

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 104  
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА М.С.ХАРЧЕНКО  
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

---

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического совета  
Протокол № 9 от 09.06.2021

**УТВЕРЖДАЮ**

Приказ № 96 от 09.06.2021  
Директор школы №104

**Рабочая программа**

**Психологическое здоровье, интеллектуальное и творческое  
развитие одаренных детей**

Автор составитель: педагог-психолог  
Смолянинов А.В.

Санкт-Петербург  
2021

## Пояснительная записка

Одной из современных задач начального образования является сохранение и укрепление здоровья детей.

ФГОС второго поколения определяет эту задачу как одну из приоритетных.

Среди других важнейших идей ФГОС:

1. Определение современного национального воспитательного идеала, который обозначен в Концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России. Именно с этим документом связано понятие –«духовное здоровье обучающихся школы 1 ступени».
2. Достижение новых образовательных результатов (предметных, метапредметных, личностных), формирование которых возможно на основе нового содержания образования и несколько иных способов деятельности педагога.
3. Обеспечение условий достижения планируемых результатов (материально-технических, гигиенических, иных условий реализации основной образовательной программы начального общего образования).

Результатом реализации указанных условий, в соответствии с ФГОС, и должно стать - создание **комфортной развивающей образовательной среды**. Данное понятие в концепции ФГОС определяется как образовательное пространство:

обеспечивающее высокое качество образования, его доступность, открытость и привлекательность для обучающихся, их родителей и всего общества, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся;

гарантирующее охрану и укрепление физического, психологического, духовного и социального здоровья обучающихся. Именно такое образовательное пространство является комфортным по отношению к обучающимся и педагогическим работникам.

Здоровье, по концепции стандартов, понимается как совокупность нескольких составляющих, среди которых:

физическое,  
психическое,  
духовное,  
социальное здоровье.

Исходя из этих положений, разработан курс занятий, направленных на укрепление психологического здоровья школьников, которое рассматривают как состояние психической сферы человека, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция и оценка своего «Я», моральное самообладание, самоопределение личности в социальных условиях микро- и макросреды (в семье, школе, социальной группе). Важным аспектом программы также является развитие интеллектуальных и творческих способностей учащихся, обеспечивающих личностный рост и успешность процесса обучения.

Одним из важных способов формирования психического здоровья являются методы и технологии психопрофилактики. Они обращены на создание условий для процесса социальной адаптации учащихся, реализации их индивидуальных потребностей и творческой активности, улучшении психологического климата класса, школы, предупреждение конфликтов и отклоняющегося поведения. Решение данных проблем и задач имеет комплексный характер, поэтому программа реализуется с помощью разных форм, методов и технологий.

Программа «Психологическое здоровье. Интеллектуальное и творческое развитие школьников» предназначена для учащихся 1-2 классов. Режим работы – 2 занятия в неделю. Всего – 136 часов.

### **Цели программы**

- создание психологических условий для охраны и сохранения здоровья младших школьников;
- психологическая поддержка развития познавательных интересов и учебной мотивации учащихся начальной школы;
- формирование адекватной самооценки у школьников 1 классов;
- овладение учащимися методами рефлексии результатов учебной деятельности;
- знакомство учащихся со способами саморегуляции и релаксации;
- развитие интеллектуальных умений и способов деятельности;
- раскрытие творческих способностей (вербальных и невербальных) на основе включения учащихся в различные способы деятельности;
- развитие индивидуально-психологических качеств личности учащихся начальных классов;
- содействие формированию у школьников толерантности и ответственности.

### **Принципы, лежащие в основе отбора содержания программы**

**гуманизации** – определяет построение всех отношений на основе гуманистической направленности, человеколюбия, уважения и доверия к ребёнку, на стремлении привести его к успеху;

**системности** – обеспечивает системное, структурно-целостное построение содержания дисциплины, организацию процесса обучения как системы взаимосвязи деятельности ученика и преподавателя;

**социализации** – предопределяет реализацию возможностей формирования социальной культуры личности учащихся 1 классов;

**преемственности** определяет связь качественно различных стадий развития личности, степени её самостоятельности и ответственности.

### **Основное содержание**

Программа включает несколько содержательных блоков.

*Введение.*

Знакомство. Правила поведения в группе. Цели обучения.

### *1. Сохранение и укрепление психического здоровья детей.*

Развитие эмоционально-волевой сферы ученика, умений произвольно управлять своей деятельностью и поведением. Приемы саморегуляции, самооценки и рефлексии.

Развитие коммуникативной культуры — способности устанавливать отношения со сверстниками и учителями, готовности к совместной деятельности. Толерантность. Конфликты и стратегии поведения в конфликтных ситуациях. Способы разрешения конфликтов в школьном коллективе. Эмпатия.

Развитие и коррекция индивидуально-психологических особенностей учащихся. Самооценка. Уровень притязаний. Черты характера.

Сказкотерапия (введение ребенка с его любознательностью и фантазией в окружающий мир и социальные отношения через сказочные истории). Сказки - это не только возможность разбудить воображение ребенка и развить его мыслительные способности, но и возможность помочь адаптироваться к жизни. Воспроизводя жизненные ситуации в сказке, сталкивая героев с проблемами и трудностями, разрешая конфликты, первоклассник смягчает внутреннее психическое напряжение, приобретает веру в себя и чувство защищенности.

Физическая активность и психологическая разрядка. Подвижные игры, развивающие ловкость, быстроту и командную слаженность. Имитационные упражнения и оздоровительная гимнастика.

### *2. Развитие интеллектуальных умений учащихся.*

Диагностика развития интеллектуальных функций учащихся.

Развитие высших психических функций и познавательных процессов: внимания, восприятия, мышления, памяти, воображения, произвольного поведения, наблюдательности, сообразительности, фантазии на основе применения различных психологических методик и техник.

### *3. Развитие творческой деятельности учащихся на основе применения активных методов обучения.*

Развитие вербального творчества учащихся. Развитие речи: расширение словарного запаса, обогащение активного словаря, Умение составлять простейшие, но интересные по смысловой нагрузке и содержанию рассказы. Использование лингвистических игр, направленных на развитие различных видов речевой активности (диалогической, монологической, письменной), а также различных лексических и грамматических упражнений, фольклорных форм (загадки, пословицы, поговорки и т.д.).

Развитие невербального творчества учащихся (изодеятельность, лепка, аппликации, моделирование). Рисование (красками, карандашами, мелками,

свечой, на песке и т.д.), конструирование, лепка, аппликация (ткань, бумага, с помощью различных материалов), оригами.

Развитие любознательности, воображения и дивергентного мышление на основе решения учебно-познавательных задач.

### Тематический план:

Название блока	Формы и методы работы, упражнения	Количество часов
<i>Введение</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка.</li> <li>2. Упражнение «Слева друг и справа друг»</li> <li>3. Игра «Ласковое имя»</li> <li>4. Игра «Интервью»</li> <li>5. Составление правил поведения в группе и коллективе.</li> <li>6. Беседа «Основные цели курса и направления деятельности»</li> <li>5. Подведение итогов</li> <li>6. Рефлексия.</li> </ol>	4
<i>1. Сохранение и укрепление психического здоровья детей.</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка</li> <li>2. Игры «Чувства и настроения».</li> <li>3. Упражнение «Передай эмоцию»</li> <li>4. Упражнение «Развитие воли»</li> <li>5. Демонстрация способов саморегуляции, самооценки и рефлексии</li> <li>6. Учимся говорить себе «стоп»</li> <li>7. Трудное слово «нет»</li> <li>8. Как справиться с плохим настроением</li> <li>9. Психодиагностика уровня самооценки ученика</li> <li>10. Коррекция самооценки</li> <li>11. Приемы коммуникации в коллективе</li> <li>12. Чем мы отличаемся друг от друга</li> <li>13. Рассказ «Особенности взаимоотношений в коллективе и классе. Учебное взаимодействие»</li> <li>14. Игра «В школе и дома».</li> <li>15. Игра «Делаем вместе»</li> <li>16. Беседа «Что такое толерантное поведение?»</li> </ol>	52

	<ul style="list-style-type: none"> <li>17. Объяснение «Виды конфликтов и поведение в конфликтных ситуациях»</li> <li>18. Как победить свой страх</li> <li>19. Упражнение «Найди выход из конфликтной ситуации»</li> <li>20. Упражнение «Пойми меня!»</li> <li>21. Сказкотерапия</li> <li>22. Подвижные игры, развивающие ловкость, быстроту и командную слаженность.</li> <li>23. Имитационные упражнения</li> <li>24. Приемы оздоровительной гимнастики</li> <li>25. Рефлексия</li> </ul>	
<p>2. <i>Развитие интеллектуальных умений учащихся.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка</li> <li>2. Психодиагностика сформированности интеллектуальных умений учащихся</li> <li>3. Методики и техники развития различных видов памяти (зрительной, слуховой, кратковременной, долговременной, произвольной)</li> <li>4. Объяснение «Как запомнить учебную информацию?»</li> <li>5. Мнемotechnики</li> <li>6. Упражнения на развитие внимания и наблюдательности</li> <li>7. Ролевые игры</li> <li>8. Игры на смысловое соотнесение</li> <li>9. Тренировка словесно-логической памяти</li> <li>10. Игры на тренировку мнемического приема «группировка»</li> <li>11. Игры на повторение мнемического приема «повторение»</li> <li>12. Переключаемость внимания</li> <li>13. Развитие наблюдательности</li> <li>14. Увеличение объема произвольности внимания.</li> <li>15. Рефлексия</li> </ul>	32

<p><i>3. Развитие творческой деятельности учащихся на основе применения активных методов обучения.</i></p>	<p>Разминка.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Объяснение «Что такое «творчество?»»</li> <li>2. Упражнение «Сочинение историй»</li> <li>3. Разгадывание и составление загадок</li> <li>4. Беседа «Сказки пословицы и поговорки – кладезь народной мудрости»</li> <li>5. Упражнение «О чем речь?»»</li> <li>6. Сочинение сказок</li> <li>7. Лингвистические игры</li> <li>8. Рисование красками, восковыми мелками и карандашами</li> <li>9. Рисование на песке</li> <li>10. Рисование с помощью круп</li> <li>11. Упражнение «Закончи рисунок»»</li> <li>12. Аппликация</li> <li>13. Лепка</li> <li>14. Моделирование</li> <li>15. Решение проблемных ситуаций и задач</li> <li>16. Как добиваться успеха?</li> <li>17. Рефлексия</li> </ol>	<p>48</p>
<p>Итого</p>		<p>136</p>

### **Применяемые формы, методы и приемы**

- психологические тесты
- проективные методики
- развивающие игры
- подвижные игры
- приемы релаксации и восстановления
- арт-терапия
- активные методы обучения
- тренинги

### **Ожидаемые результаты**

- развитие интеллектуальных умений и способов деятельности
- раскрытие творческих способностей учащихся

- формирование адекватной самооценки у школьников 1 классов
- овладение учащимися методами рефлексии результатов учебной деятельности
- повышение толерантности и ответственности младших школьников
- снижение уровня тревожности у первоклассников
- повышение уровня коммуникабельности детей
- повышение уровня групповой сплочённости коллектива
- повышение уровня эмпатии детей

### **Список литературы и ресурсы Интернет**

1. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? -М.: Генезис,1999.
2. Стрелкова Л.П. Уроки сказки. - М.: Педагогика, 1990.
3. Овчерова Р.В. Практическая психология в начальной школе.- М.: Сфера, 2002.
4. Урунтаева Т.А. Практикум по детской психологии. -М.: Просвещение, 1995.
5. Зак А.З. Развитие умственных способностей младших школьников. М., 2007.
6. Битянова М.Р., Азарова Т. 8., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. М., 2005.
7. Алферов А.Д. Психология развития школьников: Учебное пособие по психологии. - Ростов на/Д: Изд-во «Феникс», 2000.
8. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. –М.: «Генезис» 2002.
9. <http://www.psyedu.ru>
10. <http://adalin.mospsy.ru>