

**ОТДЕЛ УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЕМ ГО ВЕРХНЯЯ ТУРА**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 19**

Рассмотрено на заседании МО учителей _____ _____ Протокол №__ от _____ Руководитель _____	Согласовано Замдиректора по УВР Шагиева Р.Р. Подпись _____ Дата _____	Утверждено Директор школы Добош О.М. _____ Приказ №__ от _____
---	---	--

**Рабочая программа  
для 1 класса по внеурочной деятельности  
«Школа улыбок и настроения»**

**Программу составила  
Третьякова Т.П., педагог-психолог  
1 квалификационной категории**

**ГО Верхняя Тура  
2017 – 2018 учебный год**

## Пояснительная записка

Первый класс школы — один из наиболее важных и трудных периодов в жизни детей. Поступление малыша в школу приводит к эмоционально-стрессовой ситуации, изменяется привычный стереотип поведения, возрастает психоэмоциональная нагрузка. Именно в первые месяцы школьного обучения начинают формироваться те системы отношений ребенка с миром и самим собой, те устойчивые формы взаимоотношений со сверстниками и взрослыми и те базовые учебные установки, которые в существенной мере определяют в дальнейшем успешность его школьного обучения, эффективность стиля общения, возможности личностной самореализации в школьной среде.

Для того чтобы избежать негативных эмоций у первоклассников, помочь им, была составлена программа психолого-педагогической деятельности по адаптации ребенка в школе. Разрабатывая психолого-педагогическую систему вхождения ребенка в школу и школьную жизнь учитывалось то, что адаптация- это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию.

Программа построена на основе авторских программ М.А. Панфиловой «Психопрофилактические и коррекционные сказки для школьной адаптации», М.А. Панфилова «Игротерапия общения», В.Я.Зедгенидзе «Предупреждение и разрешение конфликтов у дошкольников», С.И.Семенака «Уроки добра», Т.Л.Павлова «Диагностика готовности ребёнка к школе».

**Цель данной программы** - создание социально-психологических условий для успешной адаптации первоклассников к ситуации школьного обучения и формирования универсальных учебных действий.

### **Задачи:**

- Развитие у детей познавательных универсальных действий, необходимых для успешного обучения в начальной школе.
- Развитие у детей коммуникативных универсальных действий, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.

- Формирование личностных универсальных действий, на фоне позитивной Я – концепции детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.
- Формирование регулятивных универсальных действий.
- Психотерапевтическая задача: оказание психологической помощи в осознании себя, своих возможных успехов и достижений, создание безопасной обстановки группового взаимодействия.

Программа предназначена для учащихся первых классов, испытывающих трудности в школьной адаптации. В группу включаются дети с различным уровнем готовности к школе, с акцентуацией различных проблем, с тем, чтобы дети помогали друг другу в приобретении новых психологических навыков.

Программа рассчитана на 33 часа по одному занятию в неделю. Приблизительная длительность каждого занятия 20-30 минут, в зависимости от состояния детей, сложности предлагаемых упражнений и других конкретных обстоятельств работы.

Программа включает в себя диагностические процедуры, необходимые для формирования группы и отслеживания эффективности проводимых занятий. Основным содержанием занятий являются игры и тренинговые упражнения, направленные на развитие познавательной, эмоциональной сферы ребенка. Структура каждого занятия включает ритуалы приветствия, разминку, основное содержание занятия, рефлекссию, ритуал прощания. Занятия построены таким образом, что вне зависимости от темы занятия происходит развитие различных видов универсальных учебных действий:

Личностных:

- Формировать у первоклассников внутреннюю позицию школьника: принятие и освоение новой социальной роли;
- Развивать самооценку, уверенность в своих силах и способностях;
- Ориентировать учащихся на выполнение морально-нравственных норм;
- Учить оценивать свои поступки и поступки других детей;
- Формировать учебную и социальную мотивацию;
- Помогать ориентироваться в социальных ролях и межличностных отношениях;
- Развивать рефлекссию, способность к волевому усилию;
- Учить первоклассников адекватно реагировать на трудности, боязнь сделать ошибку.

#### Метапредметных:

- Воспитывать у детей самостоятельность: учить проявлять инициативу и управлять своей деятельностью;
- Формировать у детей основы оптимистического восприятия мира;
- Учить работать в парах, группах, эффективно сотрудничать, способствовать успешному результату взаимодействия;
- Учить обосновывать и доказывать свою точку зрения;
- Формировать умение слушать собеседника.

#### Предметных:

Развивать у детей психические процессы: внимание, память, мышление, воображение.

После проведения коррекционно-развивающих занятий обязательным является проведение повторной диагностики с целью выявления динамики развития ребенка.

**Планируемый результат:** создание комфортных и благоприятных условий учебно-воспитательного процесса, способствующих успешной и скоротечной адаптации первоклассников.

#### **Формы и методы работы:**

- тренинговые упражнения
- диагностические процедуры
- игры

#### **Формы текущего контроля знаний и умений:**

- первичная диагностика
- промежуточная диагностика
- диагностика на конец года
- ответы на вопросы

#### **Материально-техническое обеспечение:**

- библиотечный фонд (книгопечатная продукция)
- компьютерные средства
- технические средства (ТСО): слайд-проектор (диапроектор), экран (на штативе или навесной)
- листы бумаги А 4, цветные карандаши, фломастеры.

## Содержание программы

Занятие № 1 « Давайте познакомимся»

Цель: создание условий для более близкого знакомства детей в микрогруппе, развитие наблюдательности, внимания памяти.

Занятие №2 « Продолжаем знакомиться»

Цель: Установление контакта между детьми, осознание своих положительных черт характера, обучение приемам саморасслабления.

Занятие №3 «Диагностика познавательных процессов».

Цель: определение уровня развития познавательных процессов( внимание, память, мышление).

Занятие №4 «Диагностика мотивационной сферы».

Цель: диагностика уровня познавательной мотивации и сформированности внутренней позиции школьника

Занятие № 5 «Диагностика уровня тревожности».

Цель :определение уровня тревожности и выявление причин высокого уровня тревожности у учащихся первых классов.

Занятие №6 « Развиваем наблюдательность»

Цель: Формирование правильной мотивации обучения в школе, развитие наблюдательности, внимания, памяти.

Занятие № 7 «Правила поведения»

Цель: повторение правил поведения в школе, дома, на улице, развитие внимания, снятие мышечных зажимов, развитие чувственного восприятия, обучение приемам саморасслабления.

Занятие № 8 « Эмоции человека»

Цель: изучение эмоций человека и особенностей их внешнего проявления, отреагирование собственных эмоциональных состояний, развитие внимания, наблюдательности, диагностика мотивации школьного обучения

Занятие №9 « Профилактика робости»

Цель: профилактика робости, развитие внимания, обучение навыкам релаксации.

Занятие №10 « Профилактика агрессии»

Цель: профилактика агрессивного поведения, развитие переключения внимания, наблюдательности, формирование навыков релаксации.

Занятие №11 «Профилактика жадности»

Цель: профилактика жадности, развитие произвольного внимания, обучение навыкам релаксации, снятие мышечных зажимов.

Занятие №12 «Промежуточная диагностика»

Цель: закрепление навыков, полученных в ходе проведенных занятий, диагностика эмоционального состояния детей.

Занятие №13 «Развитие произвольного внимания»

Цель: Развитие произвольного внимания и произвольности движений

Занятие №14 «Развитие самоконтроля»

Цель: развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов. Развитие саморегуляции и самоконтроля.

Занятие №15 «Развитие переключения внимания»

Цель: развитие переключения внимания и умения действовать по правилу

Занятие №16 «Развитие объема внимания»

Цель: развитие объема внимания, произвольности, умения действовать по правилу.

Занятие №17 «Развитие механической памяти»

Цель: развитие механической зрительной памяти

Занятие №18 «Развитие памяти»

Цель: развитие ассоциативной памяти

Занятие №19 «Развитие памяти»

Цель: развитие зрительной памяти с опорой на световой спектр.

Занятие №20 «Развитие мышления»

Цель: развитие логического мышления и сообразительности

Занятие №21 «Развитие логики»

Цель: развитие логического и понятийного мышления.

Занятие №22 «Развитие речи»

Цель: развитие умения устанавливать причинно – следственные отношения, развитие речи.

Занятие №23 «Развитие речи»

Цель: развитие умения устанавливать причинно – следственные отношения, развитие речи.

Занятие №24 « Учимся доверию»

Цель: развитие навыков сотрудничества. Обучение детей доверять друг другу.

Занятие №25 « Учимся сотрудничать»

Цель: развитие умения сотрудничать со сверстниками

Занятие №26 « Учимся оказывать поддержку»

Цель: Способствовать сплочению детского коллектива, учить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Занятие №27 « Учимся общению»

Цель: Обучить детей эффективным способам общения.

Занятие №28 « Учимся общению»

Цель: обучение детей эффективным способам разрешения конфликтов.

Занятие №29 «Я все смогу»

Цель: укрепление веры каждого ребенка в себя, раскрытие неиспользованных возможностей развития ребенка. Предоставление каждому ребенку своей особой модели поведения .

Занятие №30 « Обобщающее занятие»

Цель: тренировка полученных знаний и навыков в различных жизненных ситуациях.

Занятие №31 « Диагностика познавательных процессов»

Цель: повторная диагностика развития познавательных процессов

Занятие №32 « Диагностика мотивации и тревожности»

Цель: повторная диагностика мотивационной сферы.

Занятие №33 «Диагностика тревожности»

Цель: повторная диагностика тревожности.

Поурочное календарное планирование программы  
для детей 7-8 лет « В школу с улыбкой»

	Тема	Сроки проведения
1.	Давайте познакомимся»	
2.	Продолжаем знакомиться	
3.	Развиваем наблюдательность	
4.	Правила поведения	
5.	Эмоции человека	
6.	Профилактика робости	
7.	Профилактика агрессии	
8.	Профилактика агрессии	
9.	Учимся расслабляться	
10.	Профилактика жадности	
11.	Профилактика жадности	
12.	Промежуточная диагностика	
13.	Развитие произвольного внимания	
14.	Развитие самоконтроля	
15.	Развитие переключения внимания	
16.	Развитие объема внимания	
17.	Развитие механической памяти	
18.	Развитие памяти	
19.	Развитие памяти	
20.	Развитие мышления	
21.	Развитие логики	
22.	Развитие речи	
23.	Развитие речи	
24.	Учимся доверию	
25.	Учимся сотрудничать	
26.	Учимся оказывать поддержку	
27.	Учимся общению	
28.	Учимся общению	
29.	Я все смогу	
30.	Обобщающее занятие	
31.	Диагностика познавательных процессов	
32.	Диагностика мотивации	
33.	Диагностика тревожности	



## Рекомендуемая литература

- 1.М.Р. Битянова. Адаптация ребенка в школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. – М.: Педагогический поиск, 1997
- 2.Т.Н.Князева. Я учусь учиться. - М.: Аркти, 2004
- 3.Л.Ф.Тихомирова, А.В.Басов. Развитие логического мышления учащихся. – Ярославль.: 19993
- 4.Е.А.Алябьева. Психогимнастика в начальной школе.- М.:Сфера, 2005
- 5.А.Э. Симановский. Развитие творческого мышления детей. – ЯР.: Гринго, 1996
- 6.Л.В.Черемошкина. Развитие внимания детей. – ЯР.: Академия Развития, 1997.
- 7.Е.К.Лютова, Г,Б.Монина. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми.- М.: Генезис, 2000
- 8.Н.В.Клюева, И,В, Устиленцева. Программа коррекции личностно-эмоциональных проблем детей младшего школьного возраста. – ЯР.:1995.
9. Д.А.Глазунов «Развивающие занятия для первого класса» «Глобус», Москва, 2008.