

Приложение к ООП НОО

МБОУ «Успенская СОШ им. В.Н. Мильшина»,

утвержденной приказом № 79 от 31.08.2023г

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Успенская средняя общеобразовательная школа имени В.Н.Мильшина»**

**Ливенского района Орловской области**



‌

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочного курса**

**«Азбука психологии»**

для обучающихся 7 класса

 Принята

решением педсовета

Протокол № 1

от 31.08.2023 г.

​**с. Успенское ‌****2023‌**​ **год**

**Содержание программы**

Цель изучения программы курса «Азбука психологии» - решение основных проблем возраста с целью сохранения психологического здоровья детей, а также развитие коммуникативной, познавательной и личностной сфер ребенка.

Содержание программы внеурочного курса «Азбука психологии» предоставляет широкие возможности для изучения собственной личности, для развития творческих и интеллектуальных способностей, наблюдательности, для коррекции своих эмоциональных состояний. осуществлять познание себя активно и деятельностно.

 Программа внеурочного курса «Азбука психологии» предназначена для учащихся 7 класса. Реализация программы осуществляется на внеурочных занятиях, где используются как коллективные, так и индивидуальные формы работы, а также работа в парах. Чередование форм работы способствует повышению коммуникативных способностей обучающихся, позволяет осуществлять познание себя активно и деятельностно.

**Раздел 1.** Введение в мир психологии

Введение в тему. Диагностика эмоционально-волевой сферы детей

Беседа «Что такое «психология?» Упр. «Счастье – это…», рисунок счастливого человека. дискуссия на тему «счастье»

**Раздел 2.** Я имею право чувствовать и выражать свои чувства

Разминка «Закончи предложение», игры-упражнения «Изобрази чувство», «Испорченный телефон», работа со сказкой.

Разминка «Закончи предложение», игры-упражнения «Отгадай чувство», «Детские страхи и страхи пятиклассников»,

Разминка «Найди лишнее слово», «Обида». Психологические этюды.

**Раздел 3.** Кто Я? Мои силы, мои возможности

Разминка «Угадай, чей голос».Анкета «Вот я какой!». Игры-упражнения «Кого загадал ведущий», «Нарисуй свою роль».

Разминка «Угадай, чьи ладони». Тест «Мои способности», Игры-упражнения «Угадай профессию», «Я могу, я умею», работа в подгруппах

Разминка «Я – невидимка». Игры-упражнения «Зачем мечтают люди», «Закончи предложения», «Заветное желание», работа с рисунками «Мой автопортрет».

Разминка «Эпиграф», «Ассоциации». Тест на уровень притязаний. Упр. «Символ моей веры в себя». терапевтические метафоры

**Раздел 4.** Я и мой внутренний мир.

Разминка «Найди слово», «Мысленная картинка». «Психологические загадки», работа со сказкой.

Разминка «Найди отличия», «Мысленная картинка». Упр.«Психологические загадки», «Я внутри и снаружи», «Сны», «Маленький принц».

Разминка «Самое длинное», «Объясни значение». Упр. «Плюсы и минусы», «Копилка трудных ситуаций», терапевтические метафоры.

Разминка «Самое длинное», «Что лишнее».Упр. «Прикоснись к своим соседям», «Внутренняя сила». Работа со сказкой.

**Раздел 5.** Я расту, я изменяюсь

Разминка «Маленькое имя», « Раньше и сейчас». «Психологические загадки».Упр. «Любимая игрушка». Психологические этюды.

Разминка «Что изменилось», игры-упражнения «Мои важные изменения», «Любимый сказочный герой»

Разминка «Неопределённые картинки», беседа «Качества человека и его поведение», упр. «Чаша доброты».

**Раздел 6.** Я и моё будущее

Разминка «Заглянуть во взрослый мир», «Объясни значение».Упр. «Если человек…», «Я в будущем», терапевтические метафоры.

Разминка «Что изменилось», игра-упражнение «Моя будущая профессия», рисование «Я в настоящем, прошлом и будущем»

Разминка «Самое главное», игра-упражнение «Рюкзак пожеланий», беседа о взаимосвязи физического и психического здоровья

**Раздел 7.** Я и мои друзья

Разминка «Добрые дела и отношения»,тест «Умею ли я дружить?»,«Психологические загадки».Упр. «Красивые поступки», «Любимая фотография». Беседа «Качества настоящего друга». Психологические этюды.

Разминка «Самое короткое», «Объясни значение».Упр. «Если человек…», «Качества моего друга», «Мои колючки», «Мои магнитики»,терапевтические метафоры.

Разминка «Из пяти слов», «Объясни значение».Упр. «Покажи ситуацию», психологические этюды «Ссора друзей», «Жадина», «Эгоист».

Разминка «Запиши наоборот», «Объясни значение». Дискуссия «Какого человека можно назвать одиноким», упр. «Одиночество в классе», работа с литературными текстами.

**Раздел 8.** Что такое сотрудничество

Разминка «Какого человека можно назвать…», «Что лишнее».Упр. «Изобрази ситуацию»,этюды « На детской площадке», «Конфета»

Разминка «Умей сказать приятные слова».»Передай чувство». Упр. «Извини меня». Этюды «Кто лишний?», «Я умею договариваться».

Разминка «Мы умеем…», «Рыба, птица, зверь». Упр. «Изобрази ситуацию», сказка «Чтобы тебя любили», коллективный рисунок.

Заключительная диагностика эмоционально-волевой сферы, игры и упражнения по выбору

**Основополагающими принципами** построения программы курса «Азбука психологии» являются доступность, практико-ориентированность, метапредметность.

Программа курса «Азбука психологии» рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю) реализуется в рамках организации внеурочной деятельности (ФГОС).

**Предполагаемые результаты:**

обучающиеся должны знать:

* что такое «психология», каково её место в системе наук;
* об уникальности внутреннего мира каждого;
* о способах ведения конструктивного диалога;
* о мотивах выбора друзей.
* о способах поведения в трудных ситуациях;

обучающиеся смогут научиться:

* анализировать поведение героев притч и сказок, выявлять в них скрытый подтекст;
* анализировать собственные потребности и цели.
* анализировать поступки других людей и свои собственные.

**Форма проведения занятий**: групповая

-индивидуальная работа;

-работа в паре;

-групповая работа;

-коллективная работа.

 **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ** **(34 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Содержание курса** | **Количество часов** | **Интернет-ресурсы** |
| 1 | **Раздел 1.**Введение в мир психологии. | 2 | <https://rospsy.ru/><http://mpgu.su/?ysclid=lr7f0gfws7600383498> |
| 2 | **Раздел 2.Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.** | 4 | <https://rospsy.ru/><http://mpgu.su/?ysclid=lr7f0gfws7600383498> |
| 3 | **Раздел 3. Мои силы, мои возможности.** | 4 | <https://rospsy.ru/><http://mpgu.su/?ysclid=lr7f0gfws7600383498> |
| 4 | **Раздел 4. Я и мой внутренний мир.** | 4 | <https://rospsy.ru/><http://mpgu.su/?ysclid=lr7f0gfws7600383498> |
| 5 | **Раздел 5. Я расту, я изменяюсь** | 4 | <https://rospsy.ru/><http://mpgu.su/?ysclid=lr7f0gfws7600383498> |
| 6 | **Раздел 6. Моё будущее.** | 4 | <https://rospsy.ru/><http://mpgu.su/?ysclid=lr7f0gfws7600383498> |
| 7 | **Раздел 7. Я и мои друзья.** | 7 | <https://rospsy.ru/><http://mpgu.su/?ysclid=lr7f0gfws7600383498> |
| 8 | **Раздел 8. Что такое сотрудничество?** | 4 | <https://rospsy.ru/><http://mpgu.su/?ysclid=lr7f0gfws7600383498> |
| 9. | **Итоговое занятие.** | 1 | <https://rospsy.ru/><http://mpgu.su/?ysclid=lr7f0gfws7600383498> |

 **Литература:**

Ведение курса психологических занятий обеспечивается следующими пособиями:

1.О.В.Хухлаева «Тропинка к своему Я». Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. Москва, «Генезис», 2011.

2.Р.В.Овчарова «Практическая психология в начальной школе», Москва,