

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Озерская средняя школа им. Д.Тарасова»

РАСМОТРЕНО
Методическим
советом
(Протокол № 5
от «21» июня 2021 г.

ПРИНЯТО
Педагогическим
Советом
(Протокол № 13
от 25 июня 2021)

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора школы
Лобчук Т.Б.
28 августа 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально- гуманитарной направленности «Психология. 1 класс»

Возраст детей: 6-7 лет
Срок реализации: 1 год

Программу составила:
Провошинских Марина Александровна
педагог-психолог

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психология.1 класс» составлена на основе нормативно — правовой базы: 29.12.2012 № 273 Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» глава 10. дополнительное образование. Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р об утверждении концепции развития дополнительного образования детей. Приказ № 196 от 09.11.2018г « Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

В соответствии с действующими санитарными правилами СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)" (далее - санитарные правила СП 3.1/2.4.3598-20), а также постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 13.07.2020 N 20 "О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в эпидемическом сезоне 2020 - 2021 годов".

Направленность Программы

Программа направлена на формирование коммуникативных навыков, положительного эмоционального фона у учащихся. Поступление в школу и начальный период обучения вызывают перестройку всего образа жизни и деятельности ребенка. Этот период труден и для ребенка, который прошел этап подготовки в ДОУ, и для того, который находился на домашнем воспитании.

Воспитанники первого класса, в силу индивидуальных психофизических особенностей, с трудом адаптируются к новым для них условиям, и не всегда успешно справляются с режимом работы на уроке, учебной программой.

Данная программа направлена на снятие эмоционального дискомфорта у младших школьников, особенно первоклассников, создание ситуации успеха, а так же на коррекцию и развитие школьно-значимых психофизиологических функций в процессе изобразительной и игровой деятельности.

Актуальность Программы

Учебная деятельность требует определенного уровня социально-психологической зрелости, развития школьно-значимых психофизических функций, а так же познавательной деятельности. Однако практика показывает, что дети не всегда способны принять темп школьной жизни на первом году обучения, у них недостаточно развита произвольность поведения, психомоторное развитие часто ниже возрастной нормы, что сказывается и на развитии познавательных процессов - внимание неустойчивое, процесс запоминания продолжителен во времени, преобладающая форма мышления – наглядно-действенная, воображение репродуктивное.

В результате у детей наблюдаются страхи, неадекватные реакции на ситуацию (агрессивное поведение, замыкание в себе, избегание контактов), а также признаки «школьного невроза» или «фобии школы», что характерно для процесса дезадаптации.

Цель Программы:

- психолого-педагогическая поддержка обучающихся первого класса в период адаптации к новой социальной ситуации развития.

Задачи Программы:

- создание условий оптимального возрастного развития личности младшего школьника в целом, включающих охранно-стимулирующий режим, распределение нагрузок с учетом возрастных и индивидуальных особенностей

- организация коррекционно-развивающих воздействий с использованием различных методов (игротерапия, психорегулирующие тренировки, изотерапия)

- коррекция и развитие мелких мышц руки, пространственной ориентации, координации движений, координации в системе «глаз-рука», увеличения объема зрительного восприятия.

Ожидаемые результаты:

- оптимизация процесса адаптации;
- развитие у детей когнитивных умений и способностей для успешного обучения;
- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами;
- формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я - концепции» устойчивая самооценка;
- снижение уровня школьной тревожности;
- создание условий для эффективного взаимодействия членов группы и формирования коммуникативных умений;
- активизация процессов самопознания и самораскрытия членов группы.

Организационно-педагогические основы деятельности

Адресат:

- обучающиеся первого класса в адаптационном периоде.

Структура занятия:

1й блок – ритуал приветствия, разминка, игровые задания средней и малой подвижности, упражнения психорегулирующей тренировки.

Формы работы – фронтальная, в кругу.

Задача первого блока – снятие эмоционального напряжения, формирование положительного эмоционального отношения к собственным практическим действиям, развитие зрительного восприятия, внимания.

2й блок – упражнения на развитие мелкой моторики рук, координации в системе «глаз-рука», ритуал прощания. Рефлексия.

Формы работы – фронтальная, работа в тетрадах.

Задача второго блока – развитие рисовательных движений, умений ориентироваться на листе бумаги, переносить воспринимаемый графический образ без искажений к себе в тетрадь. Формирование чувства уверенности в собственных силах.

Данная программа рассчитана для 1х классов на 1 год.

Количество обучающихся 25-30 детей.

Занятия проводятся один раз в неделю в течение 1 часа (всего 48 учебных часов за год).

Обучающие:

формирование общеинтеллектуальных умений (операции анализа, сравнения, обобщения, выделение существенных признаков и закономерностей, гибкость мыслительных процессов);

углубление и расширение знаний учащихся.

Развивающие:

- формирование и развитие логического мышления;
- развитие внимания (устойчивость, распределение, концентрация, расширение объёма.);
- развитие памяти (формирование навыков запоминания, устойчивости, улучшить показатели развития объема слуховой, зрительной памяти);
- развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации;
- развитие психологических предпосылок овладения учебной деятельностью (умение копировать образец, заданный как в наглядной, так и в словесной формах; умение подчиняться словесным указаниям; умение учитывать в своей работе заданную систему требований);
- развитие воображения;
- развитие речи и словарного запаса учащихся.

Воспитательные:

- формирование положительной мотивации к учению;
- формирование адекватной самооценки, объективного отношения ребёнка к себе и своим качествам (рефлексия).
- Планируемые результаты.
- По результатам занятий для учащихся должны быть характерны следующие показатели:

- умение принимать учебную задачу, поставленную взрослым, и действовать согласно заданному алгоритму, выполнять действия по образцу;
- умение самостоятельно выполнять упражнения (чем меньше помощь учителя, тем выше самостоятельность учеников, и, следовательно, выше коррекционный эффект занятий);
- изменение поведения на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников;

Учебный план

№ п/п	содержание	объем		Всего часов часов
		теория	практика	
1	Раздел I «Вводный» 1. «Я – это Я»	-	3	3
2	Раздел II «Диагностика и развитие познавательных процессов» Блок I «Внимание» 1. Диагностика особенностей развития внимания.	-	7	7
3	Блок II «Восприятие» 1. Диагностика особенностей развития восприятия	-	7	7
4	Блок III «Воображение» 1. Диагностика особенностей развития воображения	-	6	6
5	Блок IV «Память» 1. Диагностика особенностей развития памяти.	-	6	6
6	Блок V 1. Диагностика мышления	-	8	8
7	Блок VI 1. Игры, тренинги, беседы, экскурсии, проекты.		10	10
8	Раздел III «Заключительный» Занятие	-	1	1
ИТОГО		-	48	48

месяц	Содержание занятия	Цели и задачи	Методы и приемы	наглядность
сентябрь	<p>1.«Я – это Я» Приветствие. Диагностика</p> <p>эмоционального состояния учащихся. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.</p>	Цель: формирование коммуникативных навыков, положительного эмоционального фона у учащихся на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других людей.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: листы белой бумаги, карандаши, ромашка с разноцветными лепестками, рабочая папка ребёнка.
	<p>2. «Я – это Я. Моё настроение» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.</p>	Цель: формирование коммуникативных навыков, положительного эмоционального фона у учащихся на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других людей.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: мяч, листы бумаги, схема «Настроение».
	<p>3. Мини – тренинг «Мой характер» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.</p>	Цель: самопознание, развитие коммуникативных навыков учащихся, способствовать повышению самооценки, улучшению взаимоотношений в классе.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: листы белой бумаги, бланки заданий, цветные карандаши.
	<p>4.Диагностика особенностей развития внимания. Приветствие. Диагностика эмоционального состояния учащихся. Психогимнастика Упражнения Рефлексия</p>	Цель: выявление особенностей развития внимания у учащихся класса компенсирующего обучения.	Методики: «Корректирующая» проба, модификационная методика Пьерона - Рузера «Кодирование», «Исправь ошибки».	Материалы: бланки методик, цветные карандаши, листы бумаги, «волшебная палочка».
октябрь	<p>5.«Учимся быть внимательными» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.</p>	Цель: развитие внимания, создание дружеской атмосферы, доверия.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: цветные карандаши, бланки заданий, таблицы.
	<p>6.«Учимся быть внимательными» Приветствие. Игра</p>	Цель: развивать правильное распределение внимания, подвижность зрительного анализатора, мелкую	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: цветные карандаши, цветовая

	<p>Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.</p>	<p>мускулатуру пальцев рук.</p>		<p>ромашка, бланки заданий.</p>
	<p>7.«Учимся быть внимательными» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.</p>	<p>Цель: развитие распределения, переключения, объема внимания, мелкой моторики, чувства сплоченности, коммуникативных навыков.</p>	<p>Игры Упражнения психогимнастика</p>	<p>Материалы: цветные карандаши, клубок цветных ниток, бланки с заданиями.</p>
	<p>8.«Учимся быть внимательными» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.</p>	<p>Цель: развитие распределения, переключения, объема внимания, развитие речи, согласованности, чувства принятия, доверия между членами группы.</p>		<p>Материалы: мяч, бланки заданий, цветные карандаши.</p>
	<p>9. «Учимся быть внимательными» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.</p>	<p>Цель: развитие переключения объема, концентрации, распределения внимания, речи, согласованности, эмпатии.</p>		<p>Материалы: бланки с заданиями, краски, листы бумаги на каждого ребенка, магнитофон.</p>
ноябрь	<p>10.Диагностика особенностей развития восприятия Приветствие. Диагностика восприятия учащихся. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.</p>	<p>Цель: выявление особенностей развития восприятия у учащихся класса компенсирующего обучения.</p>	<p>Методики: «Чего не хватает?» (Немов Р.С.) 2. «Составь целое из частей». 3.«Какие предметы спрятаны в рисунках?» (Немов Р.С.)</p>	<p>Материалы: бланки методик, наборы разрезных картинок, листы бумаги, краски или гуашь, цветные карандаши.</p>
	<p>11. «Развиваем восприятие» Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.</p>	<p>Цель: развитие целостности, константности восприятия. Развитие пространственного, зрительного восприятия предметов, чувства сплоченности, эмпатии, принятия.</p>		<p>Материалы: «термометр» настроения, 10-12 предметов, «чудесный мешочек», бланки с заданиями, звонок,</p>

				платок, цветные карандаши.
	12. «Развиваем восприятие» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: Развитие целостности, константности, слухового, пространственного восприятия. Развитие навыков совместной деятельности, принятия себя, эмпатии.	Профилактика нарушений зрения.	Материалы: бланки заданий, палочки, стакан, чайная ложка, бубен, листы бумаги, цветные карандаши, магнитофон с записью спокойной музыки.
декабрь	13. «Развиваем восприятие» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие осмысленности, целостности, константности, обобщенности восприятия. Формирование согласованности действий, произвольности, коммуникативных навыков.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: цветные карандаши, бланки с заданиями, пакетики, зубок чеснока, кусочек мыла, кусочек лука, листья мяты.
	14. «Развиваем восприятие» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие целостности, обобщенности, константности, объема восприятия. Развитие навыков совместной деятельности, эмпатии.		Материалы: мяч, цветные карандаши, 4 тарелки.
	15. «Развиваем восприятие» Приветствие. Диагностика восприятия. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: выявление уровня развития восприятия: константности, целостности, обобщенности. Развитие коммуникативных навыков, эмпатии.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: мяч, бланки с заданиями, цветные карандаши.

январь	16. Диагностика особенностей развития воображения Приветствие. Диагностика воображения учащихся. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: выявление особенностей развития воображения у учащихся классов компенсирующего обучения. Развитие эмпатии, коммуникативных навыков.	Профилактика мышечного напряжения.	Материалы: «волшебная кисть», цветков, бланки с заданиями.
	17.«Развиваем воображение» Приветствие. Разминка Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие воображения, речи, взаимодействия, согласованности, коммуникативных навыков.		Материалы: мяч, бланки с заданиями, цветные карандаши.
февраль	18. «Развиваем воображение» Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие воображения, речи, взаимодействия, согласованности, коммуникативных навыков.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: бланки заданий, цветные карандаши.
	19. «Развиваем воображение» Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие воображения, речи, взаимодействия, согласованности, коммуникативных навыков.		Материалы: Игрушка, маски по количеству детей, зачины рассказов на карточках.
	20.«Развиваем воображение» Диагностика воображения учащихся. Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие воображения, речи. Стимулирование внутри группового общения.	Методика «Пятна Роршеха»	Материалы: гуашь, шаблон яйца, мяч, картинная рама.
	21. Диагностика особенностей развития памяти. Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: выявление особенностей памяти: зрительной, слуховой, комбинированной, моторной; развитие речи; создание доверительного настроя, эмпатии, коммуникативных навыков.	Методика «Десять слов».	Материал: мяч.
	22.«Развиваем память» Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие зрительной, слуховой, образной памяти. Развитие навыков произвольной регуляции деятельности, коммуникативных навыков, эмоциональной сферы		Материалы: игрушка, цветовой термометр, бланки заданий, карточки

		учащихся.		«человечков», 9-10 предметов.
март	23. «Развиваем память» Диагностика зрительной памяти. Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие зрительной, слуховой, моторно-слуховой памяти, внимания, воображения. Стимулирование внутригруппового общения.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: карточки, бланки заданий на каждого ребёнка.
	24. «Развиваем память» Диагностика моторно-слуховой памяти. Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие зрительной, слуховой, двигательной памяти. Стимулирование внутригруппового общения.	Диагностика	Материалы: клубок ниток, парные картинки, чашка, теннисный шарик, бланки с заданиями, цветные карандаши, краски, листы бумаги, рабочая тетрадь.
	25. «Развиваем память» Диагностика комбинированной памяти. Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие зрительной, слуховой, вкусовой, смешанной, слухо-моторной памяти, внимания, воображения. Развитие произвольности, коммуникативных навыков у учащихся.	Диагностика	Материалы: мяч, бланки с заданиями на каждого ребёнка, цветные карандаши.
апрель	26. «Развиваем память» Приветствие. Диагностика моторно-слуховой памяти. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие зрительной, слуховой, двигательной памяти. Стимулирование внутригруппового общения.	Методика «10 слов»	Материалы: мяч, бланки заданий, цветные карандаши.
	27. Диагностика мышления. Приветствие. Диагностика вербально-логического	Цель: диагностика вербально-логического мышления, его компонентов: анализа, обобщения, классификации; развитие речи;	Методика «Исключение слов». Методика «Лабиринт».	Материалы: бланки занятий на каждого ребёнка

	мышления. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	стимулирование внутри группового общения.		
	28. «Развиваем мышление» Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие словесно-логического мышления, его составляющих: классификация, анализ, обобщение. Развитие согласованности, взаимодействия между членами группы.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: бланки с заданиями, цветные карандаши.
май	29. «Развиваем мышление» Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие словесно-логического мышления, его составляющих: анализа, обобщения, классификации. Развитие произвольности, согласованности, внимания, воображения.	Игры Упражнения Психогимнастика	Материалы: бланки с заданиями, цветные карандаши, магнитофон, акварельные краски.
	30. «Развиваем мышление» Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие наглядно-действенного, словесно-логического мышления, его компонентов: обобщения, классификации, сопоставления, анализа. Развитие взаимодействия, согласованности, произвольности, коммуникативных навыков.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: карточки с изображениями животных, бланки с заданиями на каждого ребёнка, рабочая тетрадь, экран с отверстиями 1,5 см, бланки с текстом.
	31. «Развиваем мышление» Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие мышления, его составляющих: классификации, анализа, обобщения. Способствовать развитию конструктивных способов взаимодействия между участниками занятия.		Материалы: мяч, бланки и карточки с заданиями на каждого учащегося, цветные карандаши, листы бумаги с нарисованными линиями, магнитофон.
	32. «Развиваем мышление»	Цель: развитие мышления: анализ, классификация,	Игры Упражнения	Материалы: бланки с

	Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	обобщение.	Психогимнастика	заданиями.
	33. «Развиваем мышление» Приветствие. Игра Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: развитие словесно-логического мышления, его составляющих: анализа, обобщения, классификации. Развитие произвольности, согласованности, внимания, воображения	Игры Упражнения Психогимнастика	Материалы: бланки с заданиями, цветные карандаши, магнитофон, акварельные краски.
июнь-август	34. «Я – это Я» Приветствие. Диагностика эмоционального состояния учащихся. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: формирование коммуникативных навыков, положительного эмоционального фона у учащихся на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других людей.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: листы белой бумаги, карандаши, ромашка с разноцветными лепестками, рабочая папка ребёнка.
	35. «Я – это Я. Моё настроение» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: формирование коммуникативных навыков, положительного эмоционального фона у учащихся на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других людей.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: мяч, листы бумаги, схема «Настроение».
	36. Мини – тренинг «Мой характер» Приветствие. Игра Психогимнастика Упражнения Рефлексия занятия.	Цель: самопознание, развитие коммуникативных навыков учащихся, способствовать повышению самооценки, улучшению взаимоотношений в классе.	Игры Упражнения психогимнастика	Материалы: листы белой бумаги, бланки заданий, цветные карандаши.
	37-47 Проекты, экскурсии, беседы, игры.	Цель: самопознание, развитие коммуникативных навыков учащихся, способствовать повышению самооценки, улучшению взаимоотношений в классе.	Беседы Тренинги Игры Упражнения	
	48. «Заключительный» Мини-тренинг общения «До скорой встречи, друг!»	Цель: развитие коммуникативных навыков, эмпатии.	Тренинг	Материалы: мяч, бланки с заданиями на каждого учащегося, лист бумаги для плаката Страны Дружбы.

Методы и техники образовательной программы развивающих занятий по профилактике проявлений школьной дезадаптации у учащихся 1х классов:

- элементы библиотерапии (чтение психологических сказок, стихов, загадок);
- элементы игротерапии;
- релаксация (подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своем внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения);
- элементы мнемотехники (зарисовка пиктограмм после прочтения текста), использование схем;
- беседы;
- рисование;
- экспрессивные этюды;
- подвижные, развивающие игры.

Методическое обеспечение:

Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей: психодиагностические методики; коррекционные упражнения. – М.: Ось – 89, 2016г.

Психокоррекционная работа с детьми: учеб. Пособие /под ред. И.В. Дубровиной. – М.: АСАСЕМІА, 2017.

Сказка о тебе и о других / под ред. А.А. Михеевой. – М. Научно-методический центр «Диагностика. Адаптация. Развитие» им. Л.С. Выготского, 2018.

Староверова М.С. Неуспешность детей в школе и дома. – М.; Новая школа, 2017.

М. Султанова (сост.) “Веселые домашние задания”, “Хатбер-пресс”, 2017.

А.В. Сунцова, С.В. Курдюкова “Изучаем пространство”, “Эксмо”, 2018.

Е.Ф. Черенкова “Развиваем логику и мышление”, “Рипол классик”, 2017.

Материально-техническое обеспечение

Стол письменный 1шт

Стул учительский 1шт

Мольберт стеклянный 1шт

Парта школьная одноместная 30шт

Скамья школьная одноместная 30шт

Компьютер 1шт

Колонки 1шт

Интерактивный материал:

Диск «Игры для маленького гения» изд. «ЭКЗАМЕН»