

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 167» городского округа Самара**

Программа рассмотрена на
заседании МО учит. нач. кл.
Протокол № 1 от 29.08.2016 г.
Председатель МО уч. нач. кл.
_____ / О. М. Базитова /

Согласовано:
Зам. директора по УВР
_____ /А. П. Прибыткина/
«__» _____ 2016 г.

Утверждаю:
Директор _____ /Т. С. Павлова/
«__» _____ 2016 г.

М.П.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**учебного курса
ПСИХОЛОГИЯ**

Класс: 3-4

Программу разработала
педагог-психолог
Е. В. Орлова

Самара, 2016 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по психологии для 1-4 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе (1-4 кл.) Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2014г.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Цель курса психологических занятий: 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.

Описание места предмета в учебном плане

Учебное содержание программы «Тропинка к собственному Я. Уроки психологии в начальной школе» включает следующие курсы:

- Я – фантазер. Я и моя школа. Я и мои родители. Я и мои друзья. Что такое сотрудничество? 3 класс. 34 ч, 1 ч в неделю;
- Кто Я? Мои силы и возможности. Я расту, я изменяюсь. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? 4 класс. 34 ч, 1 ч в неделю.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.
3. Психологические тесты.
4. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Содержание программы «Тропинка к своему Я»

Третий класс

Раздел 1. Я фантазер (7 часов)

Я – третьеклассник. Кого можно назвать фантазером. Я умею фантазировать. Мои сны. Я умею сочинять. Мои мечты. Мечты и фантазии. Фантазии и ложь. Как отличается ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредит не кому.

Раздел 2. Я и моя школа (4 часа)

Я и моя школа. Что такое лень. Я и мой учитель. Как справляться с «Немогучками».

Раздел 3. Я и мои родители. (3 часа)

Я и мои родители. Я умею просить прощения. Почему родители наказывают детей?

Раздел 4. Я и мои друзья. (3 часа)

Настоящий друг. Умею ли я дружить. Трудности в отношениях. Ссора и драка.

Раздел 5. Что такое сотрудничество? (5 часов)

Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений (из умения понять другого; из умения договориться; из умения уступить, если это нужно для дела; из умения правильно распределить роли в ходе работы). Что значит понимать другого и как можно этому научиться? Как научиться договариваться с людьми? Что такое коллективная работа?

Четвёртый класс

Раздел 1. Мои силы, мои возможности (11 часов)

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому – четвероклассник. 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. Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни. 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. Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно. Что значит верить? Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (5 часов)

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?

Раздел 3. Моё будущее (5 часов)

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?

Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? (3 часа)

Поведение человека зависит от его качеств. Кто такой интеллигентный человек, и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем?

Что такое идеальное Я? У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.

Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? (8 часов)

Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется? Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице». Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»? В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе». Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём.

Формы организации учебного процесса:

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

3 - 4 класс

Регулятивные УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
- извлекать необходимую информацию из текста
- определять и формулировать цель в совместной работе
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
- соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

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

Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
- формулировать своё собственное мнение и позицию
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Средства формирования УУД: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование, игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры); метод творческого самовыражения (литературное, художественное и др. виды творчества); методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки); когнитивные методы.*

К результатам обучения относятся *психологические знания* (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), *психологические умения* (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), *навыки* (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), *опыт творческой самостоятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения* к психологической реальности и действительности в целом.

Формы контроля знаний

Диагностика внутри предмета включается в структуру урока и позволяет быстро проиллюстрировать теоретический материал. От конкретной методики можно оттолкнуться во введении к теме, использовать ее как прием в проблемном обучении, а также показать, каким образом психологическое знание реально работает на практике. Для диагностики внутри предмета наиболее подходят популярные методики, которые достаточно просты в использовании и обработке: опросники, методики незаконченных предложений, анкеты, некоторые рисуночные методики.

Диагностика усвоения знаний предполагает использование методик, позволяющих выявить объем и структуру усвоенных знаний. Здесь могут быть рекомендованы вербальная ассоциативная методика «Пятиминутка» и методика «Диагностика усвоения знаний» (Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе: учебно-метод. пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 288 с.), сочинения на психологическую тему и другие контрольные задания. Критерием оценки успешного продвижения служит сформированность соответствующих отношений, и эта оценка может быть выражена в характеристиках: хорошо владеет знаниями, правильно применяет их на практике, анализирует ситуацию, может управлять своим поведением. Весьма существенную информацию об эффективности усвоения знаний дают методы, используемые для диагностики развития. Это связано с тем, что если усвоение действительно происходит, то его влияние обязательно найдет свое отражение в поведении и особенностях психологического развития подростка.

Диагностика развития предполагает использование более сложных психодиагностических методик. В виде итоговой аттестации используются творческие работы, дневники достижений, выступления с докладами, сообщениями.

К концу обучения курса учащиеся получают возможность:

	Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
Знать	<ul style="list-style-type: none"> - о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками; - правила общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению. 	<ul style="list-style-type: none"> - знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; - иметь нравственно-эстетический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. 	<ul style="list-style-type: none"> - осознать собственную полезность и ценность; - основные способы психологического взаимодействию между людьми; - приемы повышения собственной самооценки; - осознания своего места в мире и обществе.
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> - анализировать и сопоставлять, обобщать, 	<ul style="list-style-type: none"> - планировать свои действия в соответствии 	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе в коллективе;

	<p>делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели;</p> <p>- налаживать контакт с людьми;</p> <p>- соблюдать правила игры и дисциплину;</p> <p>- правильно взаимодействовать с партнёрами по команде;</p> <p>- выразить себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах творческой и игровой деятельности.</p>	<p>с поставленной задачей;</p> <p>- адекватно воспринимать предложение и оценку учителя товарища, родителей и других людей;</p> <p>- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;</p> <p>- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;</p> <p>- формулировать собственное мнение и позицию;</p> <p>- находить свое место в школьной жизни.</p>	<p>- получать удовольствие от процесса познания;</p> <p>- преодолевать возникающие в школе трудности;</p> <p>- справляться с неудачами;</p> <p>- осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние;</p> <p>- взаимодействовать с учителем и сверстниками;</p> <p>- адекватно анализировать собственные проблемы.</p>
Применять	<p>- быть сдержанным, терпеливым вежливым в процессе взаимодействия;</p> <p>- подводить самостоятельный итог занятия;</p> <p>- анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.</p>	<p>- полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед неудачей;</p> <p>- приобретённую информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов.</p>	<p>- полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения;</p> <p>- полученный опыт для самореализации и самовыражения в различных видах деятельности;</p> <p>- через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления.</p>

**Календарно-тематическое планирование
3 класс**

Планируемые сроки проведения	№ п/п		Кол-во часов	Примечание
Раздел программы (количество часов)				
1 неделя	1	Диагностика	1ч	
2 неделя	2	Диагностика	1ч	
3неделя	3	Я третьеклассник.	1ч	
4 неделя	4	Мои цели.	1ч	
5 неделя	5	Я умею фантазировать!	1ч	
6 неделя	6	Мой верный попутчик – стремление все делать отлично.	1ч	
7 неделя	7	Мои качества	1ч	
8 неделя	8	Каким меня видят окружающие	1ч	
9 неделя	9	Мой характер	1ч	
10 неделя	10	Я и моя школа .	1ч	
11 неделя	11	Что такое лень?	1ч	
12 неделя	12	Я и мой учитель	1ч	
13 неделя	13	Я и мой учитель (продолжение)	1ч	
14 неделя	14	Как справляться с «Немогучками»?	1ч	
15 неделя	15	Я и мои родители	1ч	
16 неделя	16	Я умею просить прощения	1ч	
17 неделя	17	Я взрослею	1ч	
18 неделя	18	Настоящий друг	1ч	
19 неделя	19	Умею ли я дружить?	1ч	
20 неделя	20	Трудности в отношениях с друзьями	1ч	
21 неделя	21	Ссора и драка	1ч	
22 неделя	22	Что такое сотрудничество?	1ч	
23неделя	23	Я умею понимать другого	1ч	
24 неделя	24	Я умею договариваться с людьми.	1ч	
25 неделя	25	Мы умеем действовать сообща.	1 ч	
26 неделя	26	Что такое коллективная работа	1ч	
27 неделя	27	Итоговое	1ч	
28 неделя	28	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
29 неделя	29	Игры на развитие познавательной сферы (восприятие, памяти, внимания мышления)	1ч	
30 неделя	30	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
31 неделя	31	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
32 неделя	32	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
33 неделя	33	Диагностика	1ч	
34 неделя	34	Диагностика	1ч	

**Календарно-тематическое планирование
4 класс**

Планируемые сроки проведения	№ п/п		Кол-во часов	Примечание
Раздел программы (количество часов)				
1 неделя	1	Диагностика	1ч	
2 неделя	2	Диагностика	1ч	
3 неделя	3	Как я изменился летом.	1ч	
4 неделя	4	Кто я?	1ч	
5 неделя	5	Расту = взрослею?	1ч	
6 неделя	6	Мои способности	1ч	
7 неделя	7	Мои интересы	1ч	
8 неделя	8	Мой путь к успеху	1ч	
9 неделя	9	Мой внутренний мир.	1ч	
10 неделя	10	Уникальность внутреннего мира.	1ч	
11 неделя	11	Мой внутренний мир и мои друзья мои друзья мальчики и девочки	1ч	
12 неделя	12	Мой класс.	1ч	
13 неделя	13	Мои одноклассники.	1ч	
14 неделя	14	Мои одноклассники – какие они?	1ч	
15 неделя	15	Какие ученики мои одноклассники	1ч	
16 неделя	16	Лидерство в классе.	1ч	
17 неделя	17	Конфликты в классе.	1ч	
18 неделя	18	Взаимопомощь в классе.	1ч	
19 неделя	19	Мое детство.	1ч	
20 неделя	20	Мое настоящее.	1ч	
21 неделя	21	Мой будущий дом.	1ч	
22 неделя	22	Моя будущая профессия.	1ч	
23 неделя	23	Мое близкое будущее – 5 класс.	1ч	
24 неделя	24	Что нового меня ждет в 5 классе.	1ч	
25 неделя	25	Итоговое	1 ч	
26 неделя	26	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
27 неделя	27	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
28 неделя	28	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
29 неделя	29	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
30 неделя	30	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
31 неделя	31	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
32 неделя	32	Игры на развитие познавательной сферы	1ч	
33 неделя	33	Диагностика	1ч	
34 неделя	34	Диагностика	1ч	