

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4 г. Белгорода»**

«Согласовано»

на заседании педагогического совета
МБОУ СОШ № 4 г. Белгорода
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ № 4
г. Белгорода

В.Н.Дегтярева

Приказ № 323

от « 25 » августа 2023 г.



**Адаптированная программа
социальной направленности
по курсу внеурочной деятельности
учащихся 1-4 классов
«Знакомство с самим собой».**

Педагог-психолог
МБОУ СОШ № 4
г. Белгорода
Рябчикова Е.В.

Белгород 2023

Содержание

Целевой раздел..... 3

Содержательный раздел.....6

Организационный раздел.....19

Литература..... 33

Приложения.....34

Целевой раздел.

Пояснительная записка.

Адаптированная программа социальной направленности по курсу внеурочной деятельности, составленная на основе программы социально-психологического развития личности обучающихся «Знакомство с самим собой» Узяновой И.М. по своей сути является комплексной развивающей программой, так как предполагает последовательный переход от воспитательных результатов первого уровня к результатам третьего уровня в процессе реализации внеурочной деятельности. Она рассчитана на четыре года и охватывает весь период обучения ребенка на начальной ступени образования.

Первая ступень школьного обучения рассматривается как один из главных образовательных резервов, по своей потенциальной содержательной емкости не уступающая ни одной из последующих ступеней.

Стратегию развития начального образования на ближайшие годы определяют Федеральный государственный стандарт начального общего образования, Федеральная образовательная программа. Наряду с освоением знаниевого компонента (умением читать, писать, считать), развитие личности ученика является целью и основным компонентом образования. В основу Стандарта положены системно-деятельностный, комплексный подход. К результатам обучающихся, осваивающих основную образовательную программу начального общего образования: личностным, метапредметным, предметным - устанавливаются новые требования. В создании условий для реализации требований стандартов и достижения результатов значительное место отводится внеурочной деятельности.

Внеучебная (внеурочная) деятельность школьников — понятие, объединяющее все виды деятельности школьников (кроме учебной), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Цели программы:

1. Создание условий для развития познавательной, эмоционально-волевой и личностно-мотивационной сфер младших школьников с тяжелыми нарушениями речи;
2. Достижение ими личностных и метапредметных результатов освоения основной образовательной программы при реализации Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Федеральной образовательной программы.

Задачи программы:

1. Создание доброжелательной атмосферы в группе как необходимого условия для развития у детей с ТНР уверенности в себе;
2. Коррекция психофизического развития детей с ТНР, создание условий для социально-психологической адаптации к обучению в школе, принятию и освоению социальной роли обучающегося;
3. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
4. Формирование метапредметных навыков, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе;
5. Воспитание умения учиться как способности самоорганизации с целью решения учебных задач;
6. Организация взаимодействия между детьми с ТНР как предпосылки формирования навыков учебного и межличностного сотрудничества в соответствии с их индивидуальными особенностями;
7. Развитие навыков сотрудничества и бесконфликтного взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
8. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
9. Исследование личности ребенка, отслеживание результативности обучения детей с ТНР по завершению каждого блока программы.
10. Повышение психолого-педагогической компетентности (психологической культуры) родителей обучающихся и педагогов посредством ознакомления с промежуточными результатами внеурочного курса, вовлечения взрослых в совместную деятельность с детьми во время ряда заданий, постановки проблемных вопросов и поиска их решений.

Планируемые результаты программы:

Планируемым результатом реализации программы социально-психологического развития личности учащихся «Знакомство с самим собой» является достаточная сформированность таких качеств:

1. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
2. Мотивация к обучению и познанию;
3. Основы гражданской идентичности;
4. Ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества.

Результатом первого уровня (приобретение школьниками социальных знаний первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни) является: приобретение учениками знаний о себе, своем развитии, своих особенностях, интересах и склонностях, о правилах ведения социальной коммуникации, принятых в обществе нормах отношений с другими людьми, правилах конструктивной групповой и подгрупповой работы, способах взаимодействия людей, способах самостоятельного поиска и обработки информации.

Результатами второго уровня (формирование позитивного отношения школьников к базовым ценностям нашего общества и социальной реальности в целом) являются: развитие ценностных отношений школьника к самому себе и другому человеку, формирование толерантности и стремления к свободному, открытому общению.

Результатом третьего уровня (приобретение школьниками опыта самостоятельного действия) является: приобретение опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками, опыта управления коммуникациями с другими людьми и принятие на себя ответственности за свои поступки, опыта исследовательской деятельности, публичного выступления и совместной деятельности с детьми и взрослыми.

Система оценки планируемых результатов

В качестве способов определения достижения целей программы и ее результатов предполагается использовать:

1. Различные психодиагностические методики для изучения личности (психодиагностика проводится на первичном этапе в начале учебного года, на промежуточном этапе в середине учебного года и на заключительном этапе каждого блока программы в конце учебного года);
2. Анкетирование родителей и педагогов;
3. Программы, утвержденные МУ «Научно-методический информационный центр» г. Белгорода и рекомендованные к использованию в общеобразовательных учреждениях г. Белгорода:
 - «Диагностическая программа изучения уровня готовности учащихся 4 классов к переходу в среднее звено школы и адаптации учащихся 5 классов к новым условиям обучения»;
 - «Диагностическая программа изучения адаптации пятиклассников к школе»;
 - «Программа мониторинга универсальных учебных действий обучающихся 1-4 классов, 5-9 классов».

Содержательный раздел.

При составлении адаптированной программы внеурочной деятельности по курсу социальной направленности «Знакомство с самим собой» учитывались:

- соответствующие требования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Федеральной образовательной программы;
- психолого-педагогические аспекты работы с детьми младшего школьного возраста;
- психологические особенности детей с тяжелыми нарушениями речи;
- достижения в области практической психологии;
- рекомендации СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

При разработке содержания адаптированной программы для детей с тяжелыми нарушениями речи были использованы перечень и порядок тем занятий программы психологического развития личности обучающихся «Знакомство с самим собой» Узяновой И.М., разработаны соответствующие им задания и упражнения. Они могут применяться во внеурочном курсе наряду с рекомендованной автором серией «Портфолио в начальной школе» («Тетрадь младшего школьника. Формирование навыков самооценки и самоконтроля», «Я-второклассник: портфолио учащегося», «Я-третьеклассник: портфолио учащегося», «Я-четвероклассник: портфолио учащегося» авторов Андреевой Е.А., Разваляевой Н.В., Осетинской О.В.) Примеры занятий приведены в приложениях № 1, 2. Содержание программы построено таким образом, что конечным продуктом работы обучающихся по завершению каждого блока является социальный проект.

Характеристика детей с ТНР.

Своевременное и правильное овладение ребенком речью является важнейшим условием полноценного психического развития и одним из направлений в педагогической работе. Без хорошо развитой речи нет настоящего общения, нет подлинных успехов в учении. Еще К.Д.Ушинский говорил, что родное слово является основой всякого умственного развития и сокровищницей всех знаний.

Дети с тяжелыми нарушениями речи - это особая категория детей с отклонениями в развитии, у которых первично не нарушен интеллект, сохранен слух, но есть значительные речевые дефекты, влияющие на становление психики. Дефекты могут затрагивать различные компоненты речи, например, одни - снижение внятности речи, другие – фонематическую сторону языка, проявляясь в дефектах звукопроизношения, недостаточном овладении звуковым составом слова. Это, в свою очередь, влечет за собой нарушение чтения и письма. Ряд дефектов представляют собой

коммуникативные нарушения, которые сказываются на обучении ребенка в массовой школе. Сложные речевые нарушения охватывают все стороны речи и приводят к общему недоразвитию речи.

Группы нарушений:

- 1) Фонетико-фонематические нарушения (ФФН, дети с преимущественными недостатками звукопроизношения: с функциональными и механическими дислалиями, ринолалиями, легкими формами дизартрии);
- 2) Общее недоразвитие речи (ОНР, дети с преимущественными недостатками лексико-грамматической стороны речи, с разными уровнями речевого недоразвития: *сложными формами* дизартрии, алалиями, афазиями, дислексиями и алексиями, дисграфиями и аграфиями);
- 3) Недостатки мелодико-интонационной (ринофонией, дисфонией, афонией) и темпо-ритмической стороны речи (с заиканием, итерацией, тахилалией, брадилалией).

Психологические особенности детей с ТНР.

Особенности речевой деятельности отражаются на формировании у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сфер. Тяжёлые нарушения речи по-разному, но обязательно находят своё отражение в психической деятельности человека, что проявляется в нарушении познавательной, эмоционально - волевой сферы личности, межличностных отношений.

Особенности развития восприятия:

- *Слуховое восприятие* - нарушения фонематического слуха, низкая активность припоминания;
- *Зрительное восприятие* - бедность и недеференцированность зрительных представлений. Нарушение операции синтеза при складывании картинки из частей;
- *Пространственное восприятие* - нарушения ориентировки в пространстве, трудности в дифференциации понятий «слева», «справа», «между», «над», «под».

Нарушение восприятия отмечается у всех детей с ТНР. Так, нарушение функции речедвигательного анализатора при ринолалии отрицательно влияет на слуховое восприятие фонем, что проявляется в нарушении фонематического слуха. Наиболее грубые нарушения слухового восприятия наблюдаются при сенсорной алалии. В некоторых случаях ребёнок совсем не понимает речь окружающих, не реагирует даже на собственное имя, не дифференцирует звуки речи, шумы неречевого характера.

Основным препятствием в овладении грамотным чтением и письмом является общее недоразвитие речи. Необходимое условие для обучения детей грамоте — развитие зрительного восприятия, которое у детей с ТНР отстаёт от нормы и характеризуется рядом особенностей. Для них типично нарушение буквенного гнозиса, проявляющееся в трудностях узнавания сходных графических букв, изображённых пунктирно, в условиях наложения, зашумления и т. д.,

характерна крайняя бедность представлений об окружающем, замедленное развитие понимания слов, имеющее совсем другую природу, чем при сенсорной алалии.

Особенности развития памяти:

- Снижение продуктивности запоминания;
- Долгое запоминание и быстрое забывание;
- Объем зрительной памяти практически не отличается от нормы.
- Объем слуховой памяти значительно снижен (трудности при запоминании стихов);
- Относительно сохранены возможности смыслового, логического запоминания.

Структура расстройства памяти зависит от формы речевого нарушения. Так, у детей с ринолалией зрительная память развита лучше, чем слуховая. Однако по сравнению с нормально говорящими они хуже запоминают слова и предметы, у них значительно снижено логическое запоминание. Дети с дизартрией иногда обнаруживают более низкие результаты зрительной памяти, чем слуховой, что связано с выраженными нарушениями зрительного восприятия, слабостью пространственных представлений. Это особенно проявляется при запоминании серии геометрических фигур. Следует отметить, что уровень памяти, особенно слуховой, снижается с понижением уровня речевого развития.

Особенности внимания:

- Неустойчивость;
- Трудности переключения и распределения;
- Трудности в планировании и контроле своих действий;
- Трудности сосредоточения на вербальном материале.

Так, у детей с дизартрией вследствие повышенной возбудимости наблюдаются неспособность к длительному напряжению, утомляемость, особенно при интеллектуальной деятельности. Низкий уровень произвольного внимания обнаруживается у детей с моторной алалией. При этом страдают все основные звенья деятельности: инструкция воспринимается неточно, фрагментарно; задания выполняются с ошибками, которые не всегда самостоятельно замечаются и устраняются детьми; нарушаются все виды контроля за деятельностью (упреждающего, текущего, последующего). Причём наиболее страдают упреждающий (связанный с анализом условия задания) и текущий (в процессе выполнения задания) виды контроля.

Особенности развития мышления:

- Трудности овладения анализом и синтезом, сравнением и обобщением;
- Стойкие трудности с вербальными заданиями логической направленности;
- Недостаточный объем сведений об окружающем мире, свойствах предметов.

Вследствие двигательных и сенсорных нарушений недостаточно развивается наглядно-действенное и наглядно-образное мышление. Задержано формирование словесно - логического мышления, что проявляется в трудностях установления сходства и различия между предметами, несформированности многих обобщающих понятий, в трудностях классификации предметов по существенным признакам.

Особенности эмоционально –волевой сферы:

- Эмоциональная незрелость;
- Трудности с произвольной регуляцией поведения;
- Зависимость от окружающих, склонность к спонтанному поведению;
- Недостаточно сформированные коммуникативные навыки, неумение ориентироваться в ситуации общения, негативизм;
- Заниженная самооценка;
- Повышенная обидчивость, ранимость;
- Тревожность;
- Агрессивное поведение разной степени выраженности.

Тяжелые нарушения речи отрицательно сказываются на формировании личности, вызывают специфические особенности эмоционально - волевой сферы. У детей с ринолалией нарушение речи способствует развитию таких качеств личности, как застенчивость, нерешительность, замкнутость, негативизм, уход от общения, чувство неполноценности. У детей с дизартрией эмоционально - волевые нарушения проявляются в виде повышенной эмоциональной возбудимости и истощаемости нервной системы. Одни склонны к раздражительности, беспокойны в двигательном плане, часто проявляют грубость, непослушание, другие заторможены, пугливы, избегают трудностей, плохо приспосабливаются к изменению обстановки. Большинство детей характеризуются малой инициативностью, зависимостью от окружающих, у некоторых недостаточно развито чувство дистанции. Характерологические и патохарактерологические реакции носят характер протеста, отказа. Неуверенные в себе, обидчивые, они часто плохо уживаются в кругу нормально говорящих сверстников, замыкаются в себе. Дети с моторной алалией весьма разнородны по особенностям эмоционально - волевой сферы. Чаще всего для них типичны повышенная тормозимость, снижение активности, неуверенность в себе, речевой негативизм. Менее малочисленной является группа детей, которым свойственна повышенная возбудимость. У них отмечаются двигательная и речевая расторможенность, рассеянность, суетливость, лабильность настроения, отсутствие переживания своего языкового расстройства.

Коррекционно-развивающая работа направлена на развитие всех компонентов речевой, познавательной и коммуникативной деятельности детей с ТНР.

Коррекция познавательной сферы направлена на формирование познавательной мотивации, развитие познавательных психических процессов, тренировку интеллектуальных функций и способов умственной деятельности, преодоление синдрома дефицита внимания, выработку когнитивных стилей.

В работе с детьми с нарушениями речи необходимо сочетать упражнения на развитие различных когнитивных процессов. Это игры и упражнения на развитие: внимания, памяти, речи, мышления, мелкой моторики, навыков самоконтроля. Так как познавательные процессы развиваются в тесной взаимосвязи между собой, то каждое развивающее упражнение, направленное на развитие какого-либо познавательного процесса, одновременно влияет и на другие. Например, пальчиковые игры дополнительно развивают слуховую и моторную память, учат концентрировать и переключать внимание; упражнение на корректурную пробу, развивает не только качественные характеристики внимания (концентрацию, объем, распределение), но и память, мелкую моторику.

Большое значение нужно придавать развитию внимания, его произвольности, так как невнимательный ребенок не в полном объеме усваивает предложенный ему материал. Упражнения на развитие внимания хороши еще и тем, что они совершенствуют навыки самоконтроля за собственным поведением. В работе с ребенком чередуются задания на зрительное и слуховое внимание. Данные упражнения сначала отрабатываются индивидуально с ребенком, чтобы снизить действие внешних, отвлекающих факторов, а затем в подгруппе.

Много времени в работе с детьми с нарушениями речи необходимо уделять упражнениям для совершенствования мелкой моторики рук и зрительно-моторной координации (ЗМК), которые способствуют развитию речи, внимания, пространственных представлений, памяти и мышления.

Учитывая повышенную утомляемость таких детей, применяются упражнения на снятия психоэмоционального и физического напряжения: это физкультминутки посередине занятия, дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию и на снижение напряжения в различных частях тела (например, мышц лица, рук и т.д.). Такие упражнения способствуют не только снятию возбуждения или напряжения, но и помогают сконцентрировать внимание ребенка.

Упражнения на развитие речи используются со следующими целями: обогащение словарного запаса, умение устанавливать причинно-следственные связи, умение составить рассказ по картинке или серии картинок. Конечно же, не может быть такого, что упражнение развивает только речь, как правило, задействованы все когнитивные процессы. Поэтому, в работе используются разнообразные упражнения и игры для развития памяти, мышления, речи.

Коррекция эмоционально-волевой сферы — это развитие произвольности психических процессов, формирование целеполагания, мотивации, осмысленности и рефлексивности поведения, преодоление незавершенности действий ребенка, снижение психоэмоционального напряжения.

Коррекция коммуникативной сферы заключается в принятии себя, формировании адекватной самооценки, уменьшении агрессии в межличностных отношениях; улучшении коммуникативных качеств личности: появления активности и самостоятельности; приобретении навыков конструктивного поведения.

Содержание работы с педагогами и родителями заключается в оказании им психологической и информационной помощи (консультационная и психопрофилактическая работа):

Таким образом, сопровождение психологом ребенка с нарушением речи охватывает всех участников образовательного процесса и заключается в создании психологических условий для его развития и успешного обучения.

Формы, методы и приемы работы

Программа позволяет организовать практическую деятельность обучающихся в изучаемой области знаний и имеет большой развивающий потенциал, так как содержит достаточное количество активных форм и методов обучения для интеллектуального, эмоционально – волевого и личностно – мотивационного развития обучающихся.

Основная форма – занятие с элементами *тренинговых технологий, арт-методов, сказкотерапии, работой в парах и/или с родителями, рефлексией*. Может использоваться ведение *портфолио*.

Тренинг - это особая форма обучения, которая отличается от традиционных форм тем, что его участники учатся на своем непосредственном опыте. Он дает знания, полученные в действии. Введение элементов тренинга позволяют создать на занятиях атмосферу доброжелательности, искренности, безопасности, погружение в ситуации выбора и способствуют раскрытию индивидуального творческого потенциала обучающихся, самопознания, самораскрытия и самоопределения.

Использование *игры*, как формы работы с детьми, предоставляет большие возможности достигнуть результата. В программе используются:

- *малые игры* (диагностические, учебные, развивающие, коррекционные) - занимают небольшое время и в большинстве случаев используются как средство организации отдыха, переключения с одного вида деятельности на другой, снятия напряжения, решения конкретной воспитательной или психологической задачи;

- *игры-проживания* — это более сложная, многоплановая деятельность участников, направленная на решение нескольких развивающих задач;

- *ситуационно-ролевая игра* - является инструментом, позволяющим избегать ролевых конфликтов, вызванных несоответствием, противоречивостью выбранных ролей, способствует социальной адаптации.

Эффективность применения *арт-методов* основана на том, что они дают возможность экспериментировать с собственными эмоциями и чувствами, исследовать их и выражать на символическом уровне. Преимущественное использование при этом «языка» визуальной и пластической экспрессии позволяет сделать зримыми и доступными для понимания даже те стороны внутреннего и внешнего мира ребенка, которые не всегда он мог описать словами. Также преимуществом рисования является то, что оно требует симультанного согласованного участия многих компонентов психических процессов и потому в детстве экономичнее и эффективнее других видов деятельности. Использование моделей объектов в виде схематизированных образов представлений существенно оптимизирует развитие и обучение, как здоровых детей, так и детей с недостаточной интеллектуальной зрелостью, являясь необходимой предпосылкой формирования абстрактного мышления. Арт-методы достигают статуса продуктивной формы коррекции и развития в 6-10 лет, так как в этом возрасте дети способны использовать художественные материалы для символической экспрессии и коммуникации.

Программа позволяет использовать ведение *портфолио*. Содержание его помогает ребенку осознать свои изменения и применить свои знания в творческой деятельности. Портфолио отражает динамику становления обучения, воспитания, развития и социализации как адаптации ребенка к реальной жизни через овладение разными сторонами социального опыта, ценностными ориентациями (этика, культура, гуманные отношения). Функции портфолио: диагностическая, контролирующая и оценивающая, восстановительная, творческого развития. Портфолио позволяет проследить личностный рост ребенка, способствует формированию у него умения учиться, помогает ученику перейти к сотрудничеству с учителем, одноклассниками и вовлекает его в учебно-воспитательный процесс. Страницы портфолио «рассказывают» о чувствах, впечатлениях, страхах, достижениях, предпочтениях ученика. Портфолио дает возможность взрослым (учителю, родителю, психологу) узнать особенности эмоциональной жизни каждого ребенка и учитывать их в своем общении, а также в построении учебно-воспитательного процесса.

Методы, используемые на занятиях:

- игра;
- тренинговые упражнения;
- работа в парах и/или с родителями;
- рефлексия;
- творческие задания;

- арт-терапия;
- сказкотерапия;
- музыкотерапия;
- диагностика;

а также:

исследование - получение знаний на исследовательской основе.

наблюдение - непосредственное, целенаправленное восприятие предметов и явлений с помощью органов чувств с целью формирования правильных представлений и понятий, умений и навыков.

упражнение - планомерно организованное повторное выполнение какого-либо действия с целью его освоения или совершенствования.

словесные методы – беседа, рассказ, описание, объяснение.

На занятиях используются следующие *приемы*:

- творческие задания;
- интеллектуальные задания;
- ассоциации;
- коллективная запись;
- эвристические вопросы;
- приемы, способствующие удержанию внимания: динамичность (интенсивный темп изложения материала, его насыщенность мыслями и аргументами, подвижная мимика и жестикация, «живой» голос); наглядность; неофициальность; прямое обращение к аудитории, диалог; использование неожиданной информации; сопоставление всех «за» и «против»; юмор.

Организационный раздел.

Основные кадровые единицы (субъекты) реализации программы – педагог-психолог общеобразовательного учреждения.

Материально-техническая база:

- учебная аудитория, которая включает в себя учебную зону (столы и стулья) и активную зону, имеющая напольное покрытие, достаточное по размерам для размещения детей в кругу;
- технические средства: магнитофон, компьютер, различные музыкальные носители;
- альбомы;
- карандаши и краски;
- при реализации программы с использованием портфолио для каждого учащегося необходима тетрадь-портфолио на печатной основе (издательство «Учитель», г. Волгоград);
- банк соответствующей литературы.

Продолжительность занятий – 25 минут. Оптимальное количество детей в группах/подгруппах – 6-12 человек.

Литература

1. Антонова И., Залеская С., Орехова С., Ганжа В. Развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста. Коррекционно-развивающая программа// Школьный психолог. – 2006. - №1.
2. Ануфриев А.Ф. Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей. Психодиагностические таблицы. Психодиагностические методики. Коррекционные упражнения. – 3-е изд., перераб и доп. – М.: Издательство «Ось 89», 2003. –272 с.
3. Здравствуй, школа. Программа адаптационных занятий для первоклассников/ под ред. Н. Пилипко – М.: Дрофа, 2004
4. Ивашова А. Сотрудничество. Программа социального тренинга для дошкольников и младших школьников // Школьный психолог.-2003.-N28.
5. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. Заведений: В 3 кн.: Кн. 3: Экспериментальная педагогическая психология и психодиагностика. – М.: Просвещение: Владос, 1995.- 512 с.
6. Овчарова Р.В. практическая психология в начальной школе. – М.: ТЦ «Сфера», 1998. – 240 с.
7. Осетинская, О.В. Я – второклассник: портфолио учащегося/ О.В.Осетинская. – Волгоград: Учитель, 2011.-31 с.
8. Осетинская, О.В. Я – третьеклассник: портфолио учащегося/ О.В.Осетинская. – Волгоград: Учитель, 2011.-23 с.
9. Осетинская, О.В. Я – четвероклассник: портфолио учащегося/ О.В.Осетинская. – Волгоград: Учитель, 2011.-31 с.
10. Панфилова М., Лесная школа. Коррекционные сказки для младших школьников// Школьный психолог. – 2004 - №5
11. Портфолио в начальной школе: тетрадь младшего школьника /авт.-сост.Е.А.Андреева, Н.В.Разваляева. – Волгоград: Учитель, 2010.-39с.
12. Рабочая книга школьного психолога/ И.В. Дубровина, М.К. Акимова, Е.М. Борисова и др./Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Просвещение, 1991. – 303 с.
13. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: учебное пособие. – М.: ВЛАДОС, 1996. – 529 с.
14. Руководство практического психолога. Готовность к школе: развивающие программы /Под ред. И.В. Дубровиной. – 2 –е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 1995. – 128 с.
15. Силина О. Программа психологического тренинга по адаптации младших школьников к процессу школьного обучения «Путешествие в Страну Понимания»//Школьный психолог. – 2007 – №16.
16. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: развитие познавательных способностей у младших школьников. Популярное пособие для педагогов и родителей. – Ярославль: Академия развития: академия Холдинг, 2004. – 120 с.
17. Учимся логически мыслить. Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В. – Серия Школа для дошколят. – Тула – 2006.

Развернутый конспект занятия № 1
программы для обучающихся «Знакомство с самим собой».

Тема: Знакомство. Введение в технологию занятий с элементами тренинга, правила работы в группе. (2 ч.)

Цель: создать условия для развития коммуникативных умений, сплочения коллектива, самопознания, выражения эмоций, развития творческих способностей.

Обучающийся должен понимать: правила поведения в группе и принимать к их действию.

Обучающийся должен уметь: исполнять инструкцию к упражнениям, передвигаться, не толкая друг друга.

Оборудование и материалы: листы бумаги на каждого учащегося, карандаши, клубок с нитками, диск с музыкой леса.

Ход занятия:

Дети становятся в круг.

1. *Вступительное слово ведущего.* Цель наших занятий состоит в том, чтобы каждый из вас научился лучше общаться, узнал о себе и своих одноклассниках много интересного, попробовал быть самостоятельным, изобрести что-то новое и полезное. Все наши занятия будут проходить во второй половине дня и включать в себя разные игры, упражнения, рисование лепку и многое другое. Обязательно на занятиях будет звучать музыка. Результаты нашей работы зависят как от каждого из вас и от всех вместе.

2. *Приветствие. Упражнение «Хлопки по ладошкам в общем кругу».* Все участники становятся в круг. Ведущий задает вопрос о том, зачем мы здороваемся, что значит поздороваться. Затем обсуждаются способы приветствия. Ведущий отмечает, что на занятиях группа будет каждый раз здороваться по-разному, т.е. новым способом. Сегодня мы здороваемся, хлопнув ладошкой об ладошку соседа справа. Тот, кто получил приветствие, присоединяет к нему свое приветствие и передает соседу справа и т.д., пока круг не замкнется. А теперь похлопайте, т.е. поприветствуйте группу так, как вы бы хотели, чтобы приветствовали вас лично.

3. *Психологическая разминка. Упражнение «Снежный ком».* Ведущий: у каждого из вас есть имя. Я не всех вас знаю по имени. Давайте познакомимся! Я говорю свое имя, стоящий от меня справа – мое, а потом свое. Стоящий за ним справа – повторяет наши два имени и говорит свое и т.д.

4. Основная часть.

4.1. *Введение групповых правил.* Ведущий: итак, это наша группа. Успех или неудача зависят от нас самих. Я предлагаю ввести правила работы в группе. Их всего четыре. Но сегодня вы познакомитесь только с одним правилом.

Правило 1. В кругу говорит один. Я не с кем не шепчусь во время групповой работы. Если очень хочется сказать – нужно поднять руку, ведь это может быть очень интересным. Если вы согласны выполнять их, поднимите свою правую руку и опустите ее на плече соседа с права. Наш круг замкнулся, а значит мы все вместе, мы – один класс, одна семья.

4.2. *Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...».* Группа сидит (или стоит) в кругу. Инструкция: «Сейчас у вас есть хорошая возможность узнать о своих одноклассниках новое. Каждый из вас может задать вопрос, который начинается со слов «Поменяйтесь местами те, кто...», например, «Поменяйтесь местами те, кто сегодня вовремя пришел в школу» или «Поменяйтесь местами те, кто любит бегать» и т.д. Нужно передвигаться так, чтобы не сталкиваться друг с другом. Попробуем? Я начну задавать вопросы, а вы продолжите.

4.3. *Диагностика «Дерево»*.* Дети садятся за парты. Ведущий: у каждого из вас на столе лежит альбом. Вы слышите шум леса, и я вам предлагаю совершить небольшое путешествие в лес. Там вы можете увидеть много деревьев. Но на свой лист вам нужно нарисовать только одно дерево.

4.4. *Упражнение «Паутина комплиментов».* Дети садятся в круг на ковер. Ведущий: Вам понравилось ваше дерево? А что вам нравится в этом помещении? Человек, чтобы описать то, что или кто ему нравится, придумал комплимент. Комплимент дереву и нашему помещению вы уже сказали. А комплимент своим одноклассникам еще нет. Комплимент человеку может касаться его внешности или каким-то качествам характера. При подаче комплимента нужно посмотреть на него и обратиться к товарищу по имени. Например: «Таня! У тебя красивые глаза!» Тот ребенок, который принимает комплимент, должен поблагодарить за комплимент и повторить его: «Спасибо, Аня! У меня красивые глаза». Или «Коля! Ты очень добрый мальчик». Сегодня мы будем учиться говорить комплименты внешности. При этом передается клубок, а нитка наматывается на руку. Потом, чтобы распутать получившуюся паутину нужно вспомнить кто говорил комплимент, и что ему в твоей внешности понравилось.

5. *Заключительная часть. Круг обратной связи.* Ответ на вопрос «С каким настроением ты уходишь с занятия?».

**Обработка проводится согласно описанию проективной методики.*

**Развернутый конспект занятия
программы для обучающихся «Знакомство с самим собой».**

Тема урока: Что такое цель? Планируем свою работу, учимся ставить цели.

1.Здравствуйте, ребята!

Знаете ли вы, что такое цель? Для чего нужны цели?

2. Упражнение «Что такое цель?»

Цель – это образ результата. То есть наше представление о том, что мы хотели бы получить, чего хотим добиться. Например, человек ставит перед собой цель – стать сильным. Он представляет, как он будет выглядеть, когда станет сильным, что сможет делать, когда станет сильным, чего сумеет достичь, когда станет сильным... и стремится к этой цели, предпринимает какие-то действия, которые ему помогут этой цели достичь.

Как вы думаете, какие действия ему помогут достичь своей цели стать сильным?

2. Упражнение «Для чего нужны цели?»

Умение ставить перед собой цели – целеполагание – помогает нам планировать свою жизнь. Если мы ставим цели и достигаем их, то наша жизнь становится более успешной. Мы развиваемся, совершенствуемся, повышаем уровень своих знаний и умений.

Если человек живет, не ставя перед собой цели – он не видит, к чему ему нужно стремиться. Конечно, уровень его успехов и достижений будет невысоким.

Подумайте, ставите ли вы перед собой какие-то цели?

Ставили ли раньше?

Получалось ли их достигать?

Что нужно было вам сделать, чтобы достичь поставленной цели?

Что нужно сделать сейчас, чтоб достичь поставленных целей?

3. Упражнение «Выдающиеся люди и выдающиеся достижения»

В нашей стране и в мире много выдающихся людей. Это и первый космонавт Юрий Гагарин, и известные авиаконструкторы Королев, Микоян, Туполев, Сухой... всемирно известный химик, автор таблицы химических элементов Дмитрий Менделеев, изобретатель антибиотиков Александр Флеминг и много-много других, изменивших мир с помощью своих открытий. Но эти открытия совершались не сами по себе. За ними стоит многолетний кропотливый труд, который невозможен без постановки целей.

Например, есть цель: помочь человечеству преодолеть инфекционные заболевания. И многолетние эксперименты в лаборатории, расчеты, опыты, испытания привели к тому, что в 1929 году был открыт пенициллин, противомикробный препарат, позволивший справляться с болезнями, которые раньше были смертельными, например, воспаление легких. Таких примеров в истории много. Только постановка цели и уверенный путь к ней позволяют совершить различные открытия, научные и технические достижения.

4. Упражнение «Как поставить и достигать цель?»

- Прежде чем поставить цель, нужно взвесить свои силы. Цель должна быть посильной. Если цель очень желанна, а сил недостаточно, то нужно продумать, к кому вы можете обратиться за помощью.
- Цель должна быть гуманной, не причинять вреда окружающим.
- Поставив цель, нужно продумать, какие действия вы будете совершать для ее достижения? Сколько это займет времени?
- Цель – это образ результата. Как вы поймете, что цель достигнута? Что и как должно измениться в вашей жизни, чтоб стало понятно, что вы достигли поставленной цели?

5. Упражнение «Мои цели в 1 классе»

Какие цели перед собой вы ставили в 1 классе?

Получилось ли их достичь?

Что вам для этого приходилось делать?

Обращались ли вы к кому-то за помощью в достижении этих целей?

Какие цели вы ставите перед собой сейчас? Что нужно вам делать для их достижения?

6. Упражнение «Мои представления о будущей профессии»

Кем вы хотите стать в будущем? Подумайте и обсудите с близкими, какую профессию вы хотели бы выбрать?

Почему вы выбрали именно эту профессию?

Какие цели перед собой вы будете ставить для получения этой профессии?

Рефлексия.

Что вам сегодня больше всего понравилось на занятии?

Что лучше всего получалось?

Что было самым трудным?

Что, на ваш взгляд, будет для вас полезным?