

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ГОРОДА БУЗУЛУКА

«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»

Рассмотрено на заседании ШМО  
протокол №1 от  
«27»августа 2024 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по кружку « Психологическая азбука »

Класс – 1

Количество часов -33

Программа разработана

Педагого-психологом

Габидуллиной ЛИ

БУЗУЛУК

2024 – 2025 уч. год

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности:**

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

### **Регулятивные УУД:**

- учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников;
- учиться прогнозировать последствия своих поступков;
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя;
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации;
- строить речевое высказывание в устной форме.

### **Познавательные УУД:**

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото);
- делать выводы в результате совместной работы в группе;
- учиться графически оформлять изучаемый материал;
- моделировать различные ситуации;
- усваивать разные способы запоминания информации.

### **Коммуникативные УУД:**

- учиться позитивно проявлять себя в общении;
- учиться договариваться и приходить к общему решению;
- учиться понимать эмоции и поступки других людей;
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов.

### **Личностные результаты:**

- определять и высказывать под руководством педагога самые простые;
- общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, при поддержке других участников группы и педагога, делать выбор, как поступить, опираясь на этические нормы;
- учиться выражать свои мысли, аргументировать;
- уметь выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков;
- сотрудничать с учителем и сверстниками в разных ситуациях.

### **Содержание курса.**

#### **Раздел № 1: «Чем люди отличаются друг от друга» - 9 часов.**

Тема № 1: Введение в мир психологии. Чем люди отличаются друг от друга? – 1 час

Мы рады встрече. Приветствие друг друга, выработка и принятие правил сотрудничества на уроке.

Тема № 2: Чем люди отличаются друг от друга? – 1 час

Эмоциональное приветствие друг друга. Игры «Вспомним чувства, Чувства - воспоминания». Рисунок «Радости». Актуализация у детей знания об эмоциональной сфере человека.

Тема №3: Хорошие качества людей – 1 час.

Развитие способности эмоционально откликаться на чувства другого.

Тема № 4: Самое важное хорошее качество- 1 час

Слушание, обсуждение, участие в игровых упражнениях, выполнение творческого задания. Беседа «Что значит слушать другого?», игра «Я умею справляться с трудностями».

Мы испытываем разные чувства.

Беседа, тренинговые упражнения, игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые), работа с книгой.

Направление работы учащихся на самопознание. Сочини рассказ из предложенных 4 – х чувств. Работа со сказкой «Сказка о мальчике, который боялся темноты».

Слушание, анализ, сочинение рассказа, фантазирование, участие в игровых ситуациях. Актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.

#### Тема №5: Кто такой доброжелательный человек – 1 час

Развитие способности эмоционально откликаться на чувства другого.

#### Тема № 6: Какие качества нам нравятся друг в друге – 1 час

Разнообразие чувств. Беседа, тренинговые упражнения, игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые), работа с книгой. Направление работы учащихся на самопознание. Слушание, анализ, сочинение рассказа, фантазирование, участие в игровых ситуациях. Актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека. Развитие способности эмоционально откликаться на чувства другого.

#### Тема № 7 - 9: (3 часа) Какими качествами мы похожи и чем отличаемся; В каждом человеке есть светлые и темные качества; Какой Я?

Актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.

Развитие способности эмоционально откликаться на чувства другого.

### **Раздел № 2: «Могу и делаю» - 15 часов.**

#### Темы № 10 - 11: (2 часа) «Какое бывает время»; « Могу и делаю».

Развитие желания исследовать и развивать свои качества и способности.

Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

#### Темы № 12 - 15: (4 часа) «Зачем нужна ответственность?», «Ответственность: шаг за шагом», «Ответственность в школе», «Я в ответе за свой выбор».

Закрепление познаний о человеческих качествах. Игры «Прояви себя в ситуации...», «В чем твоя сила?». Слушание, обсуждение темы урока, высказывание своего мнения, участие в игровых ситуациях. Расширение представлений детей о понятии «Качества людей». Углубленное осознание своих качеств и особенностей.

#### Темы № 16 - 18: (3 часа) «Трудности в школе, дома, на улице», «Школьные трудности», «Моя «учебная сила»».

Актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека. Развитие способности эмоционально откликаться на чувства другого.

Темы № 19 - 22: (4 часа) «Я умею управлять собой», «Я умею слушать других», «Я умею учиться у ошибки», «Я умею делать задание вместе с другими»

Расширение представлений детей о понятии «Качества людей». Углубленное осознание своих качеств и особенностей. Слушание, обсуждение темы урока, высказывание своего мнения, участие в игровых ситуациях, работа со сказкой «Пятерка и доброе сердце».

Темы № 23 - 24: (2 часа) «Я умею слышать мнение другого», «Как мы изменили мир вокруг».

Развитие способности самоконтроля, самоанализа, повышение психологической компетентности.

### **Раздел № 3: «Мои чувства» - 6 часов.**

Темы № 25 - 27: (3 часа) «Мы испытываем разные чувства? Какие бывают чувства», «Радость. Как ее доставить другому человеку?», «Грусть.».

Обучение навыком самоконтроля, снятия эмоционального и психофизического напряжения. Развитие способности самоконтроля, самоанализа, умения адекватно реагировать и справляться с возникающими трудностями.

Темы № 28 - 32: (5 часов) «Страх», «Страх и как его преодолеть», «Гнев. С какими чувствами он дружит?», «Обида», «Может ли гнев принести пользу?», «Просим прощения».

Развитие умения прислушиваться и свободно выражать свои ощущения, эмоции и чувства, осознавать их, понимать и контролировать свои эмоциональные состояния.

Тема №33: «Итоговое занятие» - 1 час Коллективная работа – рисунок «Я. ты. Мы».

### Тематическое планирование.

| № п/п                                       | Раздел/тема   | Количество часов | В том числе практических часов |
|---|---|------------------|--------------------------------|
| Раздел «Чем люди отличаются друг от друга». |   | 9                |                                |
| 1   | Введение в мир психологии. Чем люди отличаются друг от друга? | 1                |                                |
| 2   | Чем люди отличаются друг от друга?                            | 1                |                                |
| 3   | Хорошие качества людей  | 1                |                                |
| 4   | Самое важное хорошее качество                                 | 1                |                                |
| 5   | Кто такой доброжелательный человек                            | 1                |                                |
| 6   | Какие качества нам нравятся друг в друге                      | 1                |                                |
| 7   | Какими качествами мы похожи и чем отличаемся                  | 1                |                                |
| 8   | В каждом человеке есть светлые и темные качества              | 1                |                                |
| 9   | Какой Я?  | 1                |                                |
| Раздел «Могу и делаю»                       |   | 15               |                                |
| 10  | Какое бывает время  | 1                |                                |
| 11  | Могу и делаю  | 1                |                                |
| 12  | Зачем нужна ответственность?                                  | 1                |                                |
| 13  | Ответственность: шаг за шагом                                 | 1                |                                |
| 14  | Ответственность в школе                                       | 1                |                                |
| 15  | Я в ответе за свой выбор                                      | 1                |                                |
| 16  | Трудности в школе, дома, на улице                             | 1                |                                |
| 17  | Школьные трудности  | 1                |                                |
| 18  | Моя «учебная сила»  | 1                |                                |
| 19  | Я умею управлять собой  | 1                |                                |
| 20  | Я умею слушать других.  | 1                |                                |
| 21  | Я умею учиться у ошибки                                       | 1                |                                |
| 22  | Я умею делать задание вместе с другими                        | 1                |                                |
| 23  | Я умею слышать мнение другого                                 | 1                |                                |
| 24  | Как мы изменили мир вокруг                                    | 1                |                                |
| Раздел «Мои чувства»                        |   | 10               |                                |
| 25  | Мы испытываем разные чувства?<br>Какие бывают чувства.        | 1                |                                |
| 26  | Радость. Как ее доставить другому человеку?                   | 1                |                                |

|       |                                     |           |  |
|-------|-------------------------------------|-----------|--|
| 27    | Грусть.                             | <u>1</u>  |  |
| 28    | Страх                               | <u>1</u>  |  |
| 29    | Страх и как его преодолеть.         | <u>1</u>  |  |
| 30    | Гнев. С какими чувствами он дружит? | <u>1</u>  |  |
| 31    | Может ли гнев принести пользу?      | <u>1</u>  |  |
| 32    | Обида. Просим прощения              | <u>1</u>  |  |
| 33    | Итоговое занятие                    | <u>1</u>  |  |
| Итого |                                     | <u>33</u> |  |