

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3
ИМЕНИ КОРНЕВОЙ СОФЬИ ВЛАДИМИРОВНЫ



Врио директора _____ С.А. Дзуготова
«05» сентября 2019 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КРУЖКА
« В мире психологии»

Руководитель:
Педагог - психолог:
О.С. Гаврилюк

Программа кружка «В мире психологии»

Цель программы:

Развитие психических процессов, формирование произвольности, как возрастно-психологического новообразования в младшем школьном возрасте.

Задачи программы:

- сформировать у ребенка умение контролировать свою деятельность;
- сформировать у ребёнка умение подчиняться словесным указаниям взрослого;
- развить внимание, память, мышление, мелкую моторику.

Исполнитель:

Педагог-психолог.

Методические рекомендации:

Занятия проходят в группах по 6-10 человек. Занятия проводятся после основной учебной нагрузки. Занятие длится 40 мин. Занятия в каждом классе проводятся 1 раз в неделю. Цикл включает в себя 34 занятия.

Примерный конспект занятий

Блок	Номер занятия	Направленность
I. Вводный	Занятие 1	Знакомство группы
II. Основной	Занятие 2	Развитие внимания
	Занятие 3	Развитие мелкой моторики пальцев рук
	Занятие 4	Развитие памяти
	Занятие 5	Развитие мышления
	Занятие 6	Развитие счёта
	Занятие 7	Развитие внимания

	Занятие 8	Развитие умения подчиняться словесным указаниям взрослого
	Занятие 9	Усвоение понятий «вправо», «влево», «вверх», «вниз»
	Занятие 10	Развитие мелкой моторики пальцев рук
	Занятие 11	Развитие логики
	Занятие 12	Развитие памяти
	Занятие 13	Развитие внимания
	Занятие 14	Развитие мышления
	Занятие 15	Развитие счёта
	Занятие 16	Развитие умения подчиняться словесным указаниям взрослого
	Занятие 17	Усвоение понятий «вправо», «влево», «вверх», «вниз»
	Занятие 18	Развитие логического мышления
	Занятие 19	Тренировка слуховой памяти
	Занятие 20	Развитие мелкой моторики пальцев рук
	Занятие 21	Тренировка зрительной памяти
	Занятие 22	Развитие внимания
	Занятие 23	Усвоение понятий «вправо», «влево», «вверх», «вниз»
	Занятие 24	Тренировка зрительной памяти
	Занятие 25	Развитие умения подчиняться словесным указаниям взрослого
	Занятие 26	Развитие мелкой моторики пальцев рук
	Занятие 27	Развитие логического мышления
	Занятие 28	Тренировка слуховой памяти
	Занятие 29	Тренировка зрительной памяти
	Занятие 30	Усвоение понятий «вправо», «влево», «вверх», «вниз»
	Занятие 31	Развитие логического мышления
	Занятие 32	Тренировка слуховой памяти
	Занятие 33	Развитие внимания
III. Заключительный	Занятие 34	Подведение итогов

Пояснительная записка

Первый класс — один из наиболее важных и трудных периодов в жизни детей. Поступление 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 приспособиться к условиям школьной жизни, разработана программа психолого-педагогической деятельности по адаптации ребенка в школе. Разрабатывая психолого - педагогическую систему вхождения ребенка в школу и школьную жизнь исходили из того, 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 сказки для школьной адаптации», А.Л. Сиротюк «Коррекция интеллекта дошкольников», Д. А. Глазунова «Развивающие занятия для первого класса».

Цель и задачи программы

Цель: 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.
- Оказание психологической помощи в осознании себя, своих возможных успехов и достижений, создание безопасной обстановки группового взаимодействия.

Отличительные особенности программы

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

Срок реализации программы – 1 год. Количество часов – 30.

Занятия проходят по расписанию: 1 раз в неделю по 35-45 минут, в зависимости от состояния детей, сложности предлагаемых упражнений и других конкретных обстоятельств работы.

Используются следующие **принципы**:

- **Доступность** – изложение нового материала происходит с плавными переходами от одного к другому, с подробным пояснением.
- **Занимательность** – дети 6 – 7 лет чрезмерно подвижны, внимание у них неустойчиво, они впечатлительны и эмоциональны, поэтому требуется частая смена видов деятельности, разнообразие заданий.
- **Наглядность** – на занятиях к детям приходят сказочные персонажи и любимые игрушки; используются картинки и иллюстрации, таблицы, раздаточный материал.
- **Опора на жизненный опыт ребенка** – используют свои знания для составления предложений, в беседе.

Программа включает в себя диагностические процедуры, необходимые для 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, рефлексия, ритуал прощания. Занятия поострены таким образом, что вне зависимости от темы занятия происходит развитие различных видов универсальных учебных действий: коммуникативных, познавательных, личностных, регулятивных. После проведения коррекционно-развивающих занятий обязательным является проведение повторной диагностики с целью выявления динамики развития ребенка.

Формы и методы работы:

- тренинговые упражнения;
- диагностические процедуры;
- игры.

Формы текущего контроля знаний и умений:

- первичная диагностика;
- промежуточная диагностика;
- итоговая диагностика;
- ответы на вопросы;
- домашнее задание.

Материально-техническое обеспечение:

- библиотечный фонд (книгопечатная продукция);
- компьютерные программы и презентации;
- листы бумаги А 4, цветные карандаши, фломастеры.

Содержание программы

Занятие №1. Диагностическое обследование уровня готовности к школе.

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

Занятие №2. Диагностика мотивационной сферы.

Цель: диагностика уровня познавательной мотивации и сформированности внутренней позиции школьник.

Занятие №3. Диагностика уровня тревожности.

Цель: определение уровня тревожности и выявление причин высокого уровня тревожности у учащихся первого класса.

Занятие №4. «Давайте познакомимся».

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

Занятие №5. «Продолжаем знакомиться».

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

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, формирование навыков релаксации.

Занятие №11. «Учимся расслабляться».

Цель: оценка динамики изменения эмоционального состояния, коррекция негативного поведения, развитие внимания, обучение навыкам релаксации.

Занятие №12. «Профилактика жадности».

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

Занятие №13. «Промежуточная диагностика».

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

Занятие №14. «Развитие произвольного внимания».

Цель: развитие произвольного внимания и произвольности движений.

Занятие №15. «Развитие самоконтроля».

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

Занятие №16. «Развитие переключения внимания».

Цель: развитие переключения внимания и умения действовать по правилу.

Занятие №17. «Развитие объема внимания».

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

Занятие №18. «Развитие механической памяти».

Цель: развитие механической зрительной памяти.

Занятие №19. «Развитие памяти».

Цель: развитие ассоциативной памяти.

Занятие №20. «Развитие памяти».

Цель: развитие зрительной памяти с опорой на световой спектр.

Занятие №21. «Развитие мышления».

Цель: развитие логического мышления и сообразительности.

Занятие №22. Развитие логики».

Цель: развитие логического и понятийного мышления.

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. «Я все смогу».

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

Занятие №29. Обобщающее занятие.

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

Занятие №30. Итоговая диагностика.

Цель: повторная диагностика развития познавательных процессов.

Учебно-тематический план

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

Структура развивающих занятий

1. Интеллектуально-развивающие игры и упражнения.

Направлены на развитие памяти, внимания, мышления, воображения, речи, восприятия.

2. Дыхательно-координационные упражнения.

Направлены на активизацию работы стволовых отделов мозга, ритмирование правого полушария, снятие мышечного напряжения.

3. Симметричные рисунки.

Направлены на развитие координации движений и графических навыков.

4. Графические диктанты.

Направлены на развитие умений действовать по правилу и самостоятельно по заданию учителя, а также на развитие пространственной ориентировки и мелкой моторики руки.

5. Пальчиковая гимнастика.

Способствует развитию психических функций (вниманию, памяти, мышлению и речи), а также подвижности и гибкости кистей рук.

6. Упражнения для профилактики нарушений зрения и предупреждения зрительного переутомления.

Способствуют снятию рефлекса периферического зрения, ритмированию правого полушария, активизации деятельности мозга и межполушарного взаимодействия.

Ожидаемый результат реализации программы

Развивающий и коррекционный эффект данной программы проявляется прежде всего в интересе детей к разным видам упражнений, который со временем перерастёт в познавательный мотив их деятельности. Учащиеся становятся более активными и уверенными в своих силах и возможностях. К концу учебного года улучшаются графические навыки и зрительно-моторные координации детей, формируется произвольность, улучшаются процессы памяти и внимания. Процесс адаптации первоклассников к обучению в школе проходит успешно.

Литература

- 1 А.В. Аджи Конспекты интегрированных занятий в подготовительной группе. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2006.
- 2 В.В. Волина Занимательное азбукведение. – М.: Просвещение, 1994.
- 3 С.Е. Гаврина Веселые задачки для маленьких умников. – Ярославль: Академия развития, 2003.
- 4 Л.Г. Горькова Л.А. Обухова Сценарии занятий по комплексному развитию дошкольников. - М.: ВАКО, 2005
- 5 Н.А. Завьялова и др. Интегрированный курс подготовки дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2005.
- 6 М. Зиганов Учимся читать и считать. Готовим ребенка к школе. – М.: АСТ_ПРЕСС, 1997.
- 7 Н.Г. Кувашова Методика подготовки детей к школе. – Волгоград: Учитель, 2003.
- 8 Л.С. Михайлова Как подготовить ребенка к школе в 2 частях. – Волгоград: Учитель, 2006.
- 9 Останкова Ю.В. Система коррекционно-развивающих занятий по подготовке детей к школе. – Волгоград: Учитель, 2007.

Тематическое планирование	Часы	Деятельность учащихся	Личностные УУД	Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативные УУД
Давайте познакомимся	2 часа	<p>Дети учатся разным способам приветствия друг друга, с помощью игровых упражнений обучаются оказывать поддержку друг другу и сопереживать (игры «Доброе животное», «Узнай по голосу», «Гусеница», «Попроси игрушку»).</p> <p>Дети слушают сказки для адаптации «Создание лесной школы», «Букет для учителя», отвечают на вопросы учителя, пытаются отрефлексировать полученные знания и навыки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • формирование внутренней позиции школьника • самооценка • смыслообразование 	<ul style="list-style-type: none"> • способность строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что он знает и видит, а что нет 	<ul style="list-style-type: none"> • рефлексия своих действий как достаточно полное отображение предметного содержания и условий осуществляемых действий 	<ul style="list-style-type: none"> • понимание возможности различных позиций точек зрения какой-либо предпосылки или вопроса • ориентация на позицию других людей, отличную от собственной, уважение иной точки зрения • учет разных мнений, умение обосновать свое мнение • умение договариваться, находить общее решение • способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов • взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания

<p>Развиваем наблюдательность</p>	<p>1 час</p>	<p>Дети учатся разным способам приветствия друг друга, выполняют упражнения, направленные на развитие наблюдательности и самоконтроля. Дети слушают сказки для адаптации. пытаются отрефлексировать полученные знания и навыки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • формирование внутренней позиции школьника • самооценка • смыслообразование 	<ul style="list-style-type: none"> • анализ 	<ul style="list-style-type: none"> • волевая саморегуляция 	<ul style="list-style-type: none"> • понимание возможности различных позиций точек зрения какой-либо пред или вопрос
<p>Правила поведения</p>	<p>1 час</p>	<p>В игровой форме дети вспоминают и стараются самостоятельно сформулировать правила поведения в школе. Слушают адаптационную сказку, отвечают на вопросы по сказке. Учатся приемам саморасслабления</p>	<ul style="list-style-type: none"> • формирование внутренней позиции школьника • самооценка • смыслообразование 	<ul style="list-style-type: none"> • умение осознанно строить речевое высказывание в устной форме • умение выражать свои мысли полно и точно. 	<ul style="list-style-type: none"> • волевая саморегуляция 	<ul style="list-style-type: none"> • понимание возможности различных позиций точек зрения какой-либо пред или вопрос
<p>Эмоции человека(профилактика робости, агрессивности, жадности)</p>	<p>6 часов</p>	<p>Дети знакомятся с эмоциями человека, учатся узнавать эмоции по вербальным и невербальным признакам. Слушают сказки на адаптацию. Самостоятельно анализируют смысл сказок. Учатся приемам саморасслабления</p>	<ul style="list-style-type: none"> • формирование внутренней позиции школьника • самооценка • смыслообразование 	<ul style="list-style-type: none"> • анализ 	<ul style="list-style-type: none"> • анализ объектов установление причинно-следственных связей • волевая саморегуляция 	<ul style="list-style-type: none"> • понимание возможности различных позиций точек зрения какой-либо пред или вопрос • ориентация позицию дру людей, отличную собственной, уважение иной то зрения

						<ul style="list-style-type: none"> • учет разных мнений умение обосновать собственное • умение договариваться, находить общее решение • способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов
Развитие внимания	4 часа	<p>Дети выполняют различные упражнения, направленные на развитие различных свойств внимания (объема, концентрации, переключения).</p> <p>Слушают сказки на адаптацию. Учатся находить скрытый смысл каждой сказки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • формирование внутренней позиции школьника • самооценка • смыслообразование 	<ul style="list-style-type: none"> • умение осознанно строить речевое высказывание в устной форме • анализ объектов • установление причинно-следственных связей 	<ul style="list-style-type: none"> • волевая саморегуляция • рефлексия своих действий как достаточно полное отображение предметного содержания и условий осуществляемых действий 	<ul style="list-style-type: none"> • умение договариваться, находить общее решение

<p>Развитие памяти</p>	<p>3 часа</p>	<p>Выполнение упражнений на развитие различных свойств памяти. Слушают сказки на адаптацию. Учатся находить скрытый смысл каждой сказки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • формирование внутренней позиции школьника • самооценка • смыслообразование 	<ul style="list-style-type: none"> • умение осознанно строить речевое высказывание в устной форме, анализ объектов • установление причинно-следственных связей 	<ul style="list-style-type: none"> • волевая саморегуляция • рефлексия своих действий как достаточно полное отображение предметного содержания и условий осуществляемых действий 	<ul style="list-style-type: none"> • умение договариваться, находить решение
<p>Развитие мышления</p>	<p>2 часа</p>	<p>Дети выполняют ряд упражнений на развитие логических операций. Слушают сказки на адаптацию. Учатся находить скрытый смысл каждой сказки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • формирование внутренней позиции школьника • самооценка • смыслообразование 	<ul style="list-style-type: none"> • анализ объектов • установление причинно-следственных связей • синтез как составление частей из целого • доказательство • построение логической цепи рассуждений • умение осознанно строить речевое высказывание в устной форме 	<ul style="list-style-type: none"> • волевая саморегуляция • рефлексия своих действий как достаточно полное отображение предметного содержания и условий осуществляемых действий • выделение познавательной цели • выбор наиболее эффективного способа решения • целеполагание • оценка • коррекция 	<ul style="list-style-type: none"> • умение договариваться, находить решение

Развитие речи	1 час	Дети выполняют ряд упражнений на развитие устной речи. Учатся задавать вопросы к тексту, отвечать на вопросы. Учатся контролировать собственное высказывание и высказывание партнера. Слушают сказки на адаптацию. Учатся находить скрытый смысл каждой сказки.	<ul style="list-style-type: none"> • формирование внутренней позиции школьника • самооценка • смыслообразование 	<ul style="list-style-type: none"> • анализ объектов • установление причинно-следственных связей • синтез как составление частей из целого 	<ul style="list-style-type: none"> • волевая саморегуляция • рефлексия своих действий как достаточно полное отображение предметного содержания и условий осуществляемых действий • целеполагание • оценка • коррекция • взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания. 	<ul style="list-style-type: none"> • умение договариваться, находить общее решение
Обучение сотрудничеству.	7 часов	Дети выполняют ряд упражнений, направленных на формирование навыков взаимопомощи в различных ситуациях. Учатся способам конструктивного общения. Слушают сказки на адаптацию. Учатся находить скрытый смысл каждой сказки	<ul style="list-style-type: none"> • формирование внутренней позиции школьника • самооценка • смыслообразование 	<ul style="list-style-type: none"> • анализ объектов • установление причинно-следственных связей 	<ul style="list-style-type: none"> • волевая саморегуляция • рефлексия своих действий как достаточно полное отображение предметного содержания и условий осуществляемых действий • целеполагание • оценка • коррекция 	<ul style="list-style-type: none"> • понимание возможности различных позиций точек зрения какой-либо проблемы или вопрос; • ориентация на позицию других людей, отличную от собственной, уважение иной точки зрения; • учет разных мнений, умение обосновать свое собственное