МПГУ, 2014. – 157 с.;
5. Коррекционно-развивающая программа по формированию у детей начальной школы эмоциональной стабильности и коммуникативных навыков. /авт.-сост. Е.Д. Шваб // Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия (из опыта работы). – Волгоград: Учитель, 2007. – С.85;
6. Рахманкулова Р.Р. Программа работы по профилактике и коррекции дезадаптации у первоклассников. – Газета «Школьный психолог» № 18, 2003.