

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? 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>	