

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Бугровская средняя общеобразовательная школа №2»  
Всеволожского района Ленинградской области**

**Принято**

Педагогическим  
советом

МОБУ «Бугровская СОШ №2»

Протокол №6  
от «31» 08



**Утверждаю**

Директор

МОБУ «Бугровская СОШ №2»

А.А. Панкрева

Приказ №34

от «31» 08

2021 г.



**Коррекционно-развивающая программа  
«Я - Первоклассник»  
для учащихся 1 классов**

**Составитель:**

педагог - психолог

Кондратьева Анастасия Вадимовна

Срок реализации рабочей программы: 2021-2022 учебный год

**Ленинградская область  
2021**

## **Пояснительная записка**

Поступление в первый класс и начало обучения в школе является новым и зачастую сложным периодом в жизни ребенка. Возможные трудности при включении ребенка в новый социальный институт связаны с изменением в режиме дня, адаптацией к классному коллективу, выстраиванием взаимоотношений ребенка с учителем, возрастающей интеллектуальной нагрузкой, а также необходимостью соблюдать школьные требования. Адаптация к школе может быть затруднена, если ребенок не посещал детский сад и не имеет опыта вне семейных контактов (общение со сверстниками при посещении спортивных секций, кружков, летних оздоровительных лагерей и др.).

«Социально-психологическая адаптация – это процесс приобретения людьми определенного социально-психологического статуса, овладения теми или иными социально-психологическими функциями» (Крысько, 2001, с. И, 526). Социальная-психологическая адаптация – процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды. Адаптация происходит на трех уровнях: физиологическом, психологическом и социальном. Адаптированным считается ребенок, который вписывается в школьную систему требований, норм и социальных отношений (Битянова М.Р.).

Важно благополучное протекание социально-психологической адаптации ребенка к школе, поскольку от нее зависит успешность овладения учебной деятельностью, комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению.

Коррекционно-развивающая программа «Я – первоклассник!» рассчитана на детей первых классов для развития социально-психологической адаптации к школьному обучению и формированию УУД.

**Программа составлена на основе положения отечественной и зарубежной педагогической и возрастной психологии А.В. Петровского, Д. Б. Эльконина, Л.И. Божович, А.Л. Венгер, Л.А. Венгер, И.В. Дубровиной, М.Р. Битяновой, М.М. Безруких. Методологическая основа программы опирается на концептуальные основы разработки проблемы адаптации детей в контексте готовности к школе в психологии связанны с трудами А.В. Петровского, Д.Б. Эльконина, Я. Ииерасека, Н.И. Гуткиной, Р.А. Захарова, Л.М. Ковалевой, Н.Н. Тарасенко.**

**Целевая аудитория:** программа рассчитана на учеников 1 классов, испытывающих трудности с социально-психологической адаптацией и обучением, а также детей «группы риска». Комплектация групп происходит на основе количества человек (в 1 группе – 4-6 детей).

**Цель программы:** развитие социально-психологической адаптации первоклассников к школьному обучению с учетом индивидуальных и возрастных особенностей личности каждого ребенка в адаптационный период.

**Задачи программы:**

- 1) Формирование положительного отношения к школе, стимулирование познавательной активности школьников.
- 2) Знакомство школьника с нормами школьной жизни, содействие принятию требований учителя и ритма учебной деятельности, овладению правилами поведения на уроке и перемене, формирование личностных УУД.
- 3) Развитие эмоционально-волевой сферы, содействие формированию произвольности и саморегуляции поведения, снятие страхов и эмоционального напряжения, формирование регулятивных УУД.
- 4) Развитие познавательных психических процессов, формирование познавательных УУД.
- 5) Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих отношений с педагогами, формирование коммуникативных УУД.
- 6) Создание условий для развития групповой сплоченности классного коллектива, принятия ребенком себя как представителя новой социальной общности.
- 7) Профилактика школьной дезадаптации.

**Планируемые результаты психологической работы в группе:** благоприятное течение социально-психологической адаптации обучающихся 1 класса к школе, сформированность УУД и мотивации учебной деятельности.

**Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:**

- Сохранение физического, психического и социального здоровья детей.
- Удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ребенку нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.
- Установление контакта с обучающимися, с учителем.
- Удовлетворенность межличностными отношениями (с одноклассниками и учителем).
- Формирование адекватного поведения.
- Овладение навыками учебной деятельности.
- Степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому.

**Сроки реализации программы:** продолжительность занятий – 40 минут. Периодичность встреч: 1 раз в неделю, в течение 5 месяцев. Общее количество занятий по программе – 22.

### **Содержание программы по разделам:**

Программа включает себя пять разделов:

- Раздел 1. Введение. Знакомство школьника с нормами школьной жизни. Развитие мотивации учебной деятельности.
- Раздел 2. Развитие эмоционально-волевой сферы.
- Раздел 3. Развитие коммуникативных умений и навыков.
- Раздел 4. Развитие когнитивных психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения).
- Раздел 5. Заключительная часть.

Структура каждого занятия включает в себя:

- 1) Вступление. Ритуал приветствия.
- 2) Разминка.
- 3) Основная часть.
- 4) Заключительная часть. Ритуал прощания.

**Методы и формы работы:** основной формой организации коррекционно-развивающих занятий является групповое занятие с элементами психологического тренинга, который сочетает в себе фронтальную, групповую и индивидуальную формы работы. Используются тренинговые упражнения, творческие задания, дискуссии, игры, мини-лекции, упражнения с элементами арт-терапии, психогимнастика, релаксационные методы.

### **Список литературы:**

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1 классе. – М.: Генезис, 2011.-144с.
2. Артюхова И. Профилактика дезадаптации первоклассников. – М.: Чистые пруды, 2008. – 32 с.
3. Артюхова И. В первом классе без проблем. - М.: Чистые пруды, 2008. – 32 с.
4. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. — М.: Совершенство, 1997. — 298 с.
5. Глазунов Д.А. Развивающие занятия 1 класс. Методическое пособие с электронным приложением. - М.: Планета, 2011.-240с.
6. Кабанова М.Н. Готовимся к школе. Практические задания, тесты, советы психолога.-М.: Олма-пресс, 2001.- 224 с.

7. Куражева Н.Ю., Козлова И.А. Приключения будущих первоклассников: психологические занятия с детьми 6-7 лет - СПб.: Речь, 2007. – 240 с.
8. Крюкова С.В., Слободянник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хващаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие — М.: Генезис. 2002. — 208 с.
9. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль: Академия развития, 1996. – 208 с.
10. Озерова О.Е. Развитие творческого мышления и воображения у детей. Игры и упражнения. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 192 с.
11. Практическая психология образования. Под ред. Дубровиной И.В. - СПб.: Питер, 2004 - 592 с.
12. Савенков А.И. Маленький исследователь: развитие творческого мышления детей 5-6 лет. - М.: Академия развития. - 32с.
13. Савенков А.И. Маленький исследователь: развитие творческого мышления детей 5-6 лет. - М.: Академия развития. - 32с.
14. Трясорукова Т.П. Игры для дома и детского сада на снижение психоэмоционального и скелетно-мышечного напряжения. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2013. – 29 с.
15. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения - Практическое пособие. – М.: Генезис, 2000. – 160 с.

#### Тематический план занятий:

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Наименование форм работы, упражнений
<i>Раздел 1. Введение</i>				
1	Знакомство с группой	1	Знакомство с группой; развитие навыков представлять себя и знакомиться; ликвидация страха знакомства и общения с новыми людьми; усвоение правил поведения в группе	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, беседа, тренинговое упражнение
2	Знакомство с нормами школьной жизни	1	Знакомство со школьными правилами; тренировка навыка поведения на уроке; нахождение нового смысла школьной формы	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, беседа, тренинговое упражнение
3	Развитие мотивации учебной деятельности	1	Стимулирование познавательного мотива; формирование адекватного	Ритуалы приветствия и прощания;

			отношения к школьным оценкам; формирование ответственного отношения к домашним заданиям; профилактика списывания и подсказок	психогимнастика, беседа, тренинговое упражнение
<i><b>Раздел 2. Развитие эмоционально-волевой сферы</b></i>				
4	Эмоции и чувства	2	Развитие эмоционального интеллекта; знакомство с различными эмоциями и чувствами; снятие эмоционального напряжения; снижение тревожности	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, мини-лекция, беседа, тренинговое упражнение, творческое задание; релаксационное упражнение
5	Настроение	1	Развитие эмоционального интеллекта; знакомство с понятием «настроение»	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, мини-лекция, беседа, тренинговое упражнение, релаксационное упражнение
6	Страхи и тревоги	1	Развитие эмоционального интеллекта; снижение тревожности; развитие способности преодолевать страхи; профилактика фобий; профилактика депрессивных состояний	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, мини-лекция, беседа, тренинговое упражнение, творческое задание; релаксационное упражнение
7	Самоконтроль и саморегуляция	2	Развитие саморегуляции; формирование навыков конструктивного снятия агрессии; развитие волевых качеств; профилактика депрессивных состояний	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, мини-лекция, беседа, тренинговое упражнение, релаксационное упражнение

<i><b>Раздел 3. Развитие коммуникативных умений и навыков</b></i>				
8	Дружелюбное общение и взаимопомощь	1	Знакомство с понятием «общение»; развитие дружелюбия и вежливости; формирование представления о важности взаимопомощи	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, мини-лекция, беседа, тренинговое упражнение
9	Вербальное общение	1	Развитие навыков верbalного общения; развитие способности понимать другого	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, беседа, тренинговое упражнение
10	Невербальное общение	1	Развитие навыков невербального общения; развитие способности понимать другого	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, беседа, тренинговое упражнение, творческое задание
11	Дружба и ссоры	1	Формирование представления о дружбе; развитие навыков конструктивного разрешения конфликтов	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, беседа, тренинговое упражнение
12	Преодоление застенчивости	1	Формирование адекватной самооценки; преодоление застенчивости; развитие уверенности в себе	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, беседа, тренинговое упражнение, творческое задание
<i><b>Раздел 4. Развитие когнитивных психических процессов</b></i>				
13	Внимание	2	Знакомство с понятием «внимание»; развитие внимания	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, мини-лекция, когнитивные упражнения
14	Память	2	Знакомство с понятием «память»; развитие памяти; обучение мнемотехникам	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, мини-лекция, когнитивные

				упражнения, мнемотехники
15	Мышление	2	Знакомство с понятиями «мышление», «интеллект»; развитие мышления	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, мини-лекция, когнитивные упражнения
16	Воображение	1	Знакомство с понятиями «воображение» и «фантазия»; развитие воображения и творческих способностей	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, мини-лекция, беседа, тренинговое упражнение, творческое задание, упражнения с элементами арт-терапии
<i><b>Раздел 5. Заключительная часть</b></i>				
17	Рефлексия	1	Краткие итоги по тому, чему научились в программе; позитивное завершение программы	Ритуалы приветствия и прощания; психогимнастика, беседа, тренинговое упражнение, творческое задание