МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ростовской области

Управление образования Администрации

города Новошахтинска

МБОУ СОШ №27

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДЕНА
Руководитель ШМО учителей начальных классов	Заместитель директора по УВР	Директор МБОУ СОШ №27
Хаммури Ольга Анатольевна	Посух Наталья Петровна	Антонова Ольга Васильевна
Протокол №1 от «28» августа 2026г.	Протокол №1 от «28» августа 2026 г.	Приказ №163 от «28» августа 2026г.

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 7056789)

«Психология общения»

для обучающихся 1 классов

город Новошахтинск 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность.

Современная система образования ставит приоритетную задачу полноценного развития ребенка, которую возможно решить только при наличии у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях и правилах грамотного взаимодействия с социумом. Школьные годы являются сенситивным периодом для приобщения человека к психологической культуре. В современного парадигме образования акцент сделан на социализацию подрастающего поколения, но социализация как процесс освоения социально-культурного опыта и формирования социальной компетентности будет продуктивным и полноценным только в особом культурно-образовательном пространстве, способствующему психологическому здоровью личности. Ибо только здоровая личность способна проявлять познавательную активность и адекватно реагировать на изменения в нашем быстроменяющемся мире.

Новизна.

В связи с вышесказанным, считается целесообразным психолого-педагогическое сопровождение ФГОС, основанное на практике психологического просвещения и возможно даже обучения с 1 класса школы.

Основой рабочей программы стала разработанная программа «Психология общения» для обучающихся 1-4-х классов, составленная на основе программы развивающих занятий в 1-4 классе «Психологическая азбука» Т.А. Аржакаевой, И.В. Вачковой, А.Х. Поповой, нацеленная в первую очередь на развитие самосознания и рефлексивных способностей детей. Основной принцип, легший в основу курса, - принцип метафоризации психологических представлений, благодаря которому достигается единство материала психологии с психологическим материалом конкретной личности.

Цель - научить ребенка использовать психологические знания для быстрой и максимально безболезненной адаптации и адекватного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в социуме.

Задачи:

- Формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки
- Снижение уровня школьной тревожности
- Создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых требований
- Формирование психологической готовности к обучению, работа над личностными, регулятивными и коммуникативными УУД
- Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностых отношений со сверстниками и взрослыми
- Формирование социально приемлемых форм поведения в обществе.

Особенности возрастной группы детей, которым адресована следующая программа: параллельно с овладением учебной деятельностью школьник включается и в другой, не менее значимый процесс — систему межличностных отношений, осваивая так называемую «скрытую программу социализации». С первых дней пребывания в школе ребенок участвует в процессе межличностного взаимодействия с одноклассниками и учителем, который оказывает существенное влияние на развитие его личности. Дети учатся организовывать свое поведение в соответствии с заданными целями и собственными намерениям. Важнейшим условием развития произвольного поведения является участие взрослого, который направляет усилия ребенка, раскрывая их смысл, и обеспечивает средствами овладения. Происходит включение в новую систему межличностных отношений и здесь очень важно и своевременно оказать психологическую помощь детям, данный курс охватывает следующие возрастные рамки: 7-10 лет.

Уровень результатов работы по программе:

В этой связи выпускник начальной школы научится:

- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;

- задавать вопросы;

- контролировать действия партнера;

- использовать речь для регуляции своего действия.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей

Критерии оценивания: результативность работы оценивается с помощью проективных методик (рисунки «Моя школа», «Мой класс», «Мой портрет» и т.д., «Лесенка»), наблюдения за детьми в игровых и учебных ситуациях.

Ожидаемые результаты:

- Смягчение процесса адаптации к обучению в школе.
- Осознание детьми своих особенностей и возможностей на данном этапе обучения.
- Сформированность основных понятий, связанных с содержанием курса.

Планируемые результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования:

Личностные универсальные учебные действия (УУД):

- проявляет самостоятельность в разных видах детской деятельности, оценивает деятельность и поступки не только свои, но и своих сверстников;

- относится открыто ко внешнему миру, чувствует уверенность в своих силах во внеурочной деятельности;

- взаимодействует со сверстниками и взрослыми через совместную игровую или учебную деятельность, способен договариваться и учитывать интересы других, сдерживает свои эмоции;

- обсуждает проблемы, возникающие в учебной игровой деятельность, может поддержать разговор на интересующую его тему;

- понимает чувства других людей и сопереживает им, понимает оценки учителей своим и чужим поступкам.

Регулятивные универсальные учебные действия (УУД):

- принимает и сохраняет учебную задачу;

- переносит навыки построения внутреннего плана действий из игровой деятельности из игровой деятельности в учебную;

- овладевает способами самооценки выполнения действий.

Коммуникативные универсальные учебные действия (УУД):

- имеет первоначальные навыки работы в группе: совместное обсуждение правил, распределение ролей;

- умеет задавать вопросы, проявляет не только любопытство, но и любознательность;

- умеет выслушать и понять точку зрения другого, отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее.

Направления, виды и формы внеурочной деятельности

Направленность программы: социально-педагогическая.

Программа внеурочной деятельности «Психологическая азбука для младших школьников» рассчитана на 4 учебных года (138 учебных часов).

Режим занятий:

1 год обучения: 33 учебных часа (1 час в неделю), так как учебный год первоклассника короче.

2 год обучения: 34учебных часа (1 час в неделю).

3 год обучения: 34учебных часа (1 час в неделю).

4 год обучения: 34 учебных часа (1 час в неделю).

Длительность занятий: 35-40 минут в 1 классе, во 2-4 классах – 40-45 минут.

Формы работы:

- Тренинги
- Беседы и дискуссии
- Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)
- Релаксационные упражнения
- Психигимнастические этюды и элементы.
- Работа с книгой
- Работа с притчами
- Просмотр мультфильмов, сказок.

Структура занятий.

Занятие включает в себя следующие компоненты:

- введение в тему занятия и разминка: используются ритуалы приветствия, разминочные задания;

- основная часть, которая может быть реализована в двух вариантах:

1) если занятие первое в разделе, то используется схема: настрой, как подготовка к восприятию нового материала – введение нового содержания – его закрепление;

2) если занятие продолжает изучаемый раздел, то схема несколько иная: актуализация предыдущего материала – повторение – углубление, расширение, наполнение новыми смыслами;

- подведение итогов: рефлексия результатов занятия. Происходящая в два этапа:

1) эмоциональное от реагирование (что понравилось на занятии, что заинтересовало);

2) осмысление (зачем, для чего нужно то, чем занимались, о чем шла речь, в чем польза нового материала).

С помощью предлагаемой программы педагогу-психологу под силу решать следующие задачи психолого-педагогического сопровождения реализации ФГОС НОО:

- психологический мониторинг/оценка достижения планируемых школой в Основной образовательной программе начального общего образования образовательных результатов, прежде всего – личностных;
- совместное с учителем проектирование типовых задач формирования универсальных учебных действий (УУД) у обучающихся;
- участие в формировании УУД (в первую очередь – коммуникативных и личностных) у учащихся во внеурочной деятельности в соответствии с Программой формирования универсальных учебных действий;

- психологическое информирование и просвещение родителей по актуальным вопросам образования детей с учетом результатов психологического мониторинга/оценки достижения планируемых образовательных результатов (личностных).

Содержание Программы.

В программу «Психология общения» для 1 класса входят пять основных разделов:

1 раздел. Я теперь школьник (вхождение в новую роль).

Цель раздела – помочь детям быстрее войти в непривычный пока для них мир школьной жизни, облегчить процессы адаптации к новым условиям, освоить новую социальную позицию школьника.

2 раздел. Введение в мир психологии.

Цель – раскрыть перед детьми сначала в сказочной метафорической форме, а затем в конкретной форме реальных проявлений просторы Королевства Внутреннего мира – психического мира каждого человека.

3 раздел. Психика и познание мира.

Цель раздела – знакомство учащихся с тем, как мы познаем окружающий мир, с помощью каких органов чувств мы воспринимаем действительность, что такое познавательные психические процессы.

4 раздел. Темперамент и характер.

Этот раздел способствует изучению учащимися своих индивидуальных психологических особенностей.

5 раздел. Я и мои эмоции.

Основная цель раздела – научить распознавать ребенка собственные и чужие эмоции, осознавать их значение и смысл.

В программу «Психология общения» для 2 класса входят пять основных разделов:

1 раздел. Введение в мир психологии.

Знакомство с вербальными и невербальными изобразительными средствами, развитие умения выражать свои чувства и впечатления. Помощь детям в осознании качеств своего характера, а так же ценности психологических знаний для школьной и повседневнойжизни.

2 раздел. Я и мои желания.

Знакомство с понятиями «желание», «потребность», «мотив». Разнообразие мотивов человеческой деятельности. Знакомство с феноменом борьбы мотивов. Осознание детьми своих мотивов и мотивов поведения других людей. Развитие позитивных мотивов.

3 раздел. Кладовая памяти.

Значимость для человека внимания, ощущения, памяти, мышления, эмоций. Упорядочивание знаний о памяти, видах памяти. Знакомство с особенностями собственной памяти. Понятие мнемические способности и способы их развития. Рассмотрение способов эффективного запоминания, преимуществ смыслового запоминания. Мотивирование учащихся на тренировку своей памяти.

4 раздел. Лабиринты мышления.

Знакомство с содержанием понятия «мышление», развитие умения анализировать, сравнивать, обобщать. Развитие логического мышления и диалектического взгляда на действительность, актуализация самооценочной деятельности. Развитие у учащихся способности гибко и оригинально мыслить, стимулировать проявления креативности.

5 раздел. Как стать талантливым.

Развитие навыков совместной творческой деятельности. Упорядочивание представлений о фантазии и воображении, знакомство с понятием «способности». Стимулирование интереса к самопознанию, развитие интереса к собственному внутреннему миру.

В программу «Психология общения» для 3 класса входят пять основных разделов:

1 раздел. Введение в психологию общения.

Пробудить интерес к психологии общения, самопознанию и рефлексии, способствовать навыку эффективного взаимодействия.

2 раздел. Психология отношений: Ты – Я – Он/Она=Мы

Развивать экспрессивные способности, умение действовать согласованно, дать понятие «конфликт», «контакт», содействовать развитию реалистичных самооценки и самовосприятию.

3 раздел.Сокровища и тайны дружбы.

Познакомить с содержанием понятия «дружба», развивать навыки взаимодействия и сотрудничества в команде, содействовать осознанию своих отличий от других, развивать умение учитывать разное мнение, развитие толерантности.

4 раздел. Поддержка в общении.

Познакомить учащихся с понятием «комплимент», познакомить с формулами комплимента, развивать стремление к овладению навыками оказания психологической поддержки.

5 раздел. Сочувствие и сопереживание.

Ориентировать учащихся на осознание роли эмоций в общении, расширить эмоциональный словарь общения учащихся, развивать способность к сопереживанию, умение выражать эмоции и чувства.

В программу «Психология общения» для 4 класса входят четыре основных раздела.

1 раздел. Приглашение в страну общения.

Пробудить интерес к изучению своего внутреннего мира, помочь учащимся осознать свои отношения с другими людьми, содействовать развитию рефлексивной позиции в сфере общения, развитие экспрессивных способностей.

2 раздел. Инструменты общения.

Помочь осознать различие понятия «слушать» и «слышать», определить понятие активного и пассивного слушания, познакомить с невербальными средствами общения.

3 раздел. Осторожно,общение!

Мотивировать на сотрудничество в ситуации совместного поиска новой информации, научить детей работать с различными словарями, способствовать сплочению классного коллектива.

4 раздел. Здравствуй, страна общения!

Мотивировать на дальнейшее развитие качеств, важных для общения, развивать способность к пониманию внутреннего мира другого человека, развивать навыки сотрудничества и творческие способности.

Календарно – тематическое планирование, 1 класс.

№ п/п	Тема	Количество часов	Содержание	Форма проведения
1.	Знакомство	1	Знакомство с предметом психология, с учителем и одноклассниками. Упражнения «Знакомство», «Имя оживает», «Ласковое имя», «Рисунок имени»	Беседа, упражнения на формирование дружеских отношений, развитие уверенности в себе. Рефлексия.
2	Знакомство продолжается	1	Упражнение «Колокол».	Познавательная беседа. Игра. Рефлексия.
3.	Я теперь школьник	1	Упражнения «Громко-тихо», «Кот и лодыри». «Кто где?», «Представь себя».	Познавательная беседа.Рисуночное упражнение. Рефлексия.
4.	Что значит быть школьником	1	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Закончи предложение», «Какой урок важнее».	Тренинг. Рефлексия.
5.	Знакомство с Пси - магом	1	Сказка «Пси - маг».	Работа со сказкой. Проективный рисунок. Рефлексия.
6	Королевство внутреннего мира	1	Раскрыть перед детьми сначала в сказочной метафорической форме, а затем в конкретной форме реальных проявлений просторы Королевства Внутреннего мира – психического мира каждого человека.	Рабочие тетради. Тренинги. Рефлексия.
7	Сказка о волшебных зеркалах - 1	1	Игра «Дорогами сказок». «Сказочная	Групповая работа. Игра. Работа с книгой. Рефлексия.

			викторина», «Путаница».	
8	Сказка о волшебных зеркалах-2	1	Литературный аукцион «Персонажи сказок», «Загадки из сундучка».	Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками), Работа с книгой. Рефлексия.
9	Что я знаю о себе?	1	«Незаконченные предложения», «Психологическая разгадка», «Холодно - горячо», «Цыганка», Работа со сказкой «Сказка про дружбу».	Рабочие тетради. Релаксационные упражнения. Работа со сказкой. Рефлексия.
10	Что я знаю о себе и о других?	1	«Закончи предложения», «Психологическая разгадка», «Найди игрушку», «Цыганка», «Заяц - Хваста».	Психогимнастические этюды и элементы. Рефлексия.
11	Я – это кто?	1	Разминка «Роли», Работа со сказкой «Федунчик», «Сказка о Маше и ее человечиках».	Работа со сказкой. Рефлексия.
12	Мои ощущения	1	Разминка «Дорожки», «Подбери картинку»,.	Работа с картинками. Рефлексия.
13	Мое восприятие	1	Разминка «Угадай мелодию», «Измеряем на глазок», «Угадай голоса».	Игры на развитие восприятия. Рефлексия.
14	Моё внимание	1	Разминка «Мой любимый фрукт», «Наблюдательность», «Муха 1», «Селектор».	Игры на развитие внимания. Рефлексия.
15	Как быть внимательным?	1	Упражнения для памяти «Как стать более внимательным».	Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками). Работа с книгой. Рефлексия.
16	Развиваем внимание	1	Разминка «Кто запомнит?», игры на	Беседы и дискуссии, игры. Рефлексия.

			развитие внимания.	
17	Я умею быть внимательным	1	Тренинг «Внимательность»	Занятия с элементами тренинга. Рефлексия.
18	Что такое темперамент?	1	Понятия «Темперамент». Ролевая сказка «Сказки о самой душевной науке»И.В.Вачков.	Беседа. Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками), Работа с книгой. Рефлексия.
19	Типы темперамента	1	Виды темперамента Анкетирование «Тип темперамента».	Анкетирование. Рефлексия.
20	Разные люди – разные типы темперамента	1	Сказка о типах темперамента.	Работа со сказкой. Беседа. Рефлексия.
21	Разные люди – разные характеры	1	Занятие по психогимнастике «Жил – был Я».	Психогимнастические этюды и элементы. Рефлексия.
22	Какой у меня характер?	1	Разминка «Угадай кто это», игра с куклой.	Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками), Работа с книгой. Рефлексия.
23	Какой характер у других?	1	Мультфильм «Про кошку Босса и его не простой характер»	Просмотр мультфильма Рефлексия.
24	Мой характер: оценим недостатки	1	Психогимнастика «Улыбка»,	Психогимнастические этюды и элементы. Рефлексия.
25-26	Что такое эмоции?	2	Понятия что такое эмоция? Упражнения «Мир детских эмоций».	Психогимнастические этюды и элементы. Рефлексия.
27-28	Какие бывают эмоции?	2	Виды эмоций. Рисунок «Мое сегодняшнее настроение».	Психогимнастические этюды и элементы. Рисунок. Рефлексия.
29	Конкурс чувствоведов	1	Конкурс рассказов «Сильное чувство».	Конкурс рассказов. Рефлексия.
30-31	Что я знаю о своих эмоциях?	2	Тренинг «Мир эмоции».	Тренинг. Рефлексия.
32	Королевство	1	Беседа о внутреннем	Беседа. Рисунок.

	внутреннего мира		мире человека. Рисунок «Королевство внутреннего мира».	Рефлексия.
33	До свидания, психологическая азбука!	1	Викторина «Психологическая азбука»	Викторина. Рефлексия.
Итого				

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 194515710994592247154964585592159115514362733400

Владелец Антонова Ольга Васильевна

Действителен С 29.01.2026 по 29.01.2027