

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
администрации муниципального образования город Новомосковск  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

## «ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР»

**РЕКОМЕНДОВАНО К ПРИНЯТИЮ**  
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ  
муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования  
«Детский оздоровительно-  
образовательный центр»

**УТВЕРЖДЕНО**  
ДИРЕКТОРОМ  
муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования  
«Детский оздоровительно-  
образовательный центр»

**ПРОТОКОЛ**

от «31» августа 2023 г. № 3

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 60 к ПРИКАЗУ**

от «31» августа 2023 г. № 71-Д

**РАБОЧАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

### **«Трудности первоклассника»**

*Разработана на основе дополнительной общеразвивающей  
программы «Трудности первоклассника»*

*направленность* – социально-гуманитарная  
*срок реализации* – 1 год  
*возраст учащихся* – 6-8 лет  
*авторы-разработчики* – педагог-психолог Т.В. Антонова,  
педагог-психолог Е.А. Матюшина

**Сведения о рабочей дополнительной общеразвивающей  
программе:**

*направленность* – социально-гуманитарная  
*срок реализации* – 1 год  
*год реализации* – 1-й год  
*уровень программы* - базовый  
*форма реализации* – очные занятия (аудиторные и практические)  
с возможностью использования дистанционной формы обучения  
*разработчик* – Е.А. Матюшина, педагог-психолог  
*педагог, реализующий рабочую программу* – Е.А. Матюшина  
*возраст учащихся, осваивающих рабочую программу* – 6-8 лет

**НОВОМОСКОВСК**  
**2023**

**СОДЕРЖАНИЕ**

<b>I. Пояснительная записка .....</b>	<b>стр. 3</b>
1.1. Направленность, вид, уровень дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы .....	стр. 3
1.2. Особенности обучения в текущем учебном году по дополнительной об- щеобразовательной общеразвивающей программе .....	стр. 3
1.3. Особенности организации образовательной деятельности .....	стр. 3
1.4. Цели и задачи рабочей программы .....	стр. 3
1.5. Режим занятий в текущем учебном году .....	стр. 4
1.6. Формы занятий и их сочетания .....	стр. 4
1.7. Изменения, внесенные в дополнительную общеобразовательную обще- развивающую программу, необходимые для обучения в текущем учеб- ном году и их обоснование .....	стр. 4
1.8. Ожидаемые результаты и способы их оценки, формы проведения про- межуточной и итоговой аттестации в текущем учебном году .....	стр. 4
<b>II. Учебно-тематический план .....</b>	<b>стр. 5</b>
<b>III. Структура занятий .....</b>	<b>стр. 5</b>
<b>IV. Содержание изучаемого курса .....</b>	<b>стр. 5</b>
<b>V. Календарный учебный график .....</b>	<b>стр. 9</b>

### I. Пояснительная записка

1.1.	Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.	Социально-гуманитарная.
	Вид дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.	Дополнительная общеразвивающая программа.
	Уровень дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.	Базовый.
1.2.	Особенности обучения в текущем учебном году по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.	<p>Содержательный компонент изучаемого курса реализуется без изменений относительно учебного содержания соответствующей дополнительной общеразвивающей программы.</p> <p>В пределах осваиваемой программы может осуществляться обучение учащихся по индивидуальному учебному плану, в соответствии с педагогической целесообразностью и психофизическими особенностями личности ребенка.</p>
1.3.	Особенности организации образовательной деятельности.	<p>Год реализации – 1-й.</p> <p>Количество учебных часов по программе – 36.</p> <p>Количество учебных часов согласно расписанию – 36.</p> <p>Возраст обучающихся – 6-8 лет.</p> <p>Наполняемость учебных групп – 8-10 чел.</p> <p>Изменения сроков и/или времени изучения отдельных тематических блоков (разделов) – не предусмотрены.</p> <p>Обучение по рабочей программе основывается на концепции ее модульного построения: программа реализуется в сочетании с рядом других дополнительных общеразвивающих программ МБУДО «ДООЦ», что обеспечивает комплексный подход к решению задач психофизического, когнитивного, психомоторного и эмоционального развития дошкольников.</p>
1.4.	Цели и задачи рабочей программы.	<p><i>Целью настоящей программы является повышение адаптивных возможностей детей младшего школьного возраста; эффективная социализация первоклассников.</i></p> <p><i>Реализация цели предусматривает последовательное решение комплекса задач:</i></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– повышение стрессоустойчивости ребенка в новых условиях обучения;</li> <li>– снижение психоэмоционального напряжения и тревожности;</li> <li>– повышение уверенности в себе;</li> <li>– развитие произвольности и концентрации внимания;</li> <li>– помочь детям понимать свои трудности и справляться с ними.</li> </ul>
1.5.	Режим занятий в текущем учебном году.	<p>Продолжительность занятий – 40 минут (<i>1 академический час</i>).</p> <p>Количество занятий в неделю – 1.</p>
1.6.	Формы занятий и их сочетания.	<p>Занятие комбинированного типа; практическое занятие; психологический тренинг; сюжетно-ролевая игра; ситуативная игра, проблемное занятие и др.</p> <p>При соблюдении принципа педагогической целесообразности возможны сочетания отдельных элементов различных форм занятий.</p>
1.7.	Изменения, внесенные в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу, необходимые для обучения в текущем учебном году и их обоснование.	<p>В текущем учебном году содержательные изменения соответствующей дополнительной общеразвивающей программы не предусмотрены.</p>
1.8.	Ожидаемые результаты и способы их оценки, формы проведения промежуточной и итоговой аттестации в текущем учебном году.	<p><i>С помощью предлагаемой программы планируется решение актуальных проблем, возникающих у первоклассников, и ожидаются следующие <b>результаты</b>:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– повышение адаптивных возможностей детей;</li> <li>– развитие произвольности и внимания;</li> <li>– развитие школьных навыков и навыков социального взаимодействия;</li> <li>– снижение психоэмоционального и статического напряжения и тревожности;</li> <li>– развитие эмпатии и чувства сопереживания;</li> <li>– освоение родителями навыков конструктивного взаимодействия с детьми.</li> </ul> <p><i>Диагностика адаптация к школьному обучению на начало учебного года.</i></p> <p><i>Диагностика адаптация к школьному обучению на конец учебного года</i></p>

## II. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов	Общее количество часов	В том числе	
			теоретические часы	практические часы
1	2	3	4	5
1.	Диагностика.	4	–	4
2.	Ритуал приветствия.	3	–	3
3.	Беседа.	1	1	–
4.	Развитие внимания и произвольности.	5	1	4
5.	Развитие эмоциональной сферы.	4	1	3
6.	Развитие межполушарного взаимодействия.	3		3
7.	Развитие навыков.	5	1	4
8.	Игры на снятие напряжения.	4	–	4
9.	Рисунок.	3	–	3
10.	Ритуал прощания.	3	–	3
11.	Школа для родителей.	1	1	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>

## III. Структура занятий

### 1. Водная часть.

Приветствие. Ритуал приветствия, игры, помогающей снять эмоциональное напряжение.

### 2. Основная часть.

Игры и упражнения по развитию определенных навыков, сказки, помогающие осознать трудности, которые могут испытывать дети и выбрать приемлемые пути решения этих трудностей; упражнения на развитие внимания, межполушарного взаимодействия; упражнения на развитие произвольности и ВПФ.

### 3. Заключительная часть.

Рисование по заданной теме или игре, завершающих занятие. Подведение итогов. Прощание.

## IV. Содержание изучаемого курса

### «Базовый уровень»

#### 1. Диагностика (4 час.)

Перед проведением работы в группе и после ее завершения проводится психологическая диагностика участников по следующим методикам: Опросник для педагога, Опросник для родите-

ля, «Мотивация» (методика Лускановой), «Лесенка», Рисунок «Что тебе нравится в школе?» и др.

## **2. Ритуал приветствия (3 час.)**

*Цель:* создание мотивации на совместную работу, создание положительного эмоционального фона и атмосферы психологической безопасности.

*Практика (3 ч.).* Занятие всегда начинается с упражнения «Хорошее настроение».

## **3. Беседы (1 час.)**

*Цель:* знакомить детей с новыми понятиями, правилами, развивать умения взаимодействовать в новых условиях.

*Теория (1 ч.).* Школа. Кто такие школьники? Школьные правила. Урок и перемена. Школьные принадлежности. Первые достижения. Трудности. Ссоры. Дружба. Эмоции. Настроение. Грусть и печаль.

## **4. Развитие внимания и произвольности (5 час.)**

*Цель:* развитие внимания, концентрации, скорости распределения и переключения внимания, его объема и устойчивости, осуществление контроля и самоконтроля; развитие произвольности; расширение кругозора и познавательной активности ребенка.

*Теория (1 ч.).* Знакомство детей с различными свойствами внимания, понятием произвольность.

*Практика (4 ч.).* Игры и упражнения.

«Слушай хлопки», «Нос, рот, потолок», «Земля, вода, воздух, огонь», «Собираем портфель», «Копирование по точкам», «Солнышко и тучка», «Школьник и дошкольник», «Раскрась детали», «Палочки и крестики», «Угадай-ка», «Скучно, скучно так сидеть», «Тропинка», «Сова» «Домик», «Слушай команду», «Лисонька, где ты», «Раскрась Ежика», «Говори», «Волна», «Кряк-квак» и др.

## **5. Развитие эмоциональной сферы (4 час.)**

*Цель:* развитие эмоциональной сферы, умения взаимодействовать в группе, повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности, учить ребенка выражать свое отношение к другим людям разными способами.

*Теория (1 ч.).* Знакомство детей с эмоциями. Расширение активного словаря детей понятиями, обозначающими различные эмоции.

*Практика (3 ч.).* Игры и упражнения.

«Волшебный круг», «Барометр настроения», «Назови эмоцию», «Глаза в глаза», «Тренировка эмоций», «Комплименты», «Соедини ниточками слова эмоции», «Миришь-миришь», «Подарок другу», «Подари камешек», «Зеркало», «Мартышка», «Волшебный круг», «Я рад общаться с тобой», «Подари сердце другу», «Чтение эмоций», «Ты самый лучший», «Сидящий - стоящий», «Следовать за ведущим» и др.

## 6. Развитие межполушарного взаимодействия (3 час.)

*Цель:* развитие координации и тонкой моторики, двигательная коррекция, формирование нейронных связей.

*Практика (3 ч.)*. «Кулак-кольцо», «Дотронься до меня», «Ухо-нос», «Кулак – ладонь – ребро», «Воздушные рисунки», «Пошла мама на базар», «Лезгинка», «Ножки-рожки», «ВО!!!», «Бура-тино», «Лягушка», «Рисующий слон», «Сова», «Змейки» и др.

## 7. Развитие навыков (5 час.)

*Цель:* развивать навыки принятия и соблюдения правил, навыки общения в коллективе и совместной деятельности, умения слушать и действовать по инструкции, освоение организационных навыков, развитие ВПФ.

*Теория (1 ч.)*. Знакомство детей с разными видами навыков, их необходимостью для успешного обучения и общения.

*Практика (4 ч.)*. Игры и упражнения.

«Кто есть кто, что есть что?», «Школьные знаки», «Запомни порядок», «Я положу в свой портфель», «Раскрась по инструкции», «Что можно сделать за перемену», «Наоборот», «Кто заметит небывлицы», «Только веселые слова», «Чем мы похожи», «Волшебные слова», «Дотронься», «Что в мешочке?», «Настоящий друг», «Поменяй место», «Фигуры из спичек», «Эхо», «Закономерности», «Лишняя фигура», «Я самый», «Слепой и поводырь», «Я справлюсь», «Ладонь на ладонь», «Я лев» и др.

## 8. Игры на снятие напряжения (4 час.)

*Цель:* управление состоянием мышечного напряжения и расслабления, снятие статического напряжения и мышечных зажимов.

*Практика (4 ч.)*. Игры и упражнения.

«Мяч», «Передай движение по кругу», «Добрый бегемотик», «Насос и мяч», «Солнечный зайчик», «Я еду», «Паровозик», «Листопад», «Атомы и молекулы», «Облако», «Закончи слово», «Игра с платком», «Дракон кусает свой хвост», «Мы силачи», «Уходи злость уходи», «Гора с плеч», «Ручеек радости», «Строим дом», «Ракета», «Танец», «Друг к дружке», «Два барана» и др.

## 9. Рисунок (3 час.)

*Цель:* Закрепить полученные знания и опыт, и через рисунок получить эмоциональное выражение чувств.

*Практика (3 ч.)*. Рисунки по темам занятий.

## 10. Ритуал прощания (3 час.)

*Цель:* создание мотивации на совместную работу, создание положительного эмоционального фона и атмосферы психологической безопасности.

*Практика (3 ч.)*. Занятие всегда упражнением «Доброе животное».

### **11. Школа для родителей (1 час.)**

*Теория (1 ч.)*. Просветительская работа с родителями, разработка и предоставление рекомендаций.

Кроме того, вне программы проводятся консультации для родителей, родительские собрания на актуальные темы.





















№	Содержание учебного материала	33	34	35	36						всего
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Беседа.										
2.	Навыки.			5							5
3.	Эмоции.										
4.	Внимание и произвольность.				5						5
5.	Школа для родителей.										
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Диагностика	45	45								180
2.	Ритуал приветствия.			5	5						
3.	Игры на снятие напряжения.			10	5						
4.	Развитие навыков.				10						
5.	Развитие эмоций .			10							
6.	Развитие внимания и произвольности.			10							
7.	Развитие межполушарного взаимодействия.				10						
8.	Рисунок.				5						
9.	Ритуал прощания.			5	5						
	<b>Всего (мин)</b>	45	45	45	45						180
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1						4