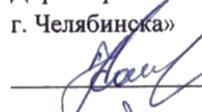


КОМИТЕТ ПО ДЕЛАМ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 94 Г. ЧЕЛЯБИНСКА»  
(МАОУ «СОШ № 94 Г. ЧЕЛЯБИНСКА»)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «СОШ № 94  
г. Челябинска»

  
\_\_\_\_\_  
Н. Б. Коржова

« 21 » августа 2022 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«КОРОЛЕВСТВО ВНУТРЕННЕГО МИРА»

Возраст обучающихся: 9-11 лет  
Срок реализации программы: 1 год  
Уровень: базовый

Автор – составитель:  
Кадышева Марина Валерьевна,  
педагог-психолог

Челябинск, 2022 г

## **Пояснительная записка**

Программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми актами РФ:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), Москва, 2015 г. – Информационное письмо 09-3242 от 18.11.2015 г.
6. Устав и локальные акты МАОУ «СОШ № 94 г. Челябинска».

### **Актуальность программы**

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 современной 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, способствующем психологическому здоровью личности. Ибо только здоровая личность способна проявлять познавательную активность и адекватно реагировать на изменения в быстроменяющемся мире.

Обучение ребёнка в начальной школе – первая и очень значительная ступень в его школьной жизни. От степени освоения им новой – учебной – деятельности, приобретения умения учиться во многом зависит дальнейшее обучение ребёнка, развитие его как субъекта учебного процесса и формирование его отношения к школе.

Решение проблемы развития психологической готовности детей к обучению на второй ступени связано с резервами младшего школьного возраста. Именно в этом возрастном периоде формируются необходимые психологические механизмы, позволяющие ребёнку адекватно принять новые условия деятельности. Задача психолога – помочь ребёнку раскрыть имеющийся потенциал и не допустить превращения недостатков развития в проблему.

**Направленность** – социально-гуманитарная.

### **Отличительные особенности программы**

Программа «Королевство внутреннего мира», являясь принципиально новой для начального образования, предполагает и кардинально иные, по сравнению с традиционными, подходы к отбору содержания, структурированию и организационным формам занятий. Важнейшим отличием данного курса является сдвиг акцентов с обучения на развитие. Программа направлена на формирование УУД (в первую очередь – коммуникативных и личностных) у школьников во внеурочной деятельности. Программа «Королевство внутреннего мира» позволяет провести мониторинг достижения планируемых школой и Основной образовательной программой начального общего образования прежде всего личностных и метапредметных результатов. По программе предусмотрено психологическое информирование и просвещение родителей и педагогов по актуальным вопросам образования детей с учетом возрастных особенностей и результатов психологического мониторинга оценки достижения планируемых результатов (личностных и метапредметных).

Научной основой программы стал полисубъектный подход, разрабатываемый И.В. Вачковым. Программа «Психологическая азбука» нацелена в первую очередь на развитие самосознания и рефлексивных способностей детей. Основным принцип, легший в основу курса, - принцип метафоризации психологических представлений, благодаря которому достигается единство материала психологии с психологическим материалом конкретной личности.

**Адресат программы:** данная программа предназначена для детей в возрасте от 9 до 11 лет.

**Форма обучения:** очная с применением дистанционных форм обучения.

### **Педагогические технологии**

Использование современных педагогических технологий является условием достижения нового качества образования. Педагогическое мастерство преподавателя педагогического класса состоит в том, чтобы

отобрать нужное содержание, применить оптимальные методы и средства обучения и воспитания в соответствии с поставленными образовательными задачами. Реализация цели и задачи программы предполагает активное участие старшеклассников в учебном процессе, а, следовательно требует применение технологий активизирующих их деятельность.

Технологии образования	Методы образования
здоровьесберегающие технологии, технологии проектной деятельности, игровые технологии, технологии проблемного обучения, технологии коллективных творческих дел, информационные технологии, практикумы, квестовые технологии.	объяснительно-иллюстративный метод интерактивный метод, метод проблемного обучения, учебный диалог, метод проектов, игровой методы, частичнопоисковый метод.

**Объем и сроки освоения программы:** программа рассчитана на 1 год обучения, объем программы составляет 34 часа.

**Особенности организации учебного процесса:** занятия проводятся в групповой форме, состав группы постоянный, в группе не более 15 человек одного возраста. Каждое занятие может включать в себя следующие типы работы: рассказ психолога, игра, психотехнические и психогимнастические упражнения, беседа, лепка из пластилина, изобразительная деятельность, чтение специально подобранных текстов и «психологических сказок» и др.

**Режим занятий:** занятия в объединении проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу, продолжительность занятия – 40 минут.

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

**Задачи:**

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

**Содержание программы.  
Учебный план.**

№ п/п	Название разделов и тем	Общее количество часов	Из них:		Формы аттестации, контроля
			Теория	Практика	
1.	Введение в психологию общения	4	1	3	тест
2.	Психология отношений: Ты – Я – Он/Она – Мы	10	3	7	Проект
3.	Сокровища и тайны дружбы	8	2	6	тренинг
4.	Поддержка в общении	3	1	2	тренинг
5.	Сочувствие и сопереживание	9	2	7	тренинг
6	Итоговая аттестация	1		1	проект
	Итого	35	9	25	

**Содержание учебного плана.**

**Раздел 1. Введение в психологию общения.**

В данном разделе программы особое внимание уделяется пробуждению интереса к психологии общения у третьеклассников, самопознанию и рефлексии. Школьники развивают навыки эффективного взаимодействия и сотрудничества. Происходит осмысление отношений с одноклассниками, формирование умений действовать согласовано.

**Раздел 2. Психология отношений: Ты-Я-Он/Она-Мы.**

Обучающиеся знакомятся с качествами важными для общения, для эффективного взаимодействия. В ходе выполнения заданий происходит понимание разницы между тем, как воспринимают себя сами учащиеся и как их воспринимают другие, осознается отношение к себе. Формируется реалистичная самооценка. Происходит осознание ценности глубоких и теплых эмоциональных отношений между людьми, развитие навыков невербального взаимодействия, толерантного отношения к другим людям и мнениям. Ряд заданий направлен на осознание своего отношения к представителям другого пола, формирование позитивного отношения к другому полу.

### **Раздел 3. Сокровища и тайны дружбы.**

В данном разделе ученики знакомятся с понятием «дружба», развивают навыки совместной деятельности. Развивают навыки взаимодействия и сотрудничества, создания условий для самовыражения в команде, разработки правил доброжелательного и эффективного общения. Осознание важности сходности и различия черт между людьми для общения, развитие умения учитывать мнения других, развитие толерантных отношений. Осмысление ценности дружеских отношений, развитие умения представлять себя в общении, выражение невербального Я.

### **Раздел 4. Поддержка в общении.**

Знакомство с понятием «комплимент», понимание значимости комплимента для комфортных взаимоотношений, знакомство с формулами комплимента, развитие стремления к освоению навыков оказания психологической поддержки. Развитие навыков оказания психологической поддержки, осознание и раскрытие в общении собственных достоинств, способностей, достижений, получение опыта самопринятия.

### **Раздел 5. Сочувствие и сопереживание.**

Задания данного раздела программы ориентированы на осознание роли эмоций в общении. Осознание смены своих эмоций и собственного влияния на эмоции других в ходе общения, расширение эмоционального словаря общения. Также происходит осознание динамики эмоций и влияния других людей на этот процесс, развитие чувствительности к восприятию эмоций, умение выражать свои эмоции. В ходе выполнения упражнений развиваются умения понимать эмоции других, выражать свои эмоции, формируется способность к сопереживанию и сочувствию. На заключительных занятиях происходит обобщение опыта, приобретенного за учебный год и стимулирование интереса к самопознанию и психологии.

### **Раздел 6. Итоговая аттестация.**

Проект «Книга обо мне» или «Мое Королевство Внутреннего Мира».

## **Планируемые результаты**

### *Основные результаты*

1. Низкий уровень тревожности.
2. Высокая и нормальная самооценка.
3. Позитивное отношение к себе и своей личности.
4. Хорошо сформированные умения общения со сверстниками и взрослыми, в том числе педагогами.
5. Сплоченный классный коллектив обучающихся с положительной мотивацией к обучению.
6. Смягчение процесса адаптации к обучению в школе.

7. Осознание детьми своих особенностей и возможностей на данном этапе обучения.
8. Сформированность основных понятий, связанных с содержанием курса.

*Основные умения и навыки, которыми должен овладеть школьник за время занятий по программе:*

1. Умение осознавать требования учителя и соответствовать им.
2. Умение устанавливать межличностные отношения с педагогами.
3. Умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы.
4. Умение общения и достойного поведения с одноклассниками.
5. Навыки коллективной деятельности.

### **Форма контроля и аттестации.**

*Входная диагностика* проводится в начале учебного года с целью определения стартовых знаний, умений и навыков по данному направлению. Формы диагностики – опрос, беседа, тест.

*Промежуточная диагностика* осуществляется по окончании изучения основных разделов в виде проектных работ.

*Итоговая диагностика* проводится в конце учебного года в форме проектной деятельности и позволяет определить уровень освоения программного содержания.

- Тестирование (групповое или индивидуальное) (тест тревожности, социометрия, анкетирование, методики, направленные на исследование уровня сформированности УУД).
- Применение проективных методик диагностики ( «Школа зверей» Моя школа», «Мой класс», «Мой портрет» и т.д)
- Наблюдение за детьми в игровых и учебных ситуациях,
- Создание проектов.

### **Условия реализации программы.**

Материально-техническое обеспечение:

Компьютер, проектор, экран, колонки, многофункциональное устройство, музыкальный центр, материалы для работы декоративно-прикладным творчеством, специальная литература.

Методическое обеспечение:

Рабочие тетради

**Методическое обеспечение программы**

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (первый год обучения). Под ред. И.В. Вачкова. М.;2014г.
2. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (второй год обучения). Под ред. И.В. Вачкова. М.;2014г.
3. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (третий год обучения). Под ред. И.В. Вачкова. М.;2013г.
4. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (четвертый год обучения) Под ред. И.В. Вачкова. М.;2014г.
5. «Сказки о самой душевной науке» Вачков И.В. М.;2014г.

**Календарный учебный график  
дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы  
«Королевство внутреннего мира»**

**Начало обучения:** - 01.09.2022

**Окончание обучения:** - 26.05.2023

Учебная четверть	Дата начала и окончания четверти	Сроки каникул	Число учебных недель	Число учебных дней	Число учебных часов
Первая четверть	01.09.22-02.11.22	03.11-09.11	9	9	9
Вторая четверть	10.11.22-28.12.22	29.01-08.01	7	7	7
Третья четверть	09.01.23-17.03.23	18.03-29.03	10	10	10
Четвертая четверть	30.03.23-26.05.23		8	8	8
		итого	34недели	34 недели	34 недели

**Календарно-тематическое планирование  
дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы  
«Королевство внутреннего мира»**

№ занятия	Дата проведения	Тема занятия	Кол-во часов
<b>Введение в психологию общения</b>			<b>4</b>
1.		Новая встреча с психологией	1
2.		Начало путешествия в Страну Общения	1
3.		Что взять с собой в путешествие?	1
4.		Что я знаю о себе?	1
<b>Психология отношений: Ты – Я – Он/Она = Мы</b>			<b>10</b>
5.		Как и почему начинаются споры?	1
6.		Сказка о конфликте и контакте	1
7.		Качества, важные для общения	1
8.		Какие мы в общении?	1
9.		Я общительный или замкнутый?	1
10.		Королевство Разорванных Связей	1
11.		Свои и чужие	1
12.		Робинзоны	1
13.		Девчонки + мальчишки =...	1
14.		Друзья и недруги?	1
<b>Сокровища и тайны дружбы</b>			<b>8</b>
15.		Дружба – это...	1
16.		Мы – дружная команда	1
17.		Правила доброжелательного общения	1
18.		Дружная страна	1
19.		Как мы все похожи!	1
20.		Какие мы все разные!	1
21.		Сказка о Другой Точке Зрения	1
22.		Скажи мне, кто твой друг...	1
<b>Поддержка в общении</b>			<b>3</b>
23.		Комплимент – это...	1
24.		Что другие ценят во мне? Что я ценю в себе?	1
25.		Давайте говорить друг другу комплименты	1
<b>Сочувствие и сопереживание</b>			<b>9</b>

26.		Как мы переживаем эмоции?	1
27.		Мы умеем выражать свои эмоции!	1
28.		Как мы понимаем эмоции других?	1
29.		Как мы умеем сопереживать!	1
30.		Спектакль	1
31-33.		Подготовка творческого проекта	3
34.		Защита проекта	1
		итого	34