**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Рабочая программа по психологии для 1 класса составлена** на основе:

* Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 г. (с изменениями и дополнениями от 31.07.20 г. ФЗ-№304);
* Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.052015 №996-р)
* Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания гражданина России;
* Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64100).
* рабочей программы воспитания МБОУ СОШ с. Калинка
* учебного плана МБОУ СОШ с. Калинка 2023-2024 учебный год;
* требований к оснащению образовательного процесса.

 Данный курс также является первой ступенькой в профориентационной работе.

В жизни каждого человека профессиональная деятельность занимает важное место. С первых шагов ребёнка родители задумываются о его будущем, внимательно следят за интересами и склонностями своего ребёнка, стараясь предопределить его профессиональную судьбу. Учёба в школе выявляет избирательное отношение школьника к разным учебным предметам.

Перед младшим школьником  не стоит проблема выбора профессии. Но поскольку профессиональное самоопределение взаимосвязано с развитием личности на всех возрастных этапах, то младший школьный возраст можно рассматривать как подготовительный, закладывающий основы для профессионального самоопределения в будущем.

 **Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, когда** формирование представлений о мире труда и профессий подчас осуществляется недостаточно целенаправленно и системно. В то время как именно школа должна стать решающим звеном процесса профессионального самоопределения обучающихся, оказать действенное влияние на целенаправленное формирование представлений о мире труда и профессий.

**Программа 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 наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.**

Решение данных проблем позволит оптимизировать учебный процесс, направленный на профориентационное  образование, сделает учёбу в школе единым преемственным образовательным процессом.

**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.**

- развитие интереса и мотивации к разнообразным познаниям о профессии;

- развитие определённых профессиональных навыков, развитие рефлексии и навыков опыта деятельности.

**Цель курса: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.** Создание образовательной среды, насыщенной возможностями для реализации способностей обучающихся через развитие интереса к разным видам сферы деятельности.

**Цель** профориентационной работы - это актуализация представлений о профессии среди младших школьников.

***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 терпимость к мнению собеседника.**

**4. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.**

**5.** Познакомить с широким спектром профессий, особенностями разных профессий;

**6.** Способствовать формированию уважительного отношения к людям разных профессий и результатам их труда;

**7.** Способствовать развитию интеллектуальных и творческих возможностей ребёнка;

**8.** Способствовать формированию навыков здорового и безопасного образа жизни.

**9.Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.**

**Описание места предмета в учебном плане**

**В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами начального общего образования курс психологических занятий «Тропинка к своему Я» изучается в классе по одному часу в неделю (33 ч. в год в 1 классе).**

**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.**

**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.**

**Средства формирования УУД: словесные методы, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.**

**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), 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.** Приобретение социальных знаний. Занятия по конструированию, знакомство с домашними ремёслами, экскурсии на производство, встречи с людьми разных профессий.

 **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.**

**Методы и приемы профориентации:**

 В 1 классе у ребенка формируются первые умения и навыки общего труда, расширяются знания о применении техники, о трудовой деятельности людей, о значении труда в жизни человека. На этом этапе важно проводить различные экскурсии по городу, на ферму, в сад, в магазин, на стройку, в библиотеку, на почту, в пищеблок в школе. На занятиях преподаватель может проводить беседы на тему: «Уважение к трудящимся людям», «Бережное отношение к природе»  и др. Важно, чтобы информация была красочной и захватывающей, реальной, живой, поэтому роль экскурсий на предприятия, и знакомства с различными профессиями – это неоценимый вклад в расширение представлений ребёнка о профессии. Непосредственно в школе, конечно, должен быть игровой методический материал - набор игрушек по профессиям, раздаточный материал, виртуальный кабинет по профориентации. Заканчивая начальную школу, дети должны иметь начальное представление о поиске сведений о профессии в современном информационном поле, не ограничиваясь просто виртуальными играми, и получить первоначальный незабываемей опыт своей поисковой и исследовательской деятельности.

**При проведении уроков 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 предусматривает организацию работы как со слабоуспевающими детьми, так и с одаренными.**

**Работа с одаренными детьми**

* **Постоянно стимулировать их познавательную активность.**
* **Поощрять или организовывать знакомство с материалом, который обычно не включается в стандартный учебный план.**
* **Формировать большую мыслительную гибкость в отношении используемых материалов, времени и ресурсов.**
* **Предъявлять более высокие требования к самостоятельности и целеустремленности в решении задач.**
* **Стремиться осуществлять учебный процесс в соответствии с познавательными потребностями, а не заранее установленной жесткой последовательности.**

**Работа со слабоуспевающими учениками**

**При работе со слабоуспевающими учащимися предусмотрено использование следующих приемов, методов и форм работы:**

* **Выявление слабоуспевающих через наблюдения, анализ психологической диагностики в начале учебного года.**
* **Применение заданий различной степени трудности.**
* **Работа в парах переменного состава, работа в группах, взаимообучение.**
* **Использование экспресс-диагностик.**
* **Индивидуальные задания с применением карточек-инструкций.**
* **Индивидуальные и групповые консультации.**
* **Использование межпредметных связей.**
* **Работа с учебной, дополнительной литературой.**
* **Разработка мультимедийных презентаций, творческих проектов, рефератов.**
* **Использование интерактивных занятий**

 **Содержание программы**

 **«Тропинка к своему Я. 1 класс» (33 ч., 1 ч в неделю)**

**Раздел 1. Я школьник. (9 часов)**

**Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».**

 Играем в профессии. Все работы хороши (2 ч.).

 Формирование элементарных знаний о профессиях через игру. Занятия с элементами игры. Стихи о профессиях. Работа с карточками (конкурс состоит в составлении целой из разрезанной на части картинки). Игра «Кто потерял свой инструмент», конкурс «Найди лишнее», Дидактические игры «Оденем куклу на работу», «Мы строители», «Магазин».

 **Раздел 2. Мои чувства (16 часов)**

**Радость. Что такое мимика. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением, подарить взглядом. Грусть. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства.**

 «Путешествие в мир профессий»  (6 часов)

Расширение представлений детей о мире профессий, актуализация представлений о профессии среди младших школьников. Какие бывают профессии. Ролевые и дидактические игры, чтение произведений. Обсуждение поступков главных героев. Как бы ты поступил в данной ситуации. Словарная работа. Экскурсии по профессиям.

 Игра «Таинственное слово» (расшифровка слов баркы (рыбак), ртомас (матрос), явше (швея). Игра отгадай пословицы (Без труда..(нет рыбки), без дела жить -…(только небо коптить). Викторина «Угадай профессию» кто пашет, сеет, хлеб убирает (хлебороб), кто лекарство отпускает (аптекарь-фармоцевт), кто дома строит (строитель)., «Аптека», «Больница». «Дядя Степа-милиционер», «Кем быть?», «Доктор Айболит», «Повар», «Почтальон Печкин», «Все работы хороши, все ребята – молодцы».

###

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Наименования разделов и тем уроков** | **Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий) по теме** | **Кол-во часов** |
|  | **Тема «Знакомство. Введение в мир психологии»** | **Р Ориентируются на образец и правило выполнения действия****П Выделяют и формулируют познавательную цель с помощью учителя****К Слушают и понимают речь других ребят****Л Формируют положительное отношение к школе** | **1** |
|  | **Тема «Как зовут ребят моего класса»** | **Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками** **П Умеют работать по предложенному учителем плану****К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах** **Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей** | **1** |
|  | **Тема «Зачем мне нужно ходить в школу»** | **Р Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации****П Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя****К Слушают, понимают речь других людей****Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих** | **1** |
|  | **Все работы хороши. Кому что нужно.** | **1** |
|  | **Тема «Мой класс»** | **1** |
|  | **Тема «Какие ребята в моем классе»** | **Р Осуществляют пошаговый и итоговый контроль по результату****П Пересказывают небольшие тексты****К Строят простое речевое высказывание****Л Формируют положительное отношение к школе** | **1** |
|  | **Тема «Мои друзья в классе»** | **1** |
|  | **Тема «Мои друзья в классе»** | **1** |
|  | **Мы строители. Оденем куклу на работу, едем на работу.** | **Р Осваивают правила планирования, контроля способа решения****П Группируют предметы и их образы по заданным признакам****К Строят понятные для партнера высказывания****Л Соблюдают правила игры и дисциплины** | **1** |
|  | **Тема «Мои успехи в школе»** | **1** |
|  | **Тема «Моя «учебная сила»»** | **Р Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации****П Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя****К Слушают, понимают речь других людей****Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих** | **1** |
|  | **Тема «Радость. Что такое мимика»** | **Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся их преодолевать****П Осуществляют поиск и выделяет конкретную информацию с помощью учителя****К Имеют первоначальные навыки работы в группе, учимся общению.****Л Оценивают результаты своей деятельности** | **1** |
|  | **Магазин. Мы едем в магазин.** | **1** |
|  | **Тема «Радость. Как ее доставить другому человеку»** | **Р Осваивают правила планирования, контроля способа решения****П Группируют предметы и их образы по заданным признакам****К Строят понятные для партнера высказывания****Л Соблюдают правила игры и дисциплины** | **1** |
|  | **Тема «Жесты»** | **Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению** **П Включаются в творческую деятельность под руководством учителя****К Учатся работать в паре и группе****Л Ориентируются на понимание чувств других людей** | **1** |
|  | **Тема «Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом»** | **Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми****П Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя****К Умеют договариваться** **Л Формируют положительное отношение к школе** | **1** |
|  | **Тема «Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом»** | **Р Строят речевое высказывание в устной форме****П Учатся исследовать свои качества и свои особенности****К Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации****Л Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата** | **1** |
|  | **Аптека. Больница** | **Р Извлекают с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста****П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя****К Понимают смысл простого текста****Л Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу** | **1** |
|  | **Тема «Грусть»** | **1** |
|  | **Тема «Страх»** | **1** |
|  | **Тема «Страх»** | **Р Переносят навыки построения внутреннего плана действия из игровой деятельности в учебную** **П Учатся наблюдать** **К Договариваются и уважают разные мнения** **Л Формируют положительное отношение к школе** | **1** |
|  | **Тема «Страх. Его относительность»** | **1** |
|  | **Какие бывают профессии.****В.Маяковский «Кем быть?»** | **Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя** **П Моделируют ситуации с помощью учителя** **К Учиться слушать и понимать речь других ребят****Л Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия** | **1** |
|  | **Тема «Как справиться со страхом»** | **Р Вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера ошибок****П Моделируют ситуацию с помощью учителя****К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах****Л Умеют налаживать контакты с окружающими** | **1** |
|  | **Тема «Страх и как его преодолеть»** | **Р Адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, товарищей****П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя** **К Учатся работать в паре и группе** **Л Проявляют сопереживание к другим людям** | **1** |
|  | **Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит»** | **Р Осваивает правила планирования, контроля способа действия****П Учатся исследовать свои качества и свои особенности** **К Применяют первоначальные способы поиска информации****Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии** | **1** |
|  | **Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит»** | **Р Овладевает способами самооценки выполнения действия****П Учатся распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя** **К Учитывают разные мнения** **Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки** | **1** |
|  | **С.Михалков «Дядя Степа», «Дядя Степа – милиционер»** | **1** |
|  | **Тема «Может ли гнев принести пользу»** | **Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя** **П Устанавливают последовательность событий в тексте** **К Формулируют собственное мнение****Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей** | **1** |
|  | **Тема «Обида»** | **1** |
|  | **Тема «Разные чувства»** | **Р Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние** **П Учатся работать по предложенному учителем плану** **К Строят понятные для партнера высказывания****Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле собственных поступков, так и поступков окружающих людей** | **1** |
|  | **К.Чуковский «Доктор Айболит»** | **Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся преодолевать их** **П Высказывают свое мнение** **К Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии****Л Умеют выражать себя в различных видах творческой, профессиональной и игровой деятельности.** | **1** |
| **33** | **«Почтальон Печкин – повар»** | **1** |
| **Итого:** |  | **33** |

###  ****Список литературы****

1. **Айзенк Р. Познай свои способности! М., 2000.**
2. **Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.**
3. **Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.**
4. **Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.**
5. **Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.**
6. **Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.**
7. **Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.**
8. **Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.**
9. **Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.**
10. **Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области “Технология”. Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.**
11. **Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.**
12. **Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.**
13. **Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.**
14. **Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.**
15. **Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.**
16. **Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.**
17. **Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000**