ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА-ПРАВОСЛАВНЫЙ ДЕТСКИЙ САД «СВЯТО НИКОЛЬСКИЙ» ГОРОДА МИХАЙЛОВСКА»

РАССМОТРЕНО на заседании педагогического совета протокол №4 от 20.02.15г «___» _____ 2015года	СОГЛАСОВАНО Директор ЧОУ «Начальная школа- Православный детский сад «Свято Никольский» _____В.А.Выжимко «___» _____ 2015года	УТВЕРЖДЕНО Учредитель ЧОУ «Начальная школа- Православный детский сад «Свято Никольский» _____ А.А. Дранец «_____»_____2015г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ТРОПИНКА К СВОЕМУ Я»

Ступень обучения (класс) - начальное общее, 1 класс
Количество часов:33. Уровень - базовый
Педагог- психолог:

2015 год

ПОЯСНИТЕЛТНАЯ ЗАПИСКА

Согласно многим периодизациям психического развития личности, младший школьный возраст определяется периодом жизни человека от 6-7 до 9-10 лет. Это одно из наиболее важных обстоятельств в жизни ребенка, связанное с поступлением в школу. Данный период связан и с адаптацией ребенка в школе, так как в первые месяцы начинают формироваться те системы отношений ребенка с миром и самим собой, устойчивые формы взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, а также базовые учебные установки, которые в дальнейшем определят успешность его школьного обучения, эффективность стиля общения, возможности в школьной среде.

То, по какому пути пойдет развитие школьника в ближайшие годы, будет ли период адаптации заложен социальный и интеллектуальный фундамент дальнейшего успешного обучения, или с приходом в школу ребенок попадает в чужой, непонятный – а, следовательно, враждебный ему школьный мир, во многом зависит от правильно построенного психологического сопровождения детей.

Школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требования, видам деятельности, режиму жизнедеятельности. Адаптированный ребенок – это ребенок, который может раскрыть свой интеллектуальный, личностный, творческий потенциал в новой для него ситуации развития.

Данная программа составлена на основе практического пособия для психологов и учителей начальных классов по адаптации первоклассников О.В.Хохлаевой «Тропинка к своему Я» , издательство «Генезис»,2008г.

Цель программы: оптимизация и психологическое сопровождение процесса адаптации первоклассников через организацию внеурочной деятельности в классе.

Задачи

1. Развитие у детей когнитивных умений и способностей для успешного обучения; а также социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.
2. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я-концепции», устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.
3. Создание ситуации эмоционального приятия членов группы.
4. Создание условий для эффективного взаимодействия членов группы и формирование коммуникативных умений.
5. Активизирование процессов самопознания и самораскрытие членов группы.

Методы и приемы

1. Игры - коммуникации.
2. Игры – релаксации. Музыка.
3. Сказки.
4. Рисование.
5. Рефлексия.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Количество часов		
				всего
1	Я – школьник			16
2	Мои чувства			17
Итого:				33

СОДЕРЖАНИЕ ОСНОВНЫХ ТЕМ ПРОГРАММЫ

1. Я школьник

Цели:

- содействовать осознанию позиции школьника;
- способствовать формированию дружеских отношений в классе;
- развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях.

Занятие 1-2. Знакомство. Введение в мир психологии

- Знакомство. Вступительное слово психолога.
- Игра «имя оживает»
- «Ласковое имя»
- «Рисунок имени»

Рефлексия занятия.

Занятие 3-4. Как зовут ребят моего класса.

-Ролевая гимнастика.

-Мое имя.

-Имя начинается с буквы.

-Имя соседа.

-Я солнышко.

-Нарисуем имя мамы.

Занятие 5-6. Зачем мне нужно ходить в школу

- Разминка. «Ролевая гимнастика»
- Игра «Закончи предложения»
- Игра «Какой урок важнее?»
- Работа со сказкой

- Рисунок «Я в школе»

- Рефлексия занятия.

<u>Занятие 7-8. Мой класс.</u>

- Разминка. «Ролевая гимнастика»

- Игра «Сколько в моем классе,..?»

- Какого цвета?

- Буратино хочет в школу.

- Буратино хочет к нам в гости.

- Буратино проголодался.

- Работа со сказкой

- Рефлексия занятия

<u>Занятие 9-10. Какие ребята в моем классе.</u>

- Разминка. «Ролевая гимнастика»

- Сколько в моем классе...?

- Игра «Закончи предложения»

- Мы.

– Вспомним хорошие поступки.

– -Мы любим.

- Работа со сказкой

– Рефлексия занятия

<u>Занятие 11-12. Мои друзья в классе.</u>

- Разминка. «Ролевая гимнастика»

-Кто умеет хорошо...

-Закончи предложение..

Тропинка к сердцу.

-Портрет моего друга.

-Работа со сказкой.

<u>Занятие 13-14. Мои друзья в классе.</u>

- Разминка. «Ролевая гимнастика»
- Закончи предложение.
- Как можно помириться.
- Да.
- У кого самое лучшее зрение.
- Работа со сказкой.

Занятие 15-16. Мои успехи в школе.

- Разминка. «Ролевая гимнастика»

- Игра «Закончи предложения»

- Игра «Буратино забыл все слова»

- Игра «Мне помогли»

- Считалочка

- Работа со сказкой

- Рефлексия занятия

2. Мои чувства

Цели:

- рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева;

- обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей;

- помочь детям осознать относительность оценки чувств других людей;

- способствовать снижению уровня страхов

<u>Занятие 1. Радость. Что такое мимика</u>

- Разминка. «зайчик рассмеялся – зайчик испугался»
- Игра «Раз, два, три, позу за мной повтори»
- Игра «Закончи предложения»
- Игра «Зоопарк»
- «Рисунок радости»
- Рефлексия занятия

<u>Занятие 2. Как доставить радость другому человеку</u>

- Разминка «Угадай, где я иду?»
- Игра «Превратись в животное»
- Кричалка «Я очень хороший»
- Как доставить радость другому человеку
- Игра «Собираем добрые слова»
- Игра «Скажи мишке добрые слова»
- Рефлексия занятия

<u>Занятие 3. Жесты</u>

- Разминка «Угадай, где я иду?»
- Игра «Радость модно выразит жестом»
- Игра «Передай сообщение»
- Игра «объясни задание»
- Работа со сказкой
- Рефлексия занятия

Занятие 4. Радость можно передать прикосновением

- Разминка «Муха»
- Превратись в животное.

  - Игра «Фотоохота»

  - Радость можно передать прикосновением

  - Игра «Котенок»

  - Работа со сказкой
- Рефлексия занятия
-

Занятие 5. Радость можно подарить взглядом.

-Разминка. Мысленная картинка.Врунишка.

-Радость можно подарить взглядом.

-Работа со сказкой.

Занятие 6. Грусть

- Разминка «Покажи профессию»

- Игра «Скажи да и нет»

- «Закончи предложение»

- «Грустные ситуации»

- Игра «Котенок загрустил»

- Работа со сказкой

- Рефлексия занятия

Занятие 7-8. Страх

- Разминка «Дотроньтесь до …»

- «Мысленная картинка»

- Игра «Покажи страшилку»

- Работа со сказкой

- Рефлексия занятия

<u>Занятие 9. Страх ,его относительность.</u>

- Разминка «Неопределенные фигуры»

- Конкурс пугалок.

– Чужие рисунки.

– Закончи предложение.

– Работа со сказкой

– Рефлексия занятия.

<u>Занятие 10. Как справиться со страхом.</u>

-Разминка.Страшные персонажи телеэкрана.

- Придумай веселый конец.

-Картинная галерея.

-Работа со сказкой.

-Рефлексия занятия.

<u>Занятие 11. Страх и как его преодолеть.</u>

-Разминка.Почему подрались дети.

- Испугаем по-разному.

-Страшная маска.

-Работа со сказкой.

<u>Занятие 12. Гнев. С какими чувствами он дружит?</u>

- Разминка. «Художники»

- «Попугай»

- Игра «Покажи дневник маме»
- Работа со сказкой

– Рефлексия занятия

<u>Занятие 13. Может ли гнев принести пользу?</u>

-Разминка.Черная рука-белая рука.

Разозлились-помирились.

-Закончи предложение.

-Работа со сказкой.

<u>Занятие14-15. Обида</u>

- Разминка «Массаж чувствами»
- «Пусть всегда будет»
- Игра «Весеннее настроение»
- «Какая у меня обида»
- «Напрасная обида»
- Работа со сказкой

<u>Занятие 16. Разные чувства</u>

- Разминка «Попугай»
- Игра «Покажи дневник маме»
- Игра «Шурум – бурум»
- Игра «Море волнуется»
- Игра «Волны»
- «Закончи предложение»
- «Ожившее чувство»
- Рисунок чувств

– Рефлексия занятия

- **<u>Занятие 17. Итоговое.</u>**
- -Вспоминаем полюбившиеся упражнения.
- -Вспоминаем сказки.
- Психологический портрет.
- Рефлексия.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Следует отметить, что в настоящее время необходимо помогать каждому ребенку в успешной адаптации к обучению в школе, т.е. необходима помощь в поиске своих ресурсов, утверждении веры в себя и свои возможности, устремлении к преодолению школьных трудностей.

Итогом работы по данной программе является приобретение ребенком чувства уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое; приобретение навыков успешного взаимодействия с одноклассниками и учителями. В результате ребенок будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный путь будет непременно успешным и радостным.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). 3-е изд. – М.: Генезис, 2008. – 344с.

2. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.

3. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной М., 1998.

4. Психологический словарь / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М., 10985.

5. Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков / Под ред. А.Д. Андреевой. М., 1997.

6. Казанцева – Залеская О.В. Настольная развивающая игра из сундучка детского психолога

7. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. Вузов. – 9-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия2, 2004. – 456с.