

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»

ПРОТОКОЛ
от «30» августа 2024 г. № 3

УТВЕРЖДЕНО

ДИРЕКТОРОМ
муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Детский оздоровительно –
образовательный центр»

П Р И Л О Ж Е Н И Е № 22 к П Р И К А З У
от «02» сентября 2024 г. № 58-Д

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА **«Трудности первоклассника»**

направленность – социально-гуманитарная

возраст учащихся – 6-8 лет

срок реализации – 1 год

реализуемый уровень образования - стартовый

авторы-разработчики – Антонова Т.В., Матюшина Е.А.,

педагоги-психологи

СОДЕРЖАНИЕ

I.	Пояснительная записка	стр. 3
1.1.	Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы ..	стр. 3
1.2.	Сфера реализации и направленность программы	стр. 4
1.3.	Цели и задачи курса	стр. 4
1.4.	Отличительные особенности программы	стр. 4
1.5.	Возраст детей, участвующих в реализации программы	стр. 5
1.6.	Рекомендуемый объем и сроки реализации программы	стр. 5
1.7.	Рекомендуемые режим занятий, формы их проведения и этапы реализации программы.....	стр. 5
1.8.	Рекомендуемые условия образовательной деятельности	стр. 5
1.9.	Предполагаемые результаты освоения программы	стр. 6
1.10.	Способы определения результативности освоения программы	стр. 6
1.11.	Формы контроля и подведения итогов реализации программ	стр. 6
II.	Учебно-тематический план	стр. 7
III.	Календарно-тематический план	стр. 8
IV.	Содержание изучаемого курса	стр. 18
4.1.	Стартовый уровень	стр. 18
4.2.	Базовый уровень	стр. 20
4.3.	«Продвинутый уровень»	стр. 22
V.	Методическое обеспечение программы	стр. 24
VI.	Техническое оснащение	стр. 25
VII.	Список литературы	стр. 25
VIII.	Приложения	стр. 26

I. Пояснительная записка

1.1. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы

Первый класс школы – один из наиболее важных и трудных периодов в жизни ребенка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни. В этот же период, в 6-8 лет, меняется и весь психологический облик ребенка, преобразуется его личность, познавательные и умственные возможности, сфера эмоций и переживаний, круг общения. Поступление ребенка в школу приводит к эмоционально-стрессовой ситуации: изменяется привычный стереотип поведения, возрастает психоэмоциональная нагрузка.

Школа с первых же дней ставит перед ребенком целый ряд задач, не связанных непосредственно с его предыдущим опытом, но требующих максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. На ребенка влияет комплекс новых факторов: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности и, конечно, появление новых, не всегда привлекательных обязанностей.

Как правило, ребята стремятся стать школьниками, но для многих из них школьный распорядок слишком регламентирован и строг. Особенно сложно «перестроиться» тем детям, которые еще эмоционально не готовы к роли школьника – для них период адаптации к школе может быть травмирующим.

Ребенок, поступающий в школу, должен быть зрелым в физиологическом и социальном отношении, он должен достичь определенного уровня умственного и эмоционально-волевого развития.

Высокие требования общества, предъявляемые школьному образованию; инновационные процессы в дошкольном образовании; завышенные ожидания родителей; школьные ситуации, приводящие к неуспешности ребенка, снижают его адаптивные возможности на начальном этапе обучения.

Адаптация ребенка к школе – довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма. Не день, не неделя требуется для того, чтобы ребенок освоился в школе по-настоящему. Организм ребенка приспосабливается к изменениям, новым факторам, мобилизуя систему адаптационных реакций.

В результате социально-психологической дезадаптации можно ожидать у ребенка проявления комплекса неспецифических трудностей, связанных прежде всего с нарушениями в деятельности. На уроке такой ученик отличается неорганизованностью, повышенной отвлекаемостью, пассивностью, замедленным темпом деятельности. Он не способен понять задание, осмыслить его целиком и работать сосредоточенно, без отвлечений и дополнительных напоминаний, он не умеет работать обдуманно, по плану.

Психологическая поддержка во время школьного обучения – проблема важная и большая. Поэтому данная программа является столь востребована в системе психолого-педагогического сопровождения младших школьников.

Новизна настоящей дополнительной общеразвивающей программы характеризуется наличием высокого потенциала возможностей продуктивно решать задачи психологического сопровождения ребенка младшего школьного возраста. Ее особенность состоит в целостном подходе к проблеме школьной адаптации первоклассников.

Программа спроектирована с использованием возможностей модульного подхода при ее реализации.

Настоящий образовательный курс предполагает возможность тесного взаимодействия педагогов дополнительного образования МБУДО «ДООЦ», реализующих дополнительные общеразвивающие программы различных уровней и направленностей, и может органически включаться в укрупненные дидактические единицы, обслуживающие потребности всестороннего развития детей младшего школьного возраста и их эффективной адаптации к школьной жизни.

При реализации настоящей программы может осуществляться обучение учащегося / учащихся по индивидуальному учебному плану, в соответствии с педагогической целесообразностью и психофизическими особенностями личности ребенка.

Актуальность программы определяется ее востребованностью для различных категорий детского населения МО город Новомосковск, а также родителей (законных представителей) несовершеннолетних; значимостью для развития образовательной модели оздоровительно-образовательного центра, и, опосредовано, – в целом муниципальной системы дополнительного образования.

Педагогическая целесообразность реализации настоящей программы обусловлена важностью поставленных задач и подтверждается устойчивой, позитивной динамикой ее результативности; обобщением результатов независимой оценки качества образования в учреждении и положительных отзывов потребителей образовательных услуг.

1.2. Сфера реализации и направленность программы

Сферой реализации дополнительной общеразвивающей программы «Трудности первоклассника» является образовательная деятельность ребенка в образовательном пространстве муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детский оздоровительно-образовательный центр» (возможно – базе детских образовательных организаций- партнеров).

Программа имеет **социально-педагогическую** направленность.

1.3. Цели и задачи курса

Целью настоящей программы является повышение адаптивных возможностей детей младшего школьного возраста; эффективная социализация первоклассников.

Реализация цели предусматривает последовательное решение комплекса **задач**:

- повышение стрессоустойчивости ребенка в новых условиях обучения;
- снижение психоэмоционального напряжения и тревожности;
- повышение уверенности в себе;
- развитие произвольности и концентрации внимания;
- помочь детям понимать свои трудности и справляться с ними.

1.4. Отличительные особенности программы

Особенностью данной программы является сочетание игровых развивающих упражнений и использование коррекционных сказок. Сопереживая сказочным героям, дети обращаются к своим чувствам, им легче рефлексировать свои поступки, осознавать причины своих волнений, трудностей и принимать новые правила через сказочные образы. Это позволит в дальнейшем сформировать позитивные модели поведения в реальной жизни и снизить школьную тревогу.

Перед проведением работы в группе и после ее завершения проводится психологическая диагностика участников по следующим методикам: Опросник для педагога, Опросник для родителя, «Мотивация» (методика Лускановой), «Лесенка», Рисунок «Что тебе нравится в школе?» и др.

1.5. Возраст детей, участвующих в реализации программы

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа «Трудности первоклассника» разработана для детей возраста 6-8 лет.

Программа предназначена для освоения детьми, не имеющими специальной предварительной подготовки, без требований к уровню образования.

Обучение по данному курсу противопоказано детям с неврологическим статусом.

1.6. Рекомендуемый объем и сроки реализации программы

Объем реализации программы составляет 36 часов на учебный год (1 раз в неделю по 1 академическому часу).

Сроки реализации программы соответствуют 1 учебному году ее освоения.

1.7. Рекомендуемые режим занятий, формы их проведения и этапы реализации программы

Режим занятий. Для учащихся в учреждении установлен шестидневный режим работы. Учебные занятия по реализуемой программе проводятся, согласно учебного расписания.

Продолжительность занятий для детей школьного возраста составляет 40 минут; для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов – 30 минут (Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»).

Формы проведения занятий: занятие комбинированного типа; практическое занятие (выполнение упражнений); психологический тренинг; сюжетно-ролевая игра; ситуативная игра, проблемное занятие и др.

При соблюдении принципа педагогической целесообразности возможны сочетания отдельных элементов различных форм занятий.

Этапы реализации программы: в соответствии со структурой программы, этапы ее реализации представлены в виде укрупненных дидактических единиц – учебных тем, которые выстраиваются в учебном плане в соответствии с принципами последовательности изложения, непрерывности обучения и усвоения знаний «от простого – к сложному».

1.8. Рекомендуемые условия образовательной деятельности

Представляют собою реальную и доступную совокупность условий реализации программы. В соответствии со ст. 13-19 Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» к ним относятся / реализуются в учреждении:

- язык образования – **русский**;
- формы (а) реализации образовательной программы – **традиционная**, с использованием элементов электронного обучения, с возможностью использованием дистанционных форм обучения;
- формы (а) получения образования – **в образовательной организации**;

- формы (а) обучения – **очная**;
- образовательные ресурсы, информационные ресурсы – в учреждении сформирована **цифровая (электронная) библиотека**, обеспечивающие учащимся доступ к базам данных, касающихся учебной информации; информационным справочным системам; а также иным информационным ресурсам.

К условиям, обеспечивающим условия образовательной деятельности, можно также отнести находящиеся в распоряжении учреждения **здания, помещения, сооружения, оборудование, приспособления** и др. объекты.

1.9. Предполагаемые результаты освоения программы

С помощью предлагаемой программы планируется решение актуальных проблем, возникающих у первоклассников, и ожидаются следующие **результаты**:

- повышение адаптивных возможностей детей;
- развитие произвольности и внимания;
- развитие школьных навыков и навыков социального взаимодействия;
- снижение психоэмоционального и статического напряжения и тревожности;
- развитие эмпатии и чувства сопереживания;
- освоение родителями навыков конструктивного взаимодействия с детьми.

1.10. Способы определения результативности освоения программы

Характеризуют использование педагогических, а также социально-педагогических и психолого-педагогических методов отслеживания (диагностики) успешности овладения учащимися содержанием программы. В процессе реализации программы предусматривается применение следующих методов отслеживания ее результативности:

Педагогическое наблюдение.

Педагогический анализ результатов тестирования, зачётов, опросов, выполнения учащимися диагностических заданий, участия детей в мероприятиях, решения задач развивающего, творческого и поискового характера, активности учащихся на занятиях и т.п.

Мониторинг качества образования, осуществляемый в соответствии с положением о внутренней системе качества образования в МБУДО «ДООЦ» и позволяющий отслеживать:

- полноту и качество реализации осваиваемой программы;
- обеспечение индивидуального подхода в образовательном процессе;
- уровень учебной и спортивной мотивации учащихся.

1.11. Формы контроля и подведения итогов реализации программ

Формы текущего контроля знаний учащихся:

- беседа;
- выполнение упражнений;
- опрос.

Формы промежуточной аттестации учащихся:

- психологическое тестирование.

Формы итоговой аттестации учащихся:

- психологическое тестирование.

II. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов	Общее количество часов	В том числе	
			теоретиче- ские часы	практиче- ские часы
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
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	
	ИТОГО:	36	5	31

III. Календарно-тематический план

№	Содержание учебного материала	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Всего
ТЕОРИЯ											
1.	Беседа.	5	5	10		10	5	5	5		45
2.	Навыки.	5	10		5	5		10	5	5	45
3.	Внимание и произвольность.		5	5	5	5	10	5	5	5	45
4.	Эмоции.	5	5		10	10	5	5	5		45
5.	Школа для родителей.	45									45
ПРАКТИКА											
1.	Диагностика.			90						90	180
2.	Ритуал приветствия.	15	25	10	15	10	15	18	17	10	135
3.	Игры на снятие напряжения.	15	30	5	25	20	25	25	20	15	180
4.	Развитие школьных навыков.	10	25	10	30	15	25	30	25	10	180
5.	Развитие эмоций.	15	20	15	10	10	15	15	25	10	135
6.	Развитие внимания и произвольности.	15	30	10	25	25	20	25	20	10	180
7.	Развитие межполушарного взаимодействия.	20	20	5	25	10	20	10	15	10	135
8.	Рисунок.	15	25	10	15	10	20	15	20	5	135
9.	Ритуал прощания.	15	25	10	15	10	15	17	18	10	135
	Всего (мин.):	180	225	180	180	135	180	180	180	180	1620
	Всего (час.):	4	5	4	4	3	4	4	4	4	36

Поурочное тематическое планирование

Сентябрь

№	Содержание учебного материала	1	2	3	4					Всего
ТЕОРИЯ										
1.	Беседа.	5								5
2.	Навыки.		5							5
3.	Внимание и произвольность.			5						5
4.	Эмоции.									
5.	Школа для родителей.				45					45
ПРАКТИКА										
1.	Диагностика.									
2.	Ритуал приветствия.	5	5	5						15
3.	Игры на снятие напряжения.	10		5						15
4.	Развитие школьных навыков.		10							10
5.	Развитие эмоций.	5		10						15
6.	Развитие внимания и произвольности.	10	5							15
7.	Развитие межполушарного взаимодействия.		10	10						20
8.	Рисунок.	5	5	5						15
9.	Ритуал прощания.	5	5	5						15
	Всего (мин.):	45	45	45	45					180
	Всего (час.):	1	1	1	1					4

Октябрь

№	Содержание учебного материала	1	2	3	4	5					Всего
ТЕОРИЯ											
1.	Беседа.				5						5
2.	Навыки.		10								10
3.	Внимание и произвольность.			5							5
4.	Эмоции.	5									5
5.	Школа для родителей.										
ПРАКТИКА											
1.	Диагностика.										
2.	Ритуал приветствия.	5	5	5	5	5					25
3.	Игры на снятие напряжения.	10	5		5	10					30
4.	Развитие школьных навыков.	5		10		10					25
5.	Развитие эмоций.		10		10						20
6.	Развитие внимания и произвольности.	10		10		10					30
7.	Развитие межполушарного взаимодействия.		5	5	10						20
8.	Рисунок.	5	5	5	5	5					25
9.	Ритуал прощания.	5	5	5	5	5					25
	Всего (мин.):	45	45	45	45	45					225
	Всего (час.):	1	1	1	1	1					5

Ноябрь

№	Содержание учебного материала	1	2	3	4						Всего
ТЕОРИЯ											
1.	Беседа.				10						10
2.	Навыки.										
3.	Внимание и произвольность.										
4.	Эмоции.			5							5
5.	Школа для родителей.										
ПРАКТИКА											
1.	Диагностика.	45	45								90
2.	Ритуал приветствия.			5	5						10
3.	Игры на снятие напряжения.				5						5
4.	Развитие школьных навыков.			10							10
5.	Развитие эмоций.			10	5						15
6.	Развитие внимания и произвольности.				10						10
7.	Развитие межполушарного взаимодействия.			5							5
8.	Рисунок.			5	5						10
9.	Ритуал прощания.			5	5						10
	Всего (мин.):	45	45	45	45						180
	Всего (час.):	1	1	1	1						4

Декабрь

№	Содержание учебного материала	1	2	3	4	5					Всего
ТЕОРИЯ											
1.	Беседа.										
2.	Навыки.	5									5
3.	Внимание и произвольность.		10								10
4.	Эмоции.			5	5						10
5.	Школа для родителей.										
ПРАКТИКА											
1.	Диагностика.										
2.	Ритуал приветствия.	3	5	2	5						15
3.	Игры на снятие напряжения.	10	5	10							25
4.	Развитие школьных навыков.	5	10	5	10						30
5.	Развитие эмоций.		5	5							10
6.	Развитие внимания и произвольности.	10		10	5						25
7.	Развитие межполушарного взаимодействия.	5	10		10						25
8.	Рисунок.	5		5	5						15
9.	Ритуал прощания.	2	5	3	5						15
	Всего (мин.):	45	45	45	45						180
	Всего (час.):	1	1	1	1						4

Февраль

№	Содержание учебного материала	1	2	3	4						Всего
ТЕОРИЯ											
1.	Беседа.	5									5
2.	Навыки.		5								5
3.	Внимание и произвольность.			5							5
4.	Эмоции.				10						10
5.	Школа для родителей.										
ПРАКТИКА											
1.	Диагностика.										
2.	Ритуал приветствия.	5	3	5	2						15
3.	Игры на снятие напряжения.	5	10		10						25
4.	Развитие школьных навыков.	10		10	5						25
5.	Развитие эмоций.		10	5							15
6.	Развитие внимания и произвольности.		10		10						20
7.	Развитие межполушарного взаимодействия.	10		10							20
8.	Рисунок.	5	5	5	5						20
9.	Ритуал прощания.	5	2	5	3						15
	Всего (мин.):	45	45	45	45						180
	Всего (час.):	1	1	1	1						4

Март

№	Содержание учебного материала	1	2	3	4						Всего
ТЕОРИЯ											
1.	Беседа.	5									5
2.	Навыки.				10						10
3.	Внимание и произвольность.		5								5
4.	Эмоции.			5							5
5.	Школа для родителей.										
ПРАКТИКА											
1.	Диагностика.										
2.	Ритуал приветствия.	5	3	5	5						18
3.	Игры на снятие напряжения.	5	10	5	10						30
4.	Развитие школьных навыков.	10	5	10							25
5.	Развитие эмоций.			5	10						15
6.	Развитие внимания и произвольности.	5	10		10						25
7.	Развитие межполушарного взаимодействия.	10									10
8.	Рисунок.		5	5	5						15
9.	Ритуал прощания.	5	2	5	5						17
	Всего (мин.):	45	45	45	45						180
	Всего (час.):	1	1	1	1						4

Апрель

№	Содержание учебного материала	1	2	3	4						Всего
ТЕОРИЯ											
1.	Беседа.	5									5
2.	Навыки.		5								5
3.	Внимание и произвольность.			5							5
4.	Эмоции.				5						5
5.	Школа для родителей.										
ПРАКТИКА											
1.	Диагностика.										
2.	Ритуал приветствия.	2	5	5	5						20
3.	Игры на снятие напряжения.	10		10							20
4.	Развитие школьных навыков.	5	10		10						25
5.	Развитие эмоций.	5	5	5	10						25
6.	Развитие внимания и произвольности.	10		10							20
7.	Развитие межполушарного взаимодействия.		10		5						15
8.	Рисунок.	5	5	5	5						20
9.	Ритуал прощания.	3	5	5	5						18
	Всего (мин.):	45	45	45	45						180
	Всего (час.):	1	1	1	1						4

Май

№	Содержание учебного материала	1	2	3	4						Всего
ТЕОРИЯ											
1.	Беседа.										
2.	Навыки.			5							5
3.	Внимание и произвольность.										
4.	Эмоции.				5						5
5.	Школа для родителей.										
ПРАКТИКА											
1.	Диагностика.	45	45								180
2.	Ритуал приветствия.			5	5						
3.	Игры на снятие напряжения.			10	5						
4.	Развитие школьных 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						
	Всего (мин.):	45	45	45	45						180
	Всего (час.):	1	1	1	1						4

IV. Содержание изучаемого курса

4.1.1. «Стартовый 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 родителя, «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.). Основы выполнения: 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.). Первоначальные сведения: 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.). Первоначальные сведения: Знакомство детей с различными свойствами внимания, понятием произвольность.

Практика (4 ч.). Основы выполнения: 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.). Первоначальные сведения: Знакомство детей с эмоциями. Расширение активного словаря детей понятиями, обозначающими различные эмоции.

Практика (3 ч.). Основы выполнения: Игры и упражнения.

«Волшебный круг», «Барометр настроения», «Назови эмоцию», «Глаза в глаза», «Тренировка эмоций», «Комплименты», «Соедини ниточками слова эмоции», « Мирись-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.). Основы выполнения: «Кулак-кольцо», «Дотронься до меня», «Ухо-нос», «Кулак – ладонь – ребро», «Воздушные рисунки», «Пошла мама на базар», «Лезгинка», «Ножки-рожки», «ВО!!!», «Буратино», «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.). Первоначальные сведения: Знакомство детей с разными видами навыков, их необходимостью для успешного обучения и общения.

Практика (4 ч.). Основы выполнения: 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 небылицы», «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.). Основы выполнения: 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.). Основы выполнения: 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.). Основы выполнения: 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.

4.1.2. «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 родителя, «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!!!», «Буратино», «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 небылицы», «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.

4.1.3. «Продвинутый 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 родителя, «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.). Углубленное освоение: 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.). Расширенное рассмотрение: 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.). *Расширенное рассмотрение:* Знакомство детей с различными свойствами внимания, понятием произвольность.

Практика (4 ч.). *Углубленное освоение:* 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.). *Расширенное рассмотрение:* Знакомство детей с эмоциями. Расширение активного словаря детей понятиями, обозначающими различные эмоции.

Практика (3 ч.). *Углубленное освоение:* Игры и упражнения.

«Волшебный круг», «Барометр настроения», «Назови эмоцию», «Глаза в глаза», «Тренировка эмоций», «Комплименты», «Соедини ниточками слова эмоции», « Мирись-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.). *Углубленное освоение:* «Кулак-кольцо», «Дотронься до меня», «Ухо-нос», «Кулак – ладонь – ребро», «Воздушные рисунки», «Пошла мама на базар», «Лезгинка», «Ножки-рожки», «ВО!!!», «Буратино», «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.). *Расширенное рассмотрение:* Знакомство детей с разными видами навыков, их необходимостью для успешного обучения и общения.

Практика (4 ч.). *Углубленное освоение:* 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 небылицы», «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.). Углубленное освоение: 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.). Углубленное освоение: 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.). Углубленное освоение: 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.

V. Методическое обеспечение программы

5.1. Методический комплекс педагога

- Пакет диагностических методик.
- Лекции, памятки для родителей.
- Игры и упражнения по развитию произвольности поведения, снятию напряжения, развитию эмоций, внимания, мышления, межполушарного взаимодействия.
- Наглядные пособия.
- Пиктограммы.
- Тексты сказок.

5.2. Используемые образовательные технологии (элементы технологии)

- личностно-ориентированная технология;
- развивающего обучения;
- педагогической поддержки;
- коллективного взаимообучения;
- создания ситуации успеха;
- здоровьесбережения и др.

5.3. Используемые технологии воспитательной и развивающей деятельности (элементы технологии)

- педагогики сотрудничества;
- дидактической игры;
- технология КТД;
- ситуативные технологии и др.

VI. Техническое оснащение

- карандаши,
- краски,
- пластилин,
- глина,
- природный материал,
- клей,
- ножницы,
- цветная бумага,
- картон и т.д.

VII. Список литературы

1. Барднер Г., Рамазан И., Чередникова Т. Я хочу! – СПб, 1996.
2. Арцишевская И.Л. Психологический тренинг для первоклассников. – М., 2009.
3. Запорожец А.В. Избранные психологические труды. В 2 т. – М., 1986.
4. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. – Москва: «Генезис», 1999.
5. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. – Москва, 1999.
6. Руководство практического психолога. Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: 1995.
7. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении. – М., 2006.
8. Тихомирова Л.Ф. Развитие внимания детей. – Ярославль, 1997.
9. Уханова А.В. Завтра в школу! Развитие эмоций и навыков общения у ребенка. – М.: Сфера, 2011.
10. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. – М.: Генезис, 2013.
11. Черемошкина Л.В. Развитие внимания детей. – Ярославль, 1997.
12. Эльконин Д.Б. Детская психология. – М., 1960.

VIII. Приложения