****

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по психологии для 1 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе. Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2012г.

Рабочая программа по психологии для 1 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания начального общего образования, примерной программой по психологии.

Предлагаемая рабочая программа реализуется в учебно-методическом пособии, созданном кандидатом психологических наук О.В.Хухлаевой.

Курс психологии «Тропинка к своему Я» может преподаваться за счёт часов школьного компонента и составлять вариативную часть типового учебного плана средней общеобразовательной школы, лицея, гимназии.

Рабочая программа - индивидуальный инструмент педагога, в котором он определяет наиболее оптимальные и эффективные для определенного класса содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям стандарта. Учитель может внести коррективы во все структурные элементы программы с учетом особенностей своего образовательного учреждения и особенностей обучающихся конкретного класса.

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.

Курс психологических занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

 - осознание себя с позиции школьника;

- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;

- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;

- способность справляться со страхами, обидами, гневом;

- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;

- умение справляться с негативными эмоциями;

- стремление к изучению своих возможностей и способностей;

- успешная адаптация в социуме.

**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.

**Общая характеристика предмета:**

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента:

**аксиологический** (связанный с сознанием)**, инструментально-технологический и потребностно-мотивационный.**

**Аксиологический** компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

 **Инструментальный** компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

 **Потребностно-мотивационный** компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

 **Задачи развития** являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

 1.Введение в тему.

 2.Развёртывание темы.

 3.Индивидуализация темы.

 4.Завершение темы

**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.

**Формы контроля:** входная, промежуточная, итоговая диагностика.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

**1 класс**

*Регулятивные УУД:*

* овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
* извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
* определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
* учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
* строить речевое высказывание в устной форме

*Познавательные УУД:*

* уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
* учиться исследовать свои качества и свои особенности
* учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя
* учиться наблюдать
* моделировать ситуацию с помощью учителя

*Коммуникативные УУД:*

* учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
* учиться работать в паре и в группе
* выполнять различные роли
* слушать и понимать речь других ребят
* осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: 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.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении младших школьников имеют исключительное значение.

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 самодеятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения*** к психологической реальности и действительности в целом.

**Межпредметные связи:**

Курс психологии эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

* в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);
* в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);
* в включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

При проведении уроков психологии в 1 классах необходимо использование следующих технологий:

1. Личностно-ориентированные технологии.
2. Технологию разноуровневого (дифференцированного) обучения.
3. Диалогические технологии.
4. КСО
5. Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
6. Коммуникативно-информационные технологии.
7. Технология учебно-игровой деятельности.
8. Технология проектной деятельности.

**Тематическое планирование**

***«Тропинка к своему Я»***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** |
|  | **Раздел 1. Я - школьник** | **15** |
|  | Тема «Знакомство. Введение в мир психологии». Беседа, упражнения на формирование дружеских отношений, развитие уверенности в себе | 1 |
|  | Тема «Как зовут ребят моего класса». Групповая работа, индивидуальная работа, направленные на осознание позиции школьника | 1 |
|  | Тема «Зачем мне нужно ходить в школу». Групповая ииндивидуальная работа. Социальные пробы, обсуждение | 2 |
|  | Тема «Я в школе». Групповая и индивидуальная работа. | 1 |
|  | Тема «Мой класс». Групповая и индивидуальная работа. Практикум, обсуждение | 2 |
|  | Тема «Какие ребята в моем классе». Групповая ииндивидуальная работа. Развивающие игры, обсуждение | 2 |
|  | Тема «Мои друзья в классе». Групповая и индивидуальная работа. Практикум, обсуждение, ролевые игры. | 3 |
|  | Тема «Мои успехи в школе». Групповая и индивидуальнаяРабота. Развивающие упражнения, обсуждение | 2 |
|  | Тема «Моя «учебная сила». Групповая и индивидуальная работа. Практикум. Психогимнастические, ролевые игры. Дискуссионная игра. | 1 |
|  | **Раздел 2. Мои чувства** | **22** |
|  | Тема «Радость. Что такое мимика» | 1 |
|  | Тема «Радость. Как ее доставить другому человеку» | 1 |
|  | Тема «Жесты» | 1 |
|  | Тема «Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом» | 3 |
|  | Тема «Грусть» | 1 |
|  | Тема «Страх» | 1 |
|  | Тема «Страх. Его относительность» | 1 |
|  | Тема «Как справиться со страхом» | 1 |
|  | Тема «Страх и как его преодолеть» | 1 |
|  | Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит» | 2 |
|  | Тема «Может ли гнев принести пользу» | 2 |
|  | Тема «Обида» | 1 |
|  | Тема «Разные чувства» | 2 |
|  | Тема «Понимаем чувства другого» | 2 |
|  | Тема «Мы испытываем разные чувства». | 2 |
|  | **Чем люди отличаются друг от друга?** | **24** |
|  | Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами». | 2 |
|  | Тема «Хорошие качества людей». | 2 |
|  | Тема «Плохие качества людей». | 2 |
|  | Тема «Самое важное хорошее качество». | 2 |
|  | Тема «Кто такой сердечный человек». | 2 |
|  | Тема «Кто такой доброжелательный человекм | 2 |
|  | Тема «Трудно ли быть доброжелательным человеком». | 2 |
|  | Тема «Я желаю добра ребятам в классе». | 2 |
|  | Тема «Очищаем свое сердце». | 2 |
|  | Тема «Какие качества нравятся друг другу». | 2 |
|  | Тема «Какими качествами мы похожи и чем отличаемся». | 2 |
|  | Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами». | 2 |
|  | **Какой  Я – Какой ты.** | **15** |
|  | Тема «Какой Я?» | 2 |
|  | Тема «Какой ты?» | 2 |
|  | Тема «Трудности в школе, дома, на улице». | 2 |
|  | Тема «Школьные трудности». | 2 |
|  | Тема «Домашние трудности». | 2 |
|  | Тема «Как прошёл мой учебный год».Что нового я узнал(а)?Что вызвало у меня улыбку?Кому и чем я помог, помогла?Кто и что сделала для меня хорошего?Моменты, когда я гордился, гордилась собой?С чем я был(а) не согласен?Дела, заинтересовавшие меня больше всего?Пожелания на следующий учебный год? | 5 |
|  | **Итоговое занятие. Рефлексия.** | 1 |
|  |  |  |