

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр психолого-педагогической, медицинской
и социальной помощи»

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по

методической работе

_____ С.В.Рыжова

«31» августа 2021г.

ПРИНЯТО

на заседании

Педагогического

совета Протокол № 1

от «31» августа 2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБУ ДО «ЦППМиСП»

_____ И.Ф.Решилина

«31» августа 2021г.

Рабочая программа
«Тропинка к своему Я»
(1 класс)

Направленность: социально-гуманитарная

Срок реализации: 1 год

Возраст обучающихся: 6-8 лет

Специалисты, реализующие программу:

Скобцова Александра Александровна,

педагог-психолог

Алексин, 2021-2022 учебный год

1. Пояснительная записка

Рабочая программа «Тропинка к своему Я» разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по коррекции и развитию эмоционально-личностной сферы младшего школьного возраста «Тропинка к своему» (1 класс).

Направленность программы: социально-гуманитарная.

Тип программы: психологическая, коррекционно-развивающая.

Особенности организации образовательной деятельности по программе: допускается расхождение количества учебных часов, предусмотренных рабочей программой на проведение учебных занятий и фактическим количеством проводимых учебных занятий по причинам:

- праздничных дней;
- внеплановых нерабочих дней и др.

Корректировка учебного плана рабочей программы отражается в журнале педагога-психолога.

Допускается реализация программы в дистанционном формате.

Цель: создание условий для формирования социальных навыков, способствующих гармонизации эмоционально-личностной сферы ребенка, повышение коммуникативной и социально-психологической компетентности.

Задачи:

- создание условий, обеспечивающих свободное выражение эмоциональных состояний, чувств, отреагирование негативных переживаний;
- снижение уровня тревожности;
- осознание собственной ценности, развитие умения принимать себя таким, какой есть;
- развитие самосознания;
- установление и сохранение положительных взаимоотношений с родителями, со сверстниками и учителем.

Продолжительность курса: Срок реализации программы 1 год. Программа рассчитана на 35 часов. Количество времени рассчитано непосредственно на проведение практических занятий.

Длительность пребывания обучающегося в группе: 1 раз в неделю по 1 ак. часу.

Время проведения: согласно расписания занятий в Центре.

Формы занятий: индивидуальная и подгрупповая форма работы.

Показания и противопоказания к применению программы: направлена на повышение коммуникативной и социально-психологической компетентности обучающихся младшего школьного возраста (формирование адекватной самооценки, социальных навыков, профилактику социальной дезадаптации). Противопоказанием для реализации программы является наличие глубокой умственной отсталости, острые психотические состояния.

Эффективность программы и способы ее отслеживания: оценка достижения планируемых результатов осуществляется изучением динамики показателей развития отдельных компонентов эмоционально-личностной сферы обучающихся до занятий по программе (входное тестирование) и по окончании ее; анализом материалов рабочих тетрадей; наблюдением, анализом уровня рефлексии, изучением обратной связи родителей и др.

При условии успешной реализации данной программы будет наблюдаться:

- повышение уровня самосознания обучающихся (развитие умения постепенно выделять качества из отдельных видов деятельности и поступков, обобщать и осмысливать их как особенности своего поведения, а затем и качества своей личности, что способствует формированию полноценности личности, обеспечению ее целостности и единства);

- повышение уровня социальных навыков обучающихся (улучшение межличностных отношений со сверстниками, родителями, педагогами).

2. Учебно-тематический план

№	Наименование блоков	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретических	практических	
1.	Вводный	1	-	1	Диагностика
2.	Блок «Я-школьник»	17	4,5	12,5	Рефлексия Наблюдение
2.1	Я умею управлять собой.	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
2.2	Я умею преодолевать трудности.	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
2.3	Я умею слушать других.	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
2.4	Я умею учиться у ошибки.	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
2.5	Я умею быть доброжелательным.	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
2.6	Я - доброжелательный.	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
2.7	Я умею быть ласковым.	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
2.8	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими.	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
2.9	Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
2.10	Я учусь решать конфликты.	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
2.11	Я умею разрешать конфликты.	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
3.	Блок «Мои чувства»	16	4	12	Итоговая Рефлексия Наблюдение Диагностика
3.1	Радость. Что такое мимика?	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
3.2	Радость. Что такое жесты?	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
3.3	Радость. Как ее доставить другому человеку?	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
3.4	Радость можно передать прикосновением	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
3.5	Грусть.	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
3.6	Страх.	1	0,25	0,75	Рефлексия

					Наблюдение
3.7	Страх. Как его преодолеть.	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
3.8	Гнев. С какими чувствами он дружит?	2	0,5	1,5	Рефлексия Наблюдение
3.9	Гнев и его польза	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
3.10	Обида.	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
3.11	Разные чувства.	1	0,25	0,75	Рефлексия Наблюдение
3.12	Итоговое	1	0,25	0,75	Итоговая рефлексия Наблюдение
4.	Заключительный	1	-	1	Диагностика
	Итого	35	8,5	26,5	

3. Учебно-методическое обеспечение программы

При реализации программы используются следующие методы и приемы: беседа, разминки, психотехнические игры, МАК, интерактивные упражнения, тесты, метод мозгового штурма, дискуссии, игровые методы разрешения конфликтных ситуаций, ролевые игры, рефлексия.

Психологический инструментарий:

- песочница с песком, тематические наборы фигурок (для использования приемов песочной терапии);

- колоды метафорических ассоциативных карт (МАК) различной направленности: «Дерево как образ человека», «Окна и двери», «Пути - дороги», «О природе и погоде», «Из сундука прошлого», «Teenagers», «Источник» и др.;

- канцтовары (карандаши, масляная пастель, гуашевые и акварельные краски, кисти, бумага А1-А4) для проективных диагностических тестов и применения методов арт-терапии.

Список литературы

Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М., 1990.

Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.

Вайсен Р. и др. Обучение жизненным навыкам в школах. М., 1996.

Жизненные навыки / Под. ред. С.В. Кривцовой. М., 2002. Панфилова М.А. Игротерапия общения. М., 2000.

Оклендер В. Окна в мир ребёнка. Руководство по детской психотерапии. М., 1997.

Мушина В.С. Детская психология. М., 1999.

Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.

Стишенок И.В.. Сказка в тренинге. Коррекция, развитие, личностный рост..-СПб.:Речь,2006

Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях внедрения ФГОС // Сост. И.В. Возняк, И.М. Узянова, С.В.Лебедева и др. Волгоград, 2013.

Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4). М., 2021 г.