

Программа дополнительного образования

для учащихся 1 класса

«Первые шаги»

I. Пояснительная записка.

Актуальность программы.

Первый класс – критический период в жизни детей. Поступление в школу для многих из них – эмоционально-стрессовая ситуация: изменяется привычный стереотип, возрастает психоэмоциональная нагрузка. От того, как пройдет адаптация на первом году обучения, во многом зависит работоспособность и успеваемость в последующие годы.

При поступлении в школу на ребенка влияет комплекс факторов: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности, появление новых, не всегда привлекательных обязанностей. Организм приспосабливается к этим факторам, мобилизуя для этого систему адаптивных реакций.

Школа с первых же дней ставит перед ребенком ряд задач. Ему необходимо успешно овладевать учебной деятельностью, освоить школьные нормы поведения, приобщиться к классному коллективу, приспособиться к новым условиям умственного труда и режиму. Выполнение каждой из этих задач связано непосредственно с предшествующим опытом ребенка.

С поступлением ребенка в школу под влиянием обучения начинается перестройка всех его познавательных процессов, приобретения ими качеств, свойственных взрослым людям. Это связано с тем, что дети включаются в новые для них виды деятельности и системы межличностных отношений, требующие от них наличия новых психологических качеств. Общими характеристиками всех познавательных процессов ребенка должны стать их произвольность, продуктивность и устойчивость.

Для того чтобы умело использовать имеющиеся у ребенка резервы, необходимо решить предварительно важную задачу: как можно быстрее адаптировать детей к работе в школе и дома, научить их учиться, быть внимательными, усидчивыми. Также необходимо помочь первоклассникам стать единым коллективом, выработать правила жизни своего класса, научиться договариваться друг с другом и работать в команде. В этой работе велика роль классного руководителя, поэтому данная программа реализуется в тесном сотрудничестве педагога-психолога и учителя первоклассников.

Цель программы: содействие психологической адаптации ребёнка к школе и профилактика возможных трудностей, возникающих в ходе учебно-воспитательного процесса.

Задачи программы:

- создать условия для осознания ребенком специфики школьной жизни и формирования внутренней позиции школьника;
- содействовать выработке адекватных реакций на возможные и имеющиеся затруднения в школьной жизни;
- развивать коммуникативные навыки учащихся;
- содействовать сплочению классного коллектива;
- повышать учебную мотивацию и развивать учебные умения учащихся.

Отличительные особенности программы.

Большая часть жизни первоклассника связана с игрой. Игра – один из главных способов постижения окружающего мира. С помощью игр дети учатся пользоваться окружающими предметами, изучают мир человеческих взаимоотношений, утверждаются в группе сверстников. Без игры невозможно представить мир детства. Поэтому данная программа по адаптации учащихся к школе построена на игровом материале. В ней содержатся игры и упражнения на развитие основных психических процессов детей: внимания, памяти, мышления, речи, воображения, мелкой моторики рук; игры и упражнения на развитие межличностных отношений в коллективе и т.д. В обществе сверстников ребёнку предоставляется возможность подумать о себе и людях, окружающих его, найти себе друзей среди ребят, которые находятся рядом.

Для успешной реализации задач курса работа осуществляется по двум направлениям:

- 1) Организация на занятии процесса общения как актуальной деятельности, приносящей удовольствие.
- 2) Организация рефлексивной деятельности группы по отношению к процессу общения (рефлексия используется как механизм усвоения).

Это создаёт условия для развития коммуникативных способностей и формирования устойчивой положительной самооценки, которые составляют базу конструктивного общения и развития личности.

Возраст детей.

Программа предназначена для учащихся 1-ого класса в возрасте 6-8 лет.

Формы и режим занятий.

Каждое занятие строится по следующему плану:

1. Ритуал приветствия

2. Разминка
3. Основное содержание
4. Рефлексия

В процессе реализации программы используются разнообразные формы и методы занятий: беседа, экскурсия, игра, индивидуальный и групповой проект. Используются аутотренинг и психогимнастика, музыка и изобразительные средства. В ходе занятия виды деятельности могут несколько раз меняться. Это способствует удержанию внимания учащихся, позволяет избежать переутомления, повышает эффективность усвоения материала и содействует формированию необходимых навыков.

Занятия проводятся в группе. В ходе занятия обязательно происходит чередование видов деятельности.

Занятия проводятся один раз в неделю. Продолжительность занятия - 1 урок (его длительность изменяется в течение года согласно СанПиН). В общей сложности за год проводится 33 занятия.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

Ожидаемые результаты соотнесены с задачами и содержанием программы.

В результате реализации данной программы:

- у первоклассников сформируется представление о специфике школьной жизни и внутренняя позиция школьника;
- будут выработаны стратегии преодоления затруднений в школьной жизни;
- повысится уровень развития коммуникативных навыков учащихся;
- классный коллектив станет более сплоченным;
- повысится учебная мотивация и учебные умения учащихся.

В заключительной части каждого занятия педагог организует рефлексию: Что понравилось, а что нет? Почему? Почему это делали? Для чего мы играли? Кроме того, многие занятия включают диагностику эмоционального состояния детей с помощью изобразительных средств, экспресс-диагностику уровня развития внимания, памяти, мышления. Также педагог постоянно осуществляет наблюдение за детьми, их реакцией на те или иные формы работы.

Занятия начинаются с первичного диагностического обследования вновь поступивших в школу учащихся 1 класса. По итогам проведённых занятий проводится вторичная диагностика, на которой выясняется, насколько успешно прошла адаптация учащихся к школе.

II. Учебно-тематический план курса «Первые шаги».

Название темы	Кол-во часов
I. Введение в школьную жизнь	6
1. Вводное занятие. Знакомство.	1
2. Я + Ты = Мы	1
3. Школа и школьные правила (экскурсия по школе).	1
4. Школа и школьные правила.	1
5. Школа - это мы.	1
6. Справимся месте (сложные ситуации в школьной жизни).	1
II. Учение с увлечением	9
7. Что нужно, чтобы хорошо учиться?	1
8. Учиться - это весело.	1
9. Гимнастика для пальцев и для ума (пальчиковые упражнения).	1
10. Веселые штриховки.	1
11. Рисуем свое настроение.	1
12. Волшебный лес (направленная фантазия - аутотренинг).	1
13. Гимнастика для пальцев и ума (кинестетические упражнения).	1
14. Класс как дружная семья.	2
III. Умники и умницы	8
15. Тренируем внимание.	1
16. Тренируем память.	1
17. Тренируем мышление.	1
18. Что такое <i>смекалка</i> ?	1
19. Загадки и отгадки.	1
20. Где живут фантазии?	1
21. Сочиняем сказку.	1
22. Рисуем музыку.	1
IV. Главное - здоровье	7
23. Полезные и вредные привычки.	1
24. Составляем свой режим.	1
25. Как правильно отдыхать?	1
26. Путешествие в сон. (О значении сна для здоровья.)	1
27. Вкусное или полезное? (О правильном питании.)	1
28. Глаз - алмаз. (Профилактика нарушений зрения.)	1
29. Правила здоровья в школе и дома.	1
V. Самый лучший класс	3
30. Девчонки и мальчишки	1
31. Правила дружелюбия	1
32. Прощай, первый класс! (Итоговое занятие)	1
Итого:	33 часа

III. Материально - техническое обеспечение программы.

Для занятий необходимо помещение, в котором есть возможность:

- всем участникам занятия сесть в один круг;
- работать в парах, не мешая друг другу;

- свободно передвигаться, выполняя игровые упражнения.

Желательно в помещении иметь медиа-технику: компьютер, проектор, колонки.

IV. Психопрофилактические возможности работы с родителями.

Взаимодействие с родителями играет важную роль в процессе работы по данной программе, поскольку семья оказывает на ребенка основополагающее влияние. Именно от родителей ребенок должен в первую очередь получать поддержку, помощь, понимание и одобрение в нелегкий период адаптации к школе.

Первые шаги к такому сотрудничеству можно сделать на установочном родительском собрании, групповых консультациях для родителей. В дальнейшем, можно предложить родителям индивидуальные консультации по волнующим их вопросам, либо по результатам диагностики, проводящейся в рамках занятий. Главной целью такой работы является повышение психолого-педагогической грамотности родителей, содействие оптимизации родительско-детских отношений в семьях учащихся.

Самым желанным результатом работы по привлечению родителей к работе по данной программе являлось бы их участие в некоторых занятиях. Это наиболее сблизило бы детей и родителей, позволило им увидеть друг друга по-новому, научило оказывать друг другу эмоциональную поддержку.

Список литературы:

1. Баркан Алла. Практическая психология для родителей, или как научиться понимать своего ребёнка. - Москва. «Аст-Пресс», 2000
2. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А. В. Петровского.- М., 2003
3. Зайцева В. 7 лет - не только начало школьной жизни. - Москва, «Первое сентября», 2008
4. Колеченко А.К. Энциклопедия педагогических технологий. – СПб.: Каро, 2005
5. Медведева И., Шишова Т. Дети нашего времени.Размышления детских психологов.- М., 2000
6. Пазухина И.А. Давайте поиграем. – М., 2005
7. Хрестоматия по возрастной психологии. / Под ред. Д. И. Фельдштейна. - М., 2004
8. Хрящева Н.Ю. . Психогимнастика в тренинге: 220 упражнений для развития способностей - Санкт-Петербург: Речь, 2000
9. Цукерман Г. А., Поливанова К. Н. Введение в школьную жизнь. Программа адаптации детей к школе. — 2-е изд., испр. — М.: Генезис, 2003