АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ЦЕНТР НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
(АНПОО «ДВЦНО»)
Начальная школа –детский сад «Классическая европейская прогимназия»
(НШДС «КЕП»)

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по УВР
НШДС «КЕП»
_____Т. Ю. Эльснер

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор НШДС «КЕП»
_____О. В. Ишматова

Принята на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от «28» августа 20235г

Рабочая программа внеурочной деятельности. Социально- личностное развитие (психологическое сопровождение)

Составил(а) Свешникова Ю. В.,
Срок реализации: 1 год
Категория обучающихся: 1 класс

г. Владивосток

Содержание

Введение

Пояснительная записка

Содержание изучаемого курса

Ожидаемые результаты работы

Учебно – тематический план

Перечень учебно-методического обеспечения

Список литературы

Введение

Возрастная категория	1 класс
Срок реализации	1 год
Курс разработан на основе	программы «Здравствуй школа – это я!» Збирун С.Н.; «Воспитание толерантности» Е.И. Николаева. Учебник удостоен премии «Золотая Психея»

Пояснительная записка

Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребёнка. Первые месяцы учёбы являются сложными и напряженными. Школа с первых же дней ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Адаптация ребёнка в школе – довольно длительный процесс. Для того, чтобы с самых первых уроков создать у первоклассников позитивное отношение к школе и чтобы дети наиболее благополучно прошли этап адаптации к школе, который является переломным в жизни первоклассника, решить непростые проблемы, которые могут возникнуть у детей, поможет специальный курс адаптационных занятий для первоклассников. «Здравствуй школа – это я!» курс разработан практическим педагогом-психологом Збирун С.Н.

Цель адаптационных занятий по программе С.Н. Збирун «Здравствуй школа – это я!» – психолого-педагогическая поддержка обучающихся первого класса в период адаптации к новой социальной ситуации развития. Профилактическая работа с первоклассниками по предупреждению школьной дезадаптации и тревожности.

Задачи:

1. Создание благоприятных условий для знакомства детей друг с другом.
2. Создание условий для обеспечения эмоционального комфорта, чувства защищенности у первоклассников при вхождении в школьную жизнь.
3. Формирование положительного отношения к правилам поведения в школе.
4. Развитие эмоциональной и коммуникативной сфер личности первоклассников.
5. Обеспечение ситуации успеха для каждого ребёнка.
6. Создание условий для проявления индивидуальных особенностей детей.
7. Развитие навыков сотрудничества, доверительного отношения друг к другу, сплочения классного коллектива.

Основной программой обучения первоклассников является программа Е.И. Николаевой «Воспитание толерантности».

В учебной деятельности ребёнок приобретает умение подчинять свою работу определённым правилам. Школьник включается в новый для него коллектив, в котором будет жить развиваться и взрослеть.

Возможности волевого регулирования внимания и управления им в этом возрасте ограничены. Первоклассники, а иногда и второклассники не умеют длительно сосредотачиваться на работе. Ребёнок овладевает возможностью сознательно управлять своей памятью и регулировать её проявления. Познавательные процессы становятся всё более произвольными и осознанными. Мышление приобретает абстрактный характер. Ребёнок обладает способностью более сдержанно выражать свои эмоции. Развиваются высшие чувства.

Основные новообразования детей младшего школьного возраста – возникновение внутреннего плана действий, закрепление произвольности, устойчивых форм поведения и деятельности. Развитие нового познавательного отношения к действительности. Формирование позиции школьника. Развитие общественной нравственности. Происходит первоначальное формирование характера.

Цель занятий по программе Е.Н.Николаевой «Воспитание толерантности» – развитие эмоционального интеллекта у ребят начальной школы, под которым понимается умение узнавать эмоции других, отождествлять свои собственные эмоции и владеть своими переживаниями. Развитие эмоционального интеллекта детей способствует эффективной адаптации в школе, помогает строить своё собственное поведение и принимать поведение другого человека (без осуждения, без навязывания), отстаивать свои права и понимать, что любой конфликт требует обсуждения и договора.

Умение понимать свои эмоции, эмоции других людей, быть ответственным позволит ребёнку при возникновении любых проблем в школе рассказать о них взрослому. В свою очередь это облегчит возникновение конфликтных ситуаций. Развитие эмоциональной сферы будет способствовать развитию товарищества и взаимоподдержки среди детей, что также будет способствовать большей эффективности школьного процесса. Настоящий курс направлен на повышение социальной и эмоциональной компетентности учащихся начальных классов.

Задача психолога в данной программе – сопровождение детей в эмоциональной ситуации. В качестве иллюстративного материала на уроках развития эмоциональной сферы детям для обсуждения предлагаются отрывки из литературных произведений, тематически связанных с нравственной или эмоциональной проблемой, обсуждаемой на занятии.

Содержание программы

Данные программы включают в себя 41 час. Адаптационный курс 10 часов, 26 тематических часов по программе «Воспитание толерантности», 5 игровых. Проводятся на внеклассных занятиях в течение всего периода обучения.

Адаптационные занятия проводятся ежедневно в первые две недели. Структура занятия включает в себя разминку (приветствие), игры на взаимодействие детьми друг с другом, а также взаимодействие с учителем. Игры способствуют снижению эмоционального напряжения. Ребята могут выражать своё настроение, как в игре, так и в выполнении творческих заданий. Беседы в основной части занятий позволяют обсуждать правила школьной жизни, выражать свои мысли по обсуждаемым темам. Выполнение совместных творческих заданий способствует группообразованию, сплочению коллектива, обучению навыкам взаимодействия в команде. Завершающая часть занятия (дружеский ритуал завершения занятия) способствует позитивному эмоциональному настрою первоклассников.

На занятиях широко используются игровые и творческие задания, а также упражнения психологического характера. Адаптационный курс состоит из 10 часов.

Тематические занятия: «Радость», «Грусть», «Слёзы», «Любовь», «Гнев», «Страх», «Зависть», «Обида», «Сочувствие» - связан с анализом эмоций, чувств, переживаний человека. В течение работы над этими темами ребята научатся распознавать собственные эмоции, а также научатся видеть и понимать эмоциональное состояние других людей. Детям часто сложно показать свои чувства так, чтобы это было приемлемо для взрослых. Некоторые чувства, например злость, страх, ревность, печаль считаются нежелательными и даже плохими. Поэтому дети, боясь наказаний или отказа со стороны родителей, эти чувства сдерживают и накапливают в себе. К тому же негативное отношение к чувствам ребёнка вредно и для его самоценности. Беседы о чувствах, сказки, истории, игры позволяют ребёнку без опаски выразить любое чувство и принять свои чувства и самих себя. Темы: «Наказание», «Ответственность», «Вежливость и благодарность», «Уважение и достоинство» направлены на развитие умения планировать и предполагать результат в деятельности или общении; учиться видеть в людях лучшие качества и говорить и о них с достоинством; разделять личность и поступок. Занятия в форме беседы, диалога развивают у детей уровень их осознанности, позволяют понять обдуманность или необдуманность своих действий самим ребёнком и их последствий. Понимание детьми обоюдности, то есть равенства или следование «золотому правилу» поступать с другими

так, как ты хочешь, чтобы поступали по отношению к тебе, помогает создать атмосферу доверия и обоюдного уважения среди ребят. На уроках ребята рисуют, высказывают своё мнение относительно обсуждаемой темы, участвуют в интерактивных играх, что также способствует развитию их «эмоционального интеллекта» и помогает педагогу создавать в классе дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с учителем, облегчая тем самым процесс совместного обучения. Тематические занятия составляют 26 часов.

Игровые занятия предполагают командные игры, как в конце, так и в начале четверти. Игровые групповые занятия с небольшим количеством участников, при поддержке психолога помогают ребенку острее ощутить характер своего поведения и опробовать новые поведенческие модели. Преимущество игры перед любой другой детской деятельностью заключается в том, что в ней ребенок сам добровольно подчиняется определённым правилам, причем именно выполнение правил доставляет максимальное удовольствие. Это делает поведение ребенка осмысленным и осознанным. Здесь формируется иерархия мотивов, то есть умение подчиниться требованию «надо», а не «хочу», подавить свои сиюминутные желания. В игре ребенок учится устанавливать взаимоотношения со сверстниками, планировать свои действия, оценивать свое поведение и поведение партнера. Количество игровых занятий составляет 4 часа.

Ожидаемые результаты работы

К завершению данного курса учащиеся научаются:
- отождествлять свои переживания и чувства с конкретными словами,
- управлять своими эмоциями,
- определять эмоциональное состояние других людей и адекватно на него реагировать,
-анализировать свои собственные переживания.
- активно сотрудничать с другими людьми,

Учебно – тематический план

№	Наименование дисциплины, темы	Количество часов	дата
	Психологическое сопровождение, 1 класс	**41**	
1	Давайте познакомимся!	1	
2	Ура Я- школьник.	1	
3	Правила школьной жизни	1	
4	Зачем ходить в школу	1	
5	Мой друг школьный портфель	1	
6	Узнай меня поближе	1	
7	Учимся работать вместе	1	
8	Наш класс – это все мы!	1	
9	Настроение в школе.	1	
10	Первоклассник это здорово	1	
11	Душа человека	1	
12	Имя	1	
13	Радость	1	
14	Грусть	1	
15	Слезы	1	
16	Игровое занятие	1	
17	Любовь	1	
18	Свершение. Завершенность	1	
19	Гнев	2	
20	Ложь.Правда	1	
21	Наказание	1	

22	Искусство дарить и получать подарки.	1	
23	Игровое занятие	2	
24	Ответственность	1	
25	Страх	2	
26	Вежливость и благодарность.	1	
27	Сочувствие.	2	
28	Зависть	1	
29	Игровое занятие	2	
30	Уважение. Достоинство	2	
31	Ценность человеческой жизни.	1	
32	Рождение и смерть.	2	
33	Свобода и ответственность.	1	
34	Игровое занятие.	1	

Перечень учебно – методического обеспечения

1. Программа Е.И. Николаевой «Воспитание толерантности»
2. Программа С.Н. Збирун «Здравствуй школа – это я!»
3. Книга для размышления Е.И. Николаевой «Я в мире других» (для индивидуальной работы)
4. Листы формата А-4, карандаши, мелки.

Список литературы

1. Е.Н.Николаева «Воспитание толерантности»(психологическое сопровождение в начальной школе) изд.2-е, переработанное и дополненное.- М.:ООО «Мой учебник», 2007.
2. Трофимова Н.М., Пушкина Т.Ф., Козина Н.В. «Возрастная психология». – СПб.: Питер, 2005.
3. Кэдьюсон Х., Шеффер Ч «Практикум по игровой психотерапии». – СПб.: Питер, 2000.
4. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. «Психолого-педагогическая готовность ребёнка к школе: Пособие для практических психологов, педагогов и родителей. – М.: Гуманит. Изд. Центра ВЛАДОС, 2001.
5. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать?» Психологические игры и упражнения: Практическое пособие./ Пер. с нем.; в 4-х томах. 2-е изд.,стер.-М.: Генезис, 2003.
6. Е.Н.Николаева «Леворукий ребёнок: диагностика, обучение, коррекция».- СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005.
7. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребёнком. Как?» - изд. 4-е, стереотипное.-М.: ЧеРо, Сфера, 2005.
8. Збирун С.Н. «Здравствуй школа – это я!»