

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 8 ИМЕНИ ГЕРОЯ  
СОВЕТСКОГО СОЮЗА ВИКТОРА ВАСИЛЬЕВИЧА ТАЛАЛИХИНА  
(МОУ – СОШ № 8 ИМ. В.В.ТАЛАЛИХИНА)**

---

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МОУ – СОШ № 8  
ИМ. В.В.ТАЛАЛИХИНА  
от «30» августа 2023г.  
№ 141-1/О

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности  
«Психологическая азбука»  
2023-2024 учебный год

Направление: социальное  
Класс: 4а  
Составитель: Сайкина Е.В., педагог-психолог

**Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Психологическая азбука» для обучающихся 4а класса на 2023 – 2024 учебный год составлена и разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64100);

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 “Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования” (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74229);

- Методическими рекомендациями по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности от 18 августа 2017 г. № 09-1672;

- Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. №ТВ–1290/03 «О направлении методических рекомендаций» (Информационно- методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования);

- Положением о рабочей программе по внеурочной деятельности МОУ – СОШ №8 ИМ. В.В.ТАЛАЛИХИНА от 20 марта 2020 г.№ 52-3/О;

- на основе курса занятий Хухлаевой О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (1-4 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2019. – 207 с.

**Цель:** формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

#### **Задачи:**

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

#### **Общая характеристика курса**

Рабочая программа по внеурочной деятельности "Психологическая азбука" предназначена для обучающихся 4 класса, составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся. Данная программа способствует достижению учеником личностных и метапредметных результатов, а также обеспечивает всестороннее и гармоничное развитие учащихся младшего школьного возраста, создавая условия для их успешной адаптации к школьной жизни.

Занятия включают в себя наиболее актуальные для младшего школьного возраста темы: как подружиться с одноклассниками, как стать успешным в школе, как понимать других и избежать проблем в общении.

Также уделяется большое внимание изучению особенностей эмоционально-волевой сферы, обретению уверенности в собственных силах, умению самостоятельно решать проблемы.

Формы проведения занятий: рассказ, беседа, диалог, элементы дискуссий, проблемные ситуации, презентации, интерактивные игры, конференции, конкурсы, беседы, игры, коллективно-творческие работы.

Форма подведения итогов прохождения программы: «Практическая работа «Мое прошлое, настоящее и будущее» (сочинение + рисунок).

Программа рассчитана на обучающихся 4 класса (10 – 11 лет).

### **Место курса в плане внеурочной деятельности**

По плану внеурочной деятельности МОУ-СОШ № 8 ИМ. В.В.ТАЛАЛИХИНА на 2023-2024 учебный год на курс социального направления «Психологическая азбука» в 4 классе отводится 34 часа (1 час в неделю, 34 учебные недели).

Продолжительность одного занятия – 45 минут.

### **Планируемые результаты**

В результате работы по данной программе у учащихся должны быть сформированы следующие универсальные учебные действия:

#### **Личностные результаты:**

- уметь выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах творческой деятельности;
- знать правила общения с другими людьми;
- иметь представление о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению;
- формировать знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития.

#### **Регулятивные УУД:**

- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого;
- соотносить результат с целью и оценивать его;
- определять и формулировать цель в совместной работе;
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми;
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит;
- извлекать необходимую информацию из текста.

**Познавательные УУД:**

- адекватно воспринимать оценку учителя;
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения;
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях;
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию;
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта,

**Коммуникативные УУД:**

- учиться толерантному отношению к другому мнению;
- учиться контролировать свою речь и поступки;
- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учиться грамотно, задавать вопросы и участвовать в диалоге;
- формулировать своё собственное мнение и позицию;
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении.

**Содержание курса****Тема 1. Кто я? Мои особенности и возможности (12 часов)**

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника? Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленюшка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля! Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь? Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие». Мой выбор, мой путь. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь. Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю.

**Тема 2. Мой класс и мои друзья (11 часов)**

Мои друзья - мальчики и девочки. Мои одноклассники - какие они? Мальчик и девочка. Культура общения полов. Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки. Как правильно познакомиться? Как правильно держать себя, чтобы понравиться? Лидерство в классе. Конфликты в классе. Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях. Взаимопомощь в классе.

**Тема 3. Мое прошлое, настоящее, будущее (11 часов)**

Я расту, я изменяюсь. Моё детство. Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю? Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть. Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас. Каким я буду,

когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе? Как заглянуть во взрослый мир? Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас. Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела	Количество часов
1.	Кто я? Мои особенности и возможности	12
2.	Мой класс и мои друзья	11
3.	Мое прошлое, настоящее, будущее	11
	Итого	34

### Календарно – тематическое планирование

№ занятия п/п	Дата по плану	Дата по факту	Тема занятий	Кол-во часов	Форма проведения
<b>Кто я? Мои особенности и возможности (12 часов)</b>					
1	01.09		Как я изменился летом?	1	Беседа, обсуждение
2	08.09		Кто я?	1	Слушание сказки, обсуждение
3	15.09		Расту = взрослому	1	Беседа, обсуждение
4	22.09		Мои способности	1	Индивидуальный рисунок
5	29.09		Мои интересы	1	Задания, ребусы.
6	06.10		Успех, какой он бывает?	1	Беседа, обсуждение
7	20.10		Мой путь к успеху	1	Составление плана своих действий для успешного достижения цели
8	27.10		Внутренний мир – что это такое?	1	Беседа, обсуждение

9	03.11		Мой внутренний мир	1	Индивидуальный рисунок
10	10.11		Уникальность внутреннего мира	1	Индивидуальный рисунок
11	17.11		Мой внутренний мир и мои друзья	1	Упражнения на развитие коммуникативных навыков
12	01.12		Я и мои друзья	1	Упражнения на развитие коммуникативных навыков
<b>Мой класс и мои друзья (11 часов)</b>					
13	08.12		Мои друзья – девочки	1	Квест – игра
14	15.12		Мои друзья – мальчики	1	Квест – игра
15	22.12		Мои друзья: и девочки, и мальчики	1	Квест - игра
16	29.12		Мой класс	1	Упражнения на развитие коммуникативных навыков
17	12.01		Мои одноклассники	1	Упражнения на развитие коммуникативных навыков
18	19.01		Мои одноклассники – какие они?	1	Индивидуальный рисунок
19	26.01		Какие ученики мои одноклассники?	1	Беседа, обсуждение
20	02.02		Лидерство	1	Слушание сказки, обсуждение

21	09.02		Лидерство в классе	1	Беседа, обсуждение
22	16.02		Конфликты в классе	1	Упражнения на развитие коммуникативных навыков
23	01.03		Взаимопомощь в классе	1	Групповая работа
<b>Мое прошлое, настоящее, будущее (11 часов)</b>					
24	15.03		Мое детство	1	Индивидуальный рисунок
25	22.03		Я был когда-то маленький...	1	Индивидуальный рисунок
26	29.03		Мое настоящее	1	Придумывание сказки с вымышленным персонажем
27	05.04		Какой я сегодня?	1	Беседа, обсуждение
28	19.04		Мое будущее	1	Индивидуальный рисунок
29	26.04		Каким я хочу стать?	1	Индивидуальный рисунок
30	03.05		Мой будущий дом	1	Индивидуальный рисунок
31	17.05		Моя будущая профессия	1	Индивидуальный рисунок
32	24.05		Мое близкое будущее – 5 класс	1	Беседа, обсуждение



33	31.05		Что нового меня ждет в 5 классе	1	Групповая работа «Практическая работа «Мое будущее» (сочинение)
34	07.05		Что интересного меня ждет в 5 классе	1	Групповая работа «Практическая работа «Мое будущее» (рисунок)

### Список литературы

1. Хухлаева О.В. "Тропинка к своему Я: Уроки психологии в начальной школе" (1-4 классы). Методическое пособие – 4-е изд. М.: Генезис, 2019
2. Хухлаева О.В. "Тропинка к своему Я" Рабочая тетрадь 4 класс.

СОГЛАСОВАНО

зам.директора по УВР

\_\_\_\_\_ Перепелицина Т.А.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

СОГЛАСОВАНО

руководитель ШМО

классных руководителей

\_\_\_\_\_ Болдырева А.А.

Протокол от

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

№ \_\_\_\_\_