



Администрация муниципального образования  
«Муниципальный округ Завьяловский район Удмуртской Республики»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Подшиваловская средняя общеобразовательная школа имени  
Героя Советского Союза В.П. Зайцева»  
(МБОУ «Подшиваловская СОШ им. Героя Советского Союза В.П. Зайцева»)

427012, УР, Завьяловский район, д. Подшивалово, пер. Спортивный 1а, тел/факс. 62-77-45, ИНН 1808700622, E-mail: podsosh@mail.ru

Принята на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 8 от 28.08.2024



Утверждена  
приказом № 275 от 02.09.2024 г.  
директор школы  
Стерхова Л.В.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Я-первоклассник!»

социально-гуманитарной направленности

Возраст учащихся: 7-8 лет

Срок реализации: 2 месяца

Автор-составитель

Зверева Наталья Николаевна,

педагог дополнительного образования

д. Подшивалово, 2024 г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

**Направленность программы:** социально-гуманитарная

**Уровень освоения программы:** ознакомительный

**Актуальность программы.**

Одним из наиболее значимых моментов в жизни человека является начальное обучение в школе. Главным фактором, влияющим на успешность усвоения знаний у первоклассников, является адаптированность к школьным условиям. Поступление в школу, смена обстановки предъявляют повышенные требования к психике ребенка и требуют активного приспособления к этой новой общественной организации. Не у всех детей оно происходит безболезненно, это может определяться состоянием ребенка, психологической готовностью к обучению. Главная особенность детей 7-8 лет – первичное осознание позиции школьника, прежде всего, через новые обязанности, которые ребенок учится выполнять.

Настоящая программа обращена к актуальной проблеме психологического стимулирования и актуализации процесса развития познавательной сферы первоклассников в условиях психопрофилактики.

Занятия по программе помогают учащимся в понимании самих себя, своего места в школьной жизни, во взаимодействии с ребятами, учителями.

**Отличительные особенности программы.**

Предлагаемый цикл занятий предполагает работу одновременно со всем классом, так как занятия направлены на знакомство, создание в классе дружеской атмосферы, взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом, развитие эмоционально-волевой сферы, нравственных представлений. Такая форма работы позволяет выявить детей с личностными проблемами.

**Новизна.**

Новизна программы заключается в том, что использует для организации образовательного процесса элементы современных педагогических технологий:

«Педагогика творчества»; здоровьесберегающие технологии;

Учитывая возрастные особенности и возможности развития младшего школьника, важным результатом реализации программы, является сформированность основ ключевых компетенций воспитанника, образно выражающихся в умении «действовать, быть и жить».

**Педагогическая целесообразность.**

Занятия сочетают в себе разнообразные виды деятельности: беседу, игру, рисование, сказкотерапию, лепку и упражнения психологического характера. Это дает возможность участникам реализовать себя в эмоционально комфортной атмосфере, способствует созданию ситуации успеха для каждого.

**Адресат программы:**

Учащиеся 1-х классов, 7-8 лет, имеющие трудности, связанные с процессом адаптации, обусловленные недостаточной личностной готовностью к обучению.

**Объем программы:** Объем программы 8 часов

**Срок освоения программы:** 2 месяца

**Формы проведения занятий:**

Основной формой работы является групповое занятие с элементами психологического тренинга. Основное содержание групповой работы составляют игры, психотехнические

упражнения, упражнения с элементами арт-терапии, психогимнастика, релаксационные методы, продуктивно-творческая деятельность.

- Рисуночные методы. Задания могут быть предметно тематические («Я в школе»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства.

- Дискуссии. Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.

- Диагностические методы

### **Основные методы, используемые для реализации программы.**

Словесные: объяснение, диалог, рассказ, беседа, консультация.

Также используются следующие технологии:

- игровые,
- здоровье-сберегающие,
- развивающее обучение,
- информационно-коммуникативные.

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий:** Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста, проводятся 1 раз в неделю, всего 8 часов.

Продолжительность каждого занятия составляет 30 минут.

### **Цель программы:**

1. Психологическое сопровождение первоклассников на этапе адаптации к школьному обучению.

### **Задачи:**

1. Содействовать осознанию позиции школьника
2. Способствовать формированию дружеских отношений в классе. Развитие навыков сотрудничества, эффективного взаимодействия с одноклассниками.
3. Развитие уверенности в себе и своих учебных возможностях.
4. Обучить учащихся распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.
5. Формирование положительного отношения к правилам поведения в школе.

### Учебный план.

№	Наименование темы	Кол-во часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1	1	0	
2.	«Давайте познакомимся»			1	
3.	Занятие 2. «Ура я школьник»			1	
4	Занятие 3. «Зачем ходить в школу»			1	
5	Занятие 4. «Мой друг школьный портфель»			1	
6	Занятие 5. «Первоклассник – это здорово»			1	
7	Занятие 6. «Наш класс – это все мы!»			1	
8	Занятие 7. «Правила школьной жизни»			1	К
	Всего:	8	1	7	

## Содержание учебного плана

Водное занятие.

*Практика:* Организационные вопросы. Техника безопасности. Ознакомление с дополнительной общеобразовательной программой

Раздел 1. Водное занятие.

Тема №1. «Давайте познакомимся ». Создание атмосферы психологического комфорта в группе. Снятие напряженности. Знакомство первоклассников с учителем, психологом и друг с другом.

Тема № 2. «Ура я школьник». Создать благоприятную эмоциональную атмосферу. Осознание детьми статуса школьника.

Тема № 3. «Зачем ходить в школу». Создание условий для осознания детьми своего нового статуса.

Тема № 4. «Мой друг школьный портфель». Приучать детей с порядку, аккуратности, бережному отношению к учебникам и другим школьным вещам.

Тема № 5. «Первоклассник – это здорово». Закрепление позитивного эмоционального отношения к школе и обучению.

Тема № 6. «Наш класс – это все мы!». Сплочение коллектива, формирование у учащихся отношения друг к другу как к целостной группе – «класс»

Тема № 7. «Правила школьной жизни». Знакомство первоклассников с правилами школьной жизни. Развитие навыков сотрудничества, доверительного отношения друг к другу, сплочение классного коллектива.

### **Планируемые результаты:**

#### **Личностные:**

- формирование внутренней позиции школьника.
- усвоение учащимися школьных правил.
- формирование у них коммуникативных навыков, необходимых для установления межличностных отношений.

#### **Метапредметные:**

- умение работать в команде, осознавать свою роль, свой вклад в достижении общей цели, высокого результата;
- умение находить информацию из различных источников и использовать ее для достижения цели.

#### **Предметные:**

- формирование положительного отношения к школе;
- знакомство школьника с нормами школьной жизни; овладению правилами поведения на уроке и перемене;

### Календарный учебный график

Месяц	Форма занятий		
	2 месяца		
	№ недели	Т	
октябрь	1		П
	2		П
	3		П
	4		П
	5		П
			П
Ноябрь	1		П
	2		П
	3		П

#### Условия реализации программы:

- учебный класс
- Доска
- Для каждого обучающегося альбом, цветные карандаши.
- Парты
- Столы

### Календарный план воспитательной работы:

№ п/п	Форма и название мероприятия	Сроки проведения (указать месяц)
<b>Направление 1. Формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление и поддержка талантливых учащихся</b>		
1.	Выставка рисунков на тему «Моя семья!»	Октябрь
<b>Направление 2. Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры учащейся, профилактики экстремизма и радикализма</b>		
1.	Упражнение «Для чего ходят в школу»	Октябрь/ноябрь

<b>Направление 3. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы</b>		
1.	Чтение сказки «Сказка про гигиену»	Ноябрь

### **Методическое обеспечение программы**

При реализации программы используются следующие приемы и методы: беседы, объяснение, наблюдение, рисование.

### **Формы контроля и аттестации.**

#### **«Школа зверей» (диагностика адаптации учащихся в школе) (по разработкам С. Панченко)**

**Оборудование:** бумага (А-4), цветные карандаши

**Предварительная подготовка:**

«Сейчас мы с вами совершим увлекательное путешествие в волшебный лес. Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Представьте, что мы оказались на солнечной лесной полянке. Послушайте как шумят над головой листья, мягкая трава касается ваших ног. На полянке вы видите «Школу зверей». Посмотрите вокруг... Какие звери учатся в этой школе? А какой зверь в ней учитель? Чем занимаются ученики? А каким животным вы видите себя? Что при этом вы чувствуете? Проживите эти чувства в себе... Вы можете находиться еще некоторое время в этой «Школе зверей», пока я буду считать до 10, а затем откроете глаза.»

**Рисунок**

Дети рисуют все, что видели в воображаемой «Школе зверей»

**Интерпретация**

**1. Положение рисунка на листе**

- 1) к верхнему краю - высокая самооценка, недовольство своим положением в коллективе, недостаточность признания со стороны окружающих
- 2) средняя линия - норма
- 3) нижняя часть листа - неуверенность в себе, низкая самооценка

**2. Контуры фигур**

- 1) агрессивная защита от окружающих - острые углы
- 2) затемнение контурной линии – страх, тревога
- 3) поставлены шиты, заслоны - опасение, подозрительность

**3. Нажим**

- 1) стабильный нажим - устойчивость
- 2) слабый нажим - проявление тревожности
- 3) сильный нажим - напряженность
- 4) разорванность линий, наличие обводков, следы стираний - тревожность

**4. Наличие деталей, соответствующих органам чувств,- глаза, уши, рот**

- 1) нет глаз - неприятие визуальной информации
- 2) большие и детально прорисованные уши - заинтересованность в информации, касающейся мнения окружающих о себе
- 3) нет ушей - неприятие аудиальной информации

- 4) открытый, заштрихованный рот - легкость в возникновении страхов
- 5) зубы - вербальная агрессия
- 6) нет рта – возможны проблемы в общении

**5. Анализ качества и взаимодействия персонажей показывает особенности коммуникативных отношений**

- 1) благоприятные взаимоотношения с одноклассниками - большое количество вступающих в различные отношения друг с другом (играют, изображены в учебной деятельности и др.) и отсутствие разделяющих линий между ними
- 2) наоборот - трудности в построении контактов с другими учениками

**6. Характер отношений между животным - учителем и животным - ребенком**

- 1) противопоставления- (агрессивное животное и мирное; очень большое и маленькое и др.) возможны трудности в общении и отношениях
- 2) расположение фигур по отношению друг к другу

**7. Изображение учебной деятельности**

- 1) нет учебной деятельности- школа привлекает внеучебными сторонами
- 2) нет учеников, нет учителя, нет общей деятельности - не сформировалась позиция ученика, не осознает своих задач как школьника

**8. Цветовая гамма**

- 1) благополучное эмоциональное состояние - яркие, жизнерадостные тона
- 2) неблагополучие, угнетенное состояние - мрачные, темные тона



№	Ф. И. уч-ся	Положение рисунка на листе	Контуры фигур (защита от окружающих)	Нажим	Наличие деталей, соответствующих органам чувств	Особенности коммуникативных отношений	Характер отношений между учителем и учеником	Изображение учебной деятельности	Цветовая гамма (эмоциональное состояние ребенка)	Адаптация (по тесту)

Список литературы:

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). – М.: Генезис, 2011.
2. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. – М., 2001.
3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему «я»: программа формирования психологического здоровья у младших школьников. – М., 2001.
4. Новикова Л.М., Самойлова И.В. Настольная книга школьного психолога. 1-4 классы – М.: Эксмо, 2009.
5. Жизненные навыки. Уроки психологии в первом классе / Под ред. С.В. Кривцовой. – М.: Генезис, 2002.
6. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Часть 1. Тетрадь 1 - М.: УЦ «Перспектива», 2008.
7. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Ч. 1-4. Издательство «Генезис», 1998.

