

Министерство просвещения Российской Федерации
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
многопрофильный лицей №16
города Жигулевска городского округа Жигулевск Самарской области

«Согласовано»

Заместителем директора
по учебно-воспитательной
работе ГБОУ лицей №16
г.Жигулевска
30.08.2019 г.

«Утверждено»

к использованию
Директор ГБОУ лицей №16
г.Жигулевска

приказ №244-од от 30.08.2019 г.

**ПСИХОПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА
СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ
«Я НАЧИНАЮ СВОЙ ПУТЬ»**



C=RU, O=ГБОУ лицей №16
г.Жигулевск, CN=Русских И.В.,
E=cu_lic16zhg@63edu.ru
009a46b821033a5880
2025.12.01 09:32:07+04'00'

Составитель:

педагог-психолог

Тюгаева Эльвина Александровна

Жигулевск

2019

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3 стр.
2. Учебный план.....	8 стр.
3. Учебно-тематический план.....	9 стр.
4. Учебная программа.....	11 стр.
5. Литература.....	27 стр.
6. Приложение.....	28 стр.

Пояснительная записка

Актуальность и перспективность.

Начало школьной жизни – серьезное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс, связанное с резким изменением всего образа жизни. Дети должны привыкнуть к новому коллективу, к новым требованиям, к повседневным обязанностям, адаптироваться к школьной жизни.

С первых дней обучения ребенку предъявляются требования, касающиеся произвольности познавательных процессов, учебной мотивации, навыков, позволяющих успешно осваивать программу и т. д. Даже хорошо подготовленные дети в период адаптации испытывают стресс, показывают не стабильные результаты. Дети с низким уровнем готовности способны потеряться, разочароваться в школе, в той школе, которую они так живо и красочно себе представляли. Таким образом, одним из главных направлений работы школьного психолога в начальной школе является помощь ученику в освоении учебной деятельности как в период адаптации в первом классе, так и на всем протяжении обучения в младших классах.

Успешность освоения учебной деятельности, прежде всего, заложена не в ранней программной подготовке дошкольника, а в полноценном освоении игровой деятельности. Так, в частности, в процессе развития сюжетной игры расширяется кругозор, формируется воображение, произвольность поведения, вырабатываются умения принимать правила, инструкцию, следовать заданному алгоритму, формируются познавательные интересы. В дальнейшем обучении, совместной работе с учителем у школьников, на основе познавательных интересов, формируются потребности в теоретических знаниях, что, в свою очередь, преобразуется в многообразие мотивов учебной деятельности.

Зачастую подача содержания урока является приоритетной задачей для учителя, а задачи развития уходят на второй план или опускаются вовсе. На

традиционных уроках в большей степени используются интеллектуальные, психологические ресурсы ребенка, и в меньшей степени – подкрепляются.

Таким образом, традиционные уроки не могут обеспечить в равной доле решение образовательных и развивающих задач. Возникает необходимость в проведении развивающих занятий, помогающих младшему школьнику не только приобрести навыки работы в классе, принятия учебной задачи, самостоятельной деятельности, но и актуализировать познавательные процессы, расширить кругозор, получить новый деятельностный опыт.

Новизна и практическая значимость.

Данная программа направлена на снятие эмоционального дискомфорта у первоклассников, создание ситуации успеха, а также на коррекцию и развитие школьно-значимых психофизиологических и социальных функций в процессе учебной, изобразительной и игровой деятельности. Таким образом, система представленных на занятиях игр и упражнений позволяет решать все три аспекта учебной цели: познавательный, развивающий и воспитывающий.

Познавательный аспект:

- формирование и развитие различных видов памяти, внимания, воображения;
- формирование и развитие общеучебных умений и навыков (умение срисовывать с доски, умение контролировать и оценивать свою работу).

Развивающий аспект:

- развитие речи при работе над словом, словосочетанием, предложением.
- развитие мышления ходе усвоения детьми таких приемов мыслительной деятельности как умение анализировать, сравнивать, синтезировать, обобщать, выделять главное, доказывать и опровергать.
- развитие сенсорной сферы ребят (глазомера, мелких мышц кистей рук).
- развитие двигательной сферы.

Воспитывающий аспект:

- воспитание системы нравственных межличностных отношений (формирование «Я-концепции»).

Цель: создание эмоционально комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков обучающихся.

Задачи:

1. Развитие у детей когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе.

2. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной Я-концепции детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

3. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.

Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания программы.

Основополагающими документами при составлении программы стали:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.) с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01 июля 2020 г);

2. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 г. №124-ФЗ;

3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ.

Теоретико-методологическую основу разработанной программы составляют положения отечественной и зарубежной педагогической и возрастной психологии А.В. Петровского, Д.Б. Эльконина, Л.И. Божович, А.Л. Венгер, И.В. Дубровиной, М.Р. Битяновой, М.М. Безруких.

Принципы построения занятий:

1. От простого к сложному.
2. По актуальности задач в период адаптации.
3. Каждое занятие рассчитано на 30-40 минут, темп и продолжительность занятий выбираются в зависимости от особенностей класса.
4. Смена разных видов деятельности.

Формы и методы работы: основной формой работы является групповое занятие. Основное содержание групповой работы составляют игры, упражнения с элементами арт-терапии, продуктивно-творческая деятельность.

Структура занятия:

- 1) организационная часть;
- 2) разминка;
- 3) основная часть занятия;
- 4) рефлексия занятия (подведение итогов).

Длительность занятий: 30-40 минут.

Количество занятий: 5.

Стимульный материал:

- свитки с правилами поведения;
- листы формата А-4 для упражнений с рисунками и тетрадные листы;
- простые и цветные карандаши;
- картинки с недостающими элементами;
- смайлики для рефлексии;
- таблички с эмоциональными состояниями;
- листочки с названиями эмоций;
- бланки с фразами.

Планируемый результат: благоприятное течение социально-психологической адаптации учащихся 1 класса к школе, сформированность УУД.

Сведения о практической апробации программы.

Данная профилактическая программа реализуется на базе государственного бюджетного общеобразовательного Самарской области многопрофильного лицея №16 города Жигулевска городского округа Жигулевск Самарской области с 2019-20 учебного года по настоящее время, корректируется согласно появляющимся актуальным проблемам социума. Программой охвачено 199 обучающихся.

Учебный план психопрофилактической программы «Я начинаю свой путь»

Цель программы: создание эмоционально комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков обучающихся.

Основные задачи:

1. Развитие у детей когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе.
2. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной Я-концепции детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.
3. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.

Категория обучающихся: первоклассники.

Срок обучения: 1,5 месяца.

Режим занятий: 1 занятие в 1-1,5 недели.

№	Тема	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретич.	Практич.	
1	Правила поведения в школе	40 мин	10 мин	30 мин	Наблюдение, рефлексия
2	Формирование сенсомоторной координации	30 мин	10 мин	20 мин	Наблюдение, рефлексия
3	Выделение существенных признаков предметов и явлений	30 мин	5 мин	25 мин	Наблюдение, рефлексия
4	Развитие общей осведомленности	40 мин	5 мин	35 мин	Наблюдение, рефлексия
5	Развитие эмоционального интеллекта	40 мин	5 мин	35 мин	Наблюдение, рефлексия
Итого		3 ч 00 мин	35 мин	2 ч 25 мин	

Учебно-тематический план психопрофилактической программы «Я начинаю свой путь»

Цель программы: создание эмоционально комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков обучающихся.

Основные задачи:

1. Развитие у детей когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе.
2. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной Я-концепции детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.
3. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.

Категория обучающихся: первоклассники.

Срок обучения: 1,5 месяца.

Режим занятий: 1 занятие в 1-1,5 недели.

№	Тема	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретич.	Практич.	
1	Правила поведения в школе	40 мин	10 мин	30 мин	
	1. Знакомство. 2. «Микрофон». 3. «Снеговик нес письмо». 4. «Правильно – неправильно». 5. Рефлексия.	2 мин 6 мин 10 мин 15 мин 7 мин	2 мин 1 мин 1 мин 5 мин 1 мин	5 мин 9 мин 10 мин 6 мин	Наблюдение, рефлексия
2	Формирование сенсомоторной координации	30 мин	10 мин	20 мин	
	1. Приветствие. 2. «Домик». 3. «Волшебный фонарик» 4. «Нос-потолок-пол». 5. «Фигуры». 6. «Лист бумаги». 7. Рефлексия.	3 мин 8 мин 2 мин 5 мин 4 мин 2 мин 6 мин	3 мин 3 мин 1 мин 1 мин 1 мин 1 мин	5 мин 1 мин 4 мин 3 мин 2 мин 5 мин	Наблюдение, рефлексия
3	Выделение существенных признаков предметов и явлений	30 мин	5 мин	25 мин	
	1. Приветствие.	2 мин	2 мин		Наблюдение,

	2. «Летает – не летает». 3. «Птица, рыба». 4. «Съедобное - несъедобное». 5. «Плохо или хорошо?». 6. «Чудо-юдо-рыба-птица-зверь». 7. Рефлексия.	2 мин 5 мин 5 мин 6 мин 5 мин 5 мин	1 мин 1 мин 1 мин	2 мин 4 мин 4 мин 5 мин 5 мин 5 мин	рефлексия
4	Развитие общей осведомленности	40 мин	5 мин	35 мин	
	1. Приветствие. 2. «Делай по заданию». 3. «Угадай по описанию». 4. «Что не дорисовано?» 5. «Слова» 6. Гимнастика для глаз. 7. «Бывает-не бывает». 8. Рефлексия	5 мин 3 мин 6 мин 4 мин 10 мин 2 мин 5 мин 5 мин	1 мин 1 мин 1 мин 1 мин 1 мин	4 мин 3 мин 5 мин 3 мин 9 мин 2 мин 4 мин 5 мин	Оценка настроения «смайлами», наблюдение, рефлексия
5	Развитие эмоционального интеллекта	40 мин	5 мин	35 мин	
	1. Приветствие. 2. «Угадай, о чем речь». 3. «Выбери и обведи». 4. «Зеркало» 5. «Добрые слова» 6. Рефлексия	5 мин 3 мин 6 мин 10 мин 10 мин 6 мин	2 мин 1 мин 1 мин 1 мин	3 мин 3 мин 5 мин 9 мин 9 мин 6 мин	Самооценка эмоционального состояния, наблюдение, рефлексия
Итого		3 ч 00 мин	35 мин	2 ч 25 мин	

Учебная программа психопрофилактической программы «Я начинаю свой путь»

Пояснительная записка

Актуальность и перспективность.

С первых дней обучения ребенку предъявляются требования, касающиеся произвольности познавательных процессов, учебной мотивации, навыков, позволяющих успешно осваивать программу и т. д. Даже хорошо подготовленные дети в период адаптации испытывают стресс, показывают не стабильные результаты. Дети с низким уровнем готовности способны потеряться, разочароваться в школе, в той школе, которую они так живо и красочно себе представляли. Таким образом, одним из главных направлений работы школьного психолога в начальной школе является помощь ученику в освоении учебной деятельности как в период адаптации в первом классе, так и на всем протяжении обучения в младших классах. Успешность освоения учебной деятельности, прежде всего, заложена не в ранней программной подготовке дошкольника, а в полноценном освоении игровой деятельности.

Актуальность программы обусловлена необходимостью проведения развивающих занятий, помогающих начинающим школьникам не только приобрести навыки работы в классе, принятия учебной деятельности, но и актуализировать познавательные процессы, расширить кругозор, получить новый деятельностный опыт.

Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания программы.

Основополагающими документами при составлении программы стали:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.) с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01 июля 2020 г);
2. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 г. №124-ФЗ;

3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ.

Теоретико-методологическую основу разработанной программы составляют положения отечественной и зарубежной педагогической и возрастной психологии А.В. Петровского, Д.Б. Эльконина, Л.И. Божович, А.Л. Венгер, И.В. Дубровиной, М.Р. Битяновой, М.М. Безруких.

Новизна и практическая значимость программы.

Данная программа направлена на снятие эмоционального дискомфорта у первоклассников, создание ситуации успеха, на коррекцию и развитие психофизиологических и социальных функций в процессе учебной, изобразительной и игровой деятельности.

Таким образом, система представленных на занятиях игр и упражнений позволяет решать все три аспекта учебной цели: познавательный, развивающий и воспитывающий.

Цель программы – создание эмоционально комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков у первоклассников.

Основные задачи:

1. Развить когнитивные умения и способности, необходимые для успешного обучения в начальной школе.

2. Сформировать устойчивую учебную мотивацию на фоне позитивной Я-концепции детей, адекватную самооценку и низкий уровень школьной тревожности.

3. Развить у детей социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками и педагогами.

Адресат: учащиеся 1-х классов.

Структура и содержание программы.

Содержание программы включает в себя 5 групповых занятий:

1. *«Правила поведения в школе»* призвано познакомить участников с правилами поведения в школе;
2. *«Формирование сенсомоторной координации»* направлено на развитие сенсомоторной координации;
3. *«Выделение существенных признаков предметов и явлений»* направлено на развитие понимания существенных признаков явлений и предметов;
4. *«Развитие общей осведомленности»* посвящено формированию общей осведомленности первоклассников, развитию наблюдательности и внимания;
5. *«Развитие эмоционального интеллекта»* поможет первокласснику научиться понимать себя, свои эмоции, приобрести уверенность во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми, найти свое место в школьной жизни.

Продолжительность занятий варьируется от 30 до 40 минут. Программа является гибкой и вариативной в зависимости от специфики классного коллектива и сложившейся психолого-педагогической ситуации.

Описание использованных методик и технологий.

Процесс обучения и развития происходит наиболее успешно при использовании на занятиях различных форм деятельности. Основной формой работы является групповое занятие. Основное содержание групповой работы составляют игры, упражнения с элементами арт-терапии, продуктивно-творческая деятельность.

Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы.

В реализации программы могут принять участие учащиеся 1-х классов начальной школы. Противопоказанием к участию может явиться несогласие родителя или нежелание ученика. Количество участников групповой работы – класс до 25 человек, иначе делить по подгруппам.

Обеспечение гарантий прав участников программы.

При составлении программы учитывались положения и пункты нормативно-правовых документов:

- Конституция Российской Федерации;
- Положение Конвенции ООН о правах ребенка;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Этический кодекс педагога-психолога.

Сферы ответственности.

Перед началом реализации программы были ознакомлены родители учащихся с ее целью, задачами, содержанием и графиком проведения занятий. Психолог принимает на себя ответственность за реализацию ее содержания.

Ресурсы для эффективной реализации программы.

Требования к специалистам, реализующим программу.

Программу может вести специалист с психологическим, социально-педагогическим образованием, владеющий знаниями в области возрастной психологии, педагогики, навыками тренинговой работы. Ведущему необходимо обладать коммуникативными и творческими способностями, рефлексивными навыками и навыками эмпатии, определенными личностными характеристиками (уравновешенность, отзывчивость, доброжелательность и пр.).

Материально-техническое оснащение.

Для проведения занятий необходимо просторное светлое помещение с возможностью изменения степени освещения (жалюзи, шторы), желательно расположенное вдали от спортивного и музыкального залов.

Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации программы.

- свитки с правилами поведения;

- листы бумаги формата А-4 и тетрадные листы;
- простые и цветные карандаши;
- картинки с недостающими элементами;
- смайлики для рефлексии;
- таблички с эмоциональными состояниями;
- листочки с названиями эмоций;
- бланки с фразами.

Требования к информационной обеспеченности учреждения для реализации программы.

Для реализации программы необходимо наличие доступа к печатным или электронным изданиям из списка литературы; компьютер (ноутбук) с доступом к сети интернет, принтер.

Продолжительность программы.

Программа реализуется в течение первой четверти учебного года. Контингент обучающихся – 1 классы (6,5-8 лет). Наполняемость группы – до 25 человек. Продолжительность программы – 5 занятий (3 часа 00 минут), периодичность – 1 занятие в 1-1,5 недели в течение 1,5 месяцев.

Программа проходит в три этапа:

- 1 этап (констатирующий) – первичная диагностика;
- 2 этап (деятельностный) – состоит из пяти занятий (в соответствии с учебно-тематическим планом);
- 3 этап (оценочный) – диагностика «на выходе», позволяет определить эффективность реализации программы и дальнейшие направления работы.

Структура занятий.

Каждое занятие проходит по определенной схеме, включающей в себя:

- 1) организационную часть;
- 2) разминку;
- 3) основную часть;
- 4) рефлексию занятия (подведение итогов).

Ожидаемый результат реализации программы.

В ходе реализации программы прогнозируется:

- благоприятное течение социально-психологической адаптации учащихся 1-х классов к школе;
- сформированность универсальных учебных действий у первоклассников.

Методы оценки результатов программы.

Для оценки результатов реализации программы используются следующие методы:

- наблюдение;
- рефлексия.

Начальная и итоговая диагностика.

Для оценки эффективности программы используются следующие диагностические методики:

- анкета для оценки уровня школьной мотивации Н. Г. Лускановой;
- проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики» О.А. Ореховой.

Сведения о практической апробации программы.

Данная развивающая программа реализуется на базе ГБОУ лицея №16 г. Жигулевска с 2019-20 учебного года по настоящее время, корректируется согласно появляющимся актуальным проблемам социума. Программой охвачено 199 обучающихся.

Занятие №1

Тема: «Правила поведения в школе».

Цель: знакомство первоклассников с правилами поведения в школе.

Задачи:

1. знакомство со школьными правилами;
2. развитие умения рассуждать, думать о последствиях своих действий.

Оборудование: свитки с изображениями школьных правил, картинка с изображением снеговика.

Ход занятия

1. Знакомство. Педагог-психолог представляется и рассказывает, с какой целью проводит занятия у первоклассников.

2. Упражнение-знакомство «Микрофон». Дети поочередно берут «микрофон» (можно вырезать из картона или символично изобразить согнутой в кулак рукой), называют свое имя и говорят, какое настроение у них.

3. Упражнение «Снеговик нес письмо» (основная часть занятия).

Наше сегодняшнее занятие будет посвящено правилам поведения в школе. К нам в гости шел снеговик (картинка снеговика со свитком на доске). Он нес письмо, в котором было что-то для вас написано, но он упал, а из письма высыпались все слова. Для того чтобы понять, что за текст был написан в этом письме, надо помочь снеговику ответить на вопросы. Эти ответы и будут текстом письма.

Сейчас я прочитаю вам стихотворения, а вы громко говорите слово, которое пропущено. Эта игра поможет вам найти первое правило поведения.

1 команда

Если встретился знакомый,
Хоть на улице, хоть дома –
Не стесняйся, не лукавствуй,
А скажи погромче ... (здравствуй)
Вылез Крот на белый свет
И сказал Ежу ... (привет)
Если просишь что-нибудь,

То сначала не забудь
Разомкнуть свои уста
И сказать ... (пожалуйста)
Если невежей прослыть не хотите,
Очень прошу вас - будьте мудры,
Вежливым словом просьбу начните:
Будьте ... (любезны)
Будьте ... (добры)

2 команда

Порвал Воробей
Паутинные нити.
Чирикнул смущенно:
Ну ... (извините)
Если встретилась компания,
Не поспешно, не заранее,
А в минуту расставания
Всем скажите: ... (до свидания)
Когда я что-то подарю,
Мне говорят:... (благодарю)
Если словом или делом
Вам помог кто-либо,
Не стесняйтесь громко, смело
Говорить:... (спасибо)
Играл Медвежонок на кухне в футбол
И перебил ненароком посуду.
К Медведице-маме понурый пришел:
...(Прости) меня, мама, я больше не буду!

Обсуждение. Какое правило нужно соблюдать культурным людям?

Ответ: необходимо быть вежливым при встрече с людьми. Это и будет нашим первым правилом.

Как вы можете поздороваться со знакомыми вам детьми? (здравствуй, привет, доброе утро). А с взрослыми? (Здравствуйте).

4. Упражнение «Правильно – неправильно». Сейчас я буду зачитывать определенные действия, если это можно сделать в школе – хлопаете, если нет – топаете.

Прыгать
Бегать
Читать
Писать

Скакать
Кричать
Спать
Сидеть за партой ровно

Сейчас я прочитаю другое стихотворение, прослушайте его и назовите неправильные поступки героев. Это поможет нам определить второе правило поведения.

«Перемена, перемена!» -
Заливается звонок.
Первым Вова непременно
Вылетает за порог.
Вылетает за порог –
Семерых сбивает с ног.
Неужели это Вова,
Продремавший весь урок?
Неужели этот Вова
Пять минут назад ни слова
У доски сказать не мог?
Если он, то, несомненно,
С ним бо-о-льшая перемена!
Не угонишься за Вовой!
Он, гляди, какой бедовый!
Он за пять минут успел
Переделать кучу дел:
Он поставил три подножки
(Ваське, Кольке и Сережке),
Прокатился кувырком,
На перила сел верхом,
Лихо шлепнулся с перил,
Подзатыльник получил,
С ходу дал кому-то сдачи,
Попросил списать задачи, -
Словом, сделал все, что мог!
Ну а тут – опять звонок...
Вова в класс плетется снова.
Бедный! Нет лица на нем!
- Ничего, - вздыхает Вова, -
- На уроке отдохнем!
Я бываю нем как рыба,
Часто бегаю, как лось,
По-собачьи как-то плавать
Мне на речке довелось.

Говорят, я очень хитрый,
Словно лис в лесу густом.
Иногда труслив, как заяц,
Что укрылся под кустом.
А еще могу реветь
Очень громко, как медведь!
Тихой быть могу овечкой
И упрямым, как осел.
Говорят, как черепаха
Я из школы с двойкой шел.
Я болтливый, как сорока,
Забияка – как петух!
Во дворе в жестокой схватке
Заменяю сразу двух.
А еще бываю я
Изворотлив, как змея.
Как мартышка я кривляюсь,
Ржу, как лошадь: Иго-го!
А вообще-то я нормальный,
Я как все, я ничего!

Обсуждение. Какие правила нарушил герой этих стихов? Сформулируйте, чего нельзя делать на перемене и на уроке. Ответ: бегать, кричать, дразнить одноклассников, кривляться, специально не выполнять требования взрослых.

А сейчас давайте еще раз озвучим основные правила поведения в школе, которые прозвучали сегодня на нашем занятии (правила вывешиваются на доске).

5. Рефлексия.

1. Что понравилось на уроке?
2. Что узнали нового?
3. Что не понравилось?

Занятие № 2

Тема: «Формирование сенсомоторной координации».

Цель: развитие сенсомоторной координации первоклассников.

Задачи:

1. развитие мелкой моторики;
2. развитие умения работать по образцу;
3. развитие зрительно-моторной координации;
4. формирование произвольности и контроля.

Оборудование: стандартный лист бумаги (формат А-4) на каждого обучающегося, простые карандаши, тетрадный лист на каждого обучающегося.

Ход занятия

1. Приветствие. Психолог приветствует первоклассников. Рассказывает о сути сегодняшнего занятия.

2. Упражнение-разминка «Домик». Психолог раздает детям подписанные листы бумаги формата А-4, простые карандаши и предлагает «скопировать» рисунок.

Инструкция: «Перед вами лежат листы бумаги и карандаши. Я прошу вас на этом листе нарисовать точно такую же картинку, как на доске (изображение домика). Не торопитесь, будьте внимательны, постарайтесь, чтобы рисунок был точно такой же, как на этом образце. Если вы что-то нарисуете не так, не стирайте ни ластиком, ни пальцем (необходимо проследить за этим). Надо поверх неправильно нарисованного или рядом нарисовать правильно. Вам понятно задание? Тогда приступайте к работе».

3. Упражнение «Волшебный фонарик». Необходимо поочередно сжимать пальцы в кулак и разжимать.

4. Упражнение «Нос-потолок-пол». Ведущий показывает движения, означающие следующие слова:

Нос – ведущий кладет указательный палец на свой нос;

Потолок – указательный палец вверх;

Пол – опускает указательный палец вниз.

Дальше ведущий предупреждает группу, что сейчас он в произвольном порядке будет называть вышеперечисленные слова, а задача участников их показывать так, как он только что продемонстрировал. При этом сам

ведущий будет путать участников – называть одно, а показывать другое. Участники должны следовать словам. При этом опускать глаза нельзя, надо смотреть на ведущего во время упражнения, показывать движения за его словами и не ошибаться.

5. Упражнение «Фигуры» (показ геометрических фигур пальцами):

1. Треугольник – соединяют большой и указательный пальцы обеих рук, остальные пальцы прижимают к ладоням;

2. Прямоугольник – соединяют большие и средние пальцы или большие и безымянные;

3. Круг или овал – соединяют большие и указательные пальцы, затем прикасаются к большим пальцам каждым последующим пальцем.

6. Упражнение «Лист бумаги». Скомкайте лист бумаги одной рукой, а затем разгладьте его пальцами другой руки (не помогая второй рукой). Использовать по 1 тетрадному листу на каждого участника.

7. Рефлексия.

Первоклассники делятся своими впечатлениями, что нового узнали на занятии. Рассказывают о том, что им понравилось и что не понравилось.

Занятие № 3

Тема: «Выделение существенных признаков предметов и явлений».

Цель: развитие понимания существенных признаков.

Задачи:

1. формирование умения выделять существенные признаки понятий;
2. развитие произвольности;
3. развитие зрительно-моторной координации и памяти детей.

Оборудование: стандартный лист бумаги (формат А-4) на каждого обучающегося, цветные карандаши.

Ход занятия

1. Приветствие. Психолог приветствует обучающихся и рассказывает о сегодняшнем занятии.

2. Упражнение-разминка «Летает – не летает». Упражнение на развитие способности к переключению внимания, произвольности выполнения движений.

Ведущий называет предметы. Если предмет летает - дети поднимают руки. Если не летает - руки у детей опущены. Ведущий может сознательно ошибаться, у многих ребят руки непроизвольно, в силу подражания, будут подниматься. Необходимо своевременно удерживаться и не поднимать рук, когда назван нелетающий предмет.

3. Игра « Птица, рыба». Дети цепочкой по очереди называют по одному слову: первый ученик — название птицы, второй — рыбы, третий — снова птицы и т. д. Игра может проходить на выбывание: ученик, повторивший ранее сказанное слово или перепутавший тему ответа, выбывает из игры.

В конце игры — обсуждение: по каким признакам можно отличить эти группы живых существ друг от друга. Часто дети называют отдельные внешние признаки (например, птицы — это те, кто летают; рыбы — плавают и т.п.). Таким образом, необходимо подвести детей к пониманию того, что выделение понятия должно происходить не по одному отдельному признаку, а по совокупности признаков, причем существенных (для птиц это наличие перьев, клюва, крыльев, рождение детенышей из яиц; для рыб: наличие жабр, чешуи, плавников и т. п.). Возможно заменить понятия на более общие, например: деревья – цветы, растения – животные и т.п.

4. Упражнение «Съедобное - несъедобное». Нужно нарисовать предметы, существенными признаками которых являются следующие: круглый и съедобный; круглый и несъедобный.

5. Игра «Плохо или хорошо?». Детям предлагается некий объект (ситуация), и они должны объяснить, в чем его положительная и отрицательная сторона. Например, мороженое – хорошо, потому что вкусно, плохо – потому, что может заболеть горло.

Даются слова: дождь, телевизор, конфета, собака, цветы, комары, бегать, заболеть, лук, ветер, кошка, компьютер, музыка, нож, огонь, солнце и др.

6. Упражнение «Чудо-юдо-рыба-птица-зверь». Нарисовать фантастическое животное «чудо-юдо-рыба-птица-зверь», которое должно обладать соответствующими признаками всех перечисленных объектов.

7. Рефлексия.

Что дети узнали на занятии нового? Было ли интересно? Что понравилось?

Занятие № 4

Тема: «Развитие общей осведомленности».

Цель: формирование общей осведомленности первоклассников, развитие наблюдательности и внимания.

Задачи:

1. формировать умение наблюдать и анализировать;
2. обучить объединять предметы по главному признаку и называть их обобщенными словами;
3. обогащение и словарного запаса.

Оборудование: вырезанные из бумаги смайлики, картинки с недостающими элементами.

Ход занятия

1. Приветствие. Психолог приветствует детей. С помощью смайликов дети определяют свое сегодняшнее настроение (хорошее, плохое, нейтральное).

2. Разминка «Делай по заданию». Психолог называет ребенку различные слова: стол, чашка, банан, змея, ручка и т.д. Ученик должен, по договоренности, отреагировать на определенные слова. Например, хлопнуть, когда встретится слово, обозначающее растение.

3. Словесная игра «Угадай по описанию». Психолог описывает предмет, находящийся в комнате, обращая внимание на его отличительные свойства и признаки. Дети угадывают.

4. Дидактическая игра «Что не дорисовано?». Ребенку даются картинки и достаточное время (1-2 минуты) для того, чтобы ребенок смог найти недостающую деталь.

5. Игра-соревнование «Слова».

Надо вспомнить как можно больше слов, относящихся к заданной теме. Темы: школа, математика, музыка, книга, искусство, зима, лето и т.д. На каждую тему дается 2-3 минуты.

6. Гимнастика для глаз.

Вверх-вниз, влево-вправо. Двигать глазами вверх-вниз, влево-вправо. Зажмурившись, снять напряжение, считая до десяти.

Круг. Представить себе большой круг. Обводить его глазами по часовой стрелке, потом против часовой стрелки.

Квадрат. Предложить детям представить себе квадрат. Переводить взгляд из правого верхнего угла в левый нижний, в левый верхний, в правый нижний. Еще раз одновременно посмотреть в углы воображаемого квадрата.

Покорчим мордочки. Психолог предлагает изобразить мордочки различных животных или сказочных персонажей. Гримаса ежика: губки вытянуты вперед - влево – вправо – вверх – вниз, потом по кругу в левую сторону, в правую сторону.

Рисование носом. Дети закрывают глаза. Представляют себе, что нос стал, длинным и рисуют предложенный психологом предмет, букву и т.д.

Расширение поля зрения. Указательные пальцы обеих рук поставить перед собою, причем за каждым пальцем следит свой глаз. Развести пальчики в стороны и свести вместе. Свести их и направить в противоположные стороны на чужие места, но каждый глаз следит за своим пальчиком. Вернуться на свои места.

7. Упражнение «Бывает – не бывает». Ведущий называет какую-нибудь ситуацию. Дети должны хлопнуть в том случае, если названная ситуация бывает, а если – нет, то топнуть.

Ситуации:

Кошка варит кашу. Человек вьет гнездо.
Папа ушел на работу. Собака хочет есть.
Поезд летит по небу. Почтальон принес письмо.
Зайчик пошел в школу. Дом пошел гулять.
Яблоко соленое. На березе выросли шишки.
Бегемот залез на дерево. Волк бродит по лесу.
Волк сидит на дереве. В кастрюле варится чашка.
Кошка гуляет по крыше. Лодка плывет по небу.
Девочка рисует домик. Домик рисует девочку.
Ночью светит солнце. Зимой идет снег.
Зимой гремит гром. Рыба поет песни.
Корова жует траву. Мальчик виляет хвостом.
Кошка бежит за мышкой. Петух играет на скрипке.
Ветер качает деревья. Деревья водят хоровод.
Писатели пишут книги. Птичка поет песенки.

8. Рефлексия.

Первоклассники делятся своими впечатлениями, что нового узнали на занятии. Рассказывают о том, что им понравилось и что не понравилось.

Занятие № 5

Тема: «Развитие эмоционального интеллекта».

Цель: научиться понимать себя, свои эмоции, приобрести уверенность во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми, найти свое место в школьной жизни.

Задачи:

1. способствовать реализации приобретенных знаний, умений и навыков;
2. развитие рефлексии первоклассников и осознание своих эмоциональных состояний;
3. получение опыта неформального общения, взаимодействия, сотрудничества;
4. расширение рамок общения с социумом.

Оборудование: стандартный лист бумаги (формат А-4) на каждого обучающегося, цветные карандаши, картинки с эмоциональными состояниями, листочки с названиями эмоций, бланки с фразами.

Ход занятия

1. Приветствие. Психолог приветствует обучающихся и рассказывает о сегодняшнем занятии.

2. Разминка «Угадай, о чем речь». Упражнение на активизацию деятельности. Слова ведущего может сопровождать видеоряд или показ картинок фотографий людей в различных эмоциональных состояниях.

- Сегодняшний наш разговор будет посвящен теме, которая может показаться и простой, и сложной одновременно. Но в любом случае интересной. Я надеюсь, вы сможете сформулировать ее название:

Это есть у людей и животных.

Это проявляется в разном возрасте.

У людей разных национальностей, религий.

Этому подвержены люди разных профессий.

Кто-то учится управлять этим всю жизнь, кому-то это дается легче.

О чем будет наш сегодняшний разговор?

Дети дают ответы (о чувствах, эмоциях).

Какие эмоции вы знаете?

3. Упражнение «Выбери и обведи». Дети работают на индивидуальных бланках. Необходимо выбрать и обвести зеленым цветом те эмоции, которые приятно испытывать, а красным подчеркнуть неприятные. Один из участников на доске располагает названия в два столбика. Обсуждение результатов.

4. Упражнение «Зеркало». Дети в парах встают друг напротив друга, один – «зеркало», другой – «человек перед зеркалом». «Человек» изображает разные эмоции, «зеркало» старается повторить. Потом меняются ролями. Обсуждение, что получилось, что не очень; что было сложнее: изображать или угадывать.

5. Упражнение «Добрые слова». Работа на индивидуальных бланках. Детям необходимо выбрать из предложенных и подчеркнуть синим карандашом те слова, которые говорят они, а зеленым карандашом обвести слова друзей. Можно придумать и написать свои слова.

Какие слова говорим, чтобы порадовать другого?

Какие слова радуют нас?

Обсуждение упражнения.

6. Рефлексия. Первоклассники делятся своими впечатлениями, что нового узнали на занятии. Рассказывают о том, что им понравилось и что не понравилось, что было не понятно. Общие впечатления от курса занятий (можно попросить детей графически изобразить свои эмоции по завершении курса на своих листочках).

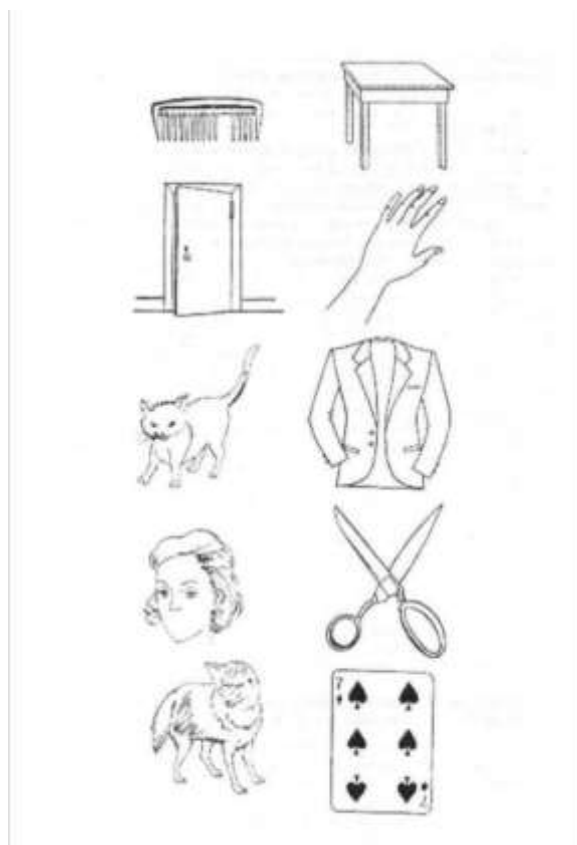
Литература

1. Айхингер А., В. Холл. Психодрама в детской групповой терапии. М: ГЕНЕЗИС, 2009.
2. Благоднравова А.В. Лучшие обучающие тесты и задания. М: Академия развития, 2008.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М., 1968.
4. Леванова Е. А., Волошина А. Е. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия. ПИТЕР, 2009 г.
5. Леонтьев А.А. Психология общения. М., 2005.
6. Микляева А.В. Трудный класс: диагностическая и коррекционная работа. СПб.: Речь, 2007.
7. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками.//Под ред. Битяновой М. Р. ПИТЕР, 2007.Энциклопедия психологических тестов-2. М.: ТЕРРА-Книжный клуб, 2000.
8. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие/Пер. с нем.; в 4-х томах. Т. 4. – М.: Генезис, 2001.

К занятию №1



К занятию №4



К занятию №5

РАДОСТЬ ГНЕВ УДИВЛЕНИЕ ГРУСТЬ СТРАХ ОБИДА СПОКОЙСТВИЕ

Какие слова ты говоришь своему другу, чтобы его порадовать? А какие слова друзья говорят тебе? Выбери из приведенных ниже и подчеркни синим карандашом те слова, которые говоришь ты, а зеленым карандашом обведи слова друзей. Можешь придумать и написать свои слова.

Ты — смелый.

Ты — вежливый.

Ты — весёлый.

Ты — умный.

