

# ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

## «Академия звездочек»

Рассмотрено:  
Заседание Преподавательского Совета  
Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Утверждаю:  
Директор ЧУДО «Академия звездочек»  
\_\_\_\_\_ Н.Б. Архангельская  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

### Дополнительная общеразвивающая программа

#### «Тропинка к своему Я»

Возраст детей: 6 – 7 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Авторы – составители программы:  
М.А. Крючкова – заместитель директора  
О.А. Часова – педагог – психолог высшей категории

г. Нижний Новгород  
2017 год

## Программа психологического сопровождения ШБП.

Основными **целями** школы будущего первоклассника (ШБП) являются подготовка дошкольников к обучению в школе и повышение адаптационных резервов ребёнка.

**Задачи** психологического сопровождения ШБП:

- отслеживание динамики развития ребёнка (диагностика исходного и итого уровня готовности ребёнка к школе);
- развитие когнитивной, мотивационной, социальной, эмоционально-волевой и физиологической сфер ребёнка;
- формирование качественно нового уровня готовности детей к успешному обучению в начальной школе;
- диагностика, коррекция и совершенствование психолого-педагогических взаимоотношений родителей и детей;

Период от рождения до поступления в школу является, по признанию специалистов всего мира, возрастом наиболее стремительного психического развития ребенка.

Особенностью этого периода, в отличие от последующих этапов развития ребенка, является то, что он обеспечивает общее развитие, являющееся фундаментом для приобретения в дальнейшем специальных знаний и навыков. Однако современная школа может обучать только тех детей, которые обладают вполне определёнными характеристиками. Учиться способны все дети, но чтобы процесс обучения стал эффективным необходимо создать педагогическую, способствующую развитию этих характеристик.

Школа, как социальный институт со своими ценностями и нормами, ролевыми отношениями, технологиями обучения и режимом учебной деятельности предъявляет к ребёнку вполне определённые требования. И эти требования оказываются настолько жестокими, а сама школа, не смотря на все эксперименты и реформы, настолько консервативной и косной системой, что детям приходится приспосабливаться к ней путём специальной подготовки.

В связи с этим показательно, что наиболее принятым и чаще употребляемым в последние годы стало такое определение: ***«готовность ребёнка к систематическому обучению в школе («школьная зрелость») – это тот уровень развития ребёнка, при котором требования систематического обучения не будут чрезмерными и не приведут к нарушению здоровья ребёнка».***

С первого класса могут возникнуть сложности в обучении не только у так называемых «слабо подготовленных», но и у одарённых детей. Кроме того, выделяется особая категория детей, требующая специальной подготовки к школьному обучению, с целью снижения различных факторов, тормозящих процесс адаптации.

Принято выделять три сферы адаптации, частичное или полное изменение которых провоцирует адаптационные перестройки:

- адаптация к изменениям общих условий и режима жизнедеятельности;
- адаптация к новой социальной среде при смене сферы или круга общения;
- адаптация к изменившейся ведущей деятельности.

У первоклассника радикальные изменения происходят во всех трёх сферах, поэтому кризис адаптации может происходить трудно. В связи с этим, изучая готовность ребёнка к школе, уже на этом этапе, важно оценить его адаптационные резервы.

Процесс адаптации запускается как бы «автоматически», как следствие внешних изменений, и совершается вне зависимости от того, принимает ли сам индивид в нём активное участие или нет. Поэтому важно знать эмоционально-энергетические особенности ребёнка и, особенно, степень сбалансированности эмоционального реагирования, уровень его тревожности. При тенденции к доминированию отрицательных эмоций, повышенной тревожности, страхах происходит фиксация на трудностях и неудачах, активность парализуется и адаптация замедляется.

Именно поэтому период подготовки ребенка к школе требует особого внимания со стороны специалистов (педагогов, психологов, логопеда, медицинских работников) своевременного выявления возможных трудностей и максимальную коррекцию их ещё до начала обучения в школе. Необходимой составляющей является работа с родителями будущих первоклассников, так как готовность родителей к обучению их детей в школе очень важна, часто сами родители формируют или передают детям свои страхи и тревоги.

### 1. Входная диагностика детей, поступающих в ШБП.

*Задачи:*

- выявление проблем, связанных с различными сферами психологической готовности к школе;
- рекомендации родителям по коррекции выявленных проблем.

### 2. Развивающие занятия по программе «Тропинка к своему Я».

*Задачи:*

- формировать позитивное отношение у дошкольников к себе;
- формировать позитивное взаимодействие детей друг с другом;
- повышать заинтересованность к школьному обучению;
- повышать групповую сплоченность;
- формировать умение понимать свои эмоции и эмоции других людей
- оказывать поддержку в формировании желания и «умения учиться»;
- научить детей контролировать эмоциональные состояния в повседневной жизни;
- развивать произвольную регуляцию поведения.

### 3. Заключительная диагностика будущих первоклассников.

*Задачи:*

- формирование первых классов;
- консультирование родителей с целью рекомендаций по формированию готовности к школе;

- реализация мониторинга качества подготовленности к школе и мониторинга качества образования (начальный этап).

Для изучения готовности к обучению в школе используется диагностический комплекс Ясюковой Л.А. (издательство «ИМАТОН»).

## **Пояснительная записка к программе «Тропинка к своему Я»**

### **Общая характеристика курса**

Данная программа разработана для психологического сопровождения детей 6-7 лет в школьных группах «будущих первоклассников» с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка. Так как основным видом деятельности у детей остается игра, занятия проводятся в доступной, интересной игровой форме, среди которых присутствуют игры, призванные помочь детям познакомиться, сформировать позитивное отношение к ситуации игрового взаимодействия со сверстниками, научить детей правильно воспринимать сверстников. Для формирования эмоционально-волевой регуляции поведения используются игры с правилами. Также в данную программу входят упражнения и игры, расширяющие словарный запас и кругозор ребенка, игры на развитие мышления, внимания, памяти, фонематического слуха, зрительной и двигательной координации.

**Цель** – организация психологического сопровождения дошкольников, посещающих школу будущего первоклассника, содействие созданию социальной ситуации развития, соответствующей индивидуальным особенностям детей, повышение заинтересованности к школьному обучению, развитие самостоятельности и самоорганизации, поддержка в формировании желания и «умения учиться», формирование УУД, развитие творческих способностей.

**Задачи :**

- ✓ Формировать позитивное отношение у дошкольников к себе;
- ✓ Формировать позитивное взаимодействие детей друг с другом;
- ✓ Повышать заинтересованность к школьному обучению;
- ✓ Повышать групповую сплоченность;
- ✓ Формировать умение понимать свои эмоции и эмоции других людей
- ✓ Оказывать поддержку в формировании желания и «умения учиться»;
- ✓ Научить детей контролировать эмоциональные состояния в повседневной жизни;
- ✓ Развивать произвольную регуляцию поведения

В основе данной программы лежат следующие положения:

**1. Принцип системности.** Принцип предполагает преодоление фрагментарности психологической деятельности и требует рассмотрения всех компонентов сопровождения во взаимосвязи: четкой ориентации психологического сопровождения на цель и задачи, адекватного подбора содержания и форм.

**2. Принцип самоактуализации.** В каждом ребенке существует потребности в актуализации своих интеллектуальных, творческих и физических способностей.

**3. Принцип индивидуальности**, предполагающий учет и содействие развитию индивидуальности ребенка.

**4. принцип выбора**, предполагающий субъектные полномочия в выборе цели, содержания, форм и способов организации психологического сопровождения.

**5. Принцип творчества и успеха.** Индивидуальная и коллективная творческая деятельность позволяет определять и развивать индивидуальные особенности ребенка и уникальность детского коллектива. Принцип, предполагающий возможность достижения успеха в том или ином виде деятельности каждому ребенку.

**6. Принцип доверия и поддержки.** Стимуляция внутренней мотивации детей к саморегуляции, самоутверждению.

### **Ожидаемые результаты:**

1. Психологическая готовность к школьному обучению:

- сформирована внутренняя мотивация к школе;
- у ребенка развиты мыслительные операции, внимание, память в соответствии с возрастными нормами;
- ребенок готов к новым формам сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- ребенок умеет внимательно слушать говорящего и точно выполнять задания;
- ребенок умеет ориентироваться на заданную систему заданий;
- ребенок способен управлять своими желаниями и своим поведением;
- ребенок имеет адекватную самооценку и уровень притязаний.

### **Структура уроков:**

- 1) Вводная часть — создание положительного эмоционального фона, снятие тревожности;
- 2) Основная часть — развитие позитивного образа «Я», знакомство с различными эмоциональными состояниями, формирование произвольного поведения, развитие эмпатии.
- 3) Элементы арт-терапии, рисуночная терапия, творческое рассказывание, релаксация.

### **Методические средства психологической работы:**

В процессе групповой и индивидуальной работы используются приёмы. Содержание которых отвечает развивающим, профилактическим и коррекционным задачам программы. В программу включено много полифункциональных упражнений, с одной стороны, дающих возможность решать несколько задач, с другой – позволяющих оказывать на разных детей различное воздействие.

- ✓ Ролевые игры построены на понимании необходимости ролевого развития человека. К основным нарушениям ролевого развития у детей обычно относят ролевую ригидность – неумение переходить из роли в роль, отсутствие ролевой креативности. Соответственно ролевые методы проведения занятий предполагают принятие ребенком ролей,

противоположных обычным; проигрывание своей роли в гротескном варианте.

- ✓ Психогимнастические игры основываются на теоретических положениях социально-психологического тренинга о необходимости особым образом формировать среду, в которой становятся возможными преднамеренные изменения. Эти изменения могут происходить в состоянии группы как целого. А могут – в состояниях и характеристиках отдельных участников. В психогимнастических играх у детей формируется :
  - Принятие своего имени;
  - Принятие своих качеств характера;
  - Принятие своего прошлого, настоящего и будущего;
  - Принятие своих прав и обязанностей.
- ✓ Релаксационные методы основаны на методе активной нервно-мышечной релаксации.

### **Ценностные ориентиры**

На основании требований к ребенку, изложенных в основных документах дошкольного и начального общего образования (федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования и федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования), подготовлен портрет дошкольника, поступающего в первый класс.

Ребенок, поступающий в первый класс, обладает следующими качествами:

- ✓ владеет средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками;
- ✓ использует вербальные и невербальные способы общения;
- ✓ владеет диалогической речью и конструктивными способами взаимодействия с детьми и взрослыми;
- ✓ осознанно и произвольно строит речевое высказывание в устной форме.

### **Место учебного курса в учебном плане.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 30 мин., 32 недели, всего 64 занятия.

### **Личностные, метапредметные результаты:**

В ходе освоения содержания программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные УУД: мотивационные и коммуникативные, формирование Я - концепции и самооценки при подготовке к обучению в школе, положительное отношение к школьному обучению.

Метапредметные результаты.

**Познавательные УУД:** знаково-символическое моделирование и преобразование объектов; анализ объектов с целью выделения признаков (существенных, несущественных); синтез как составление целого из частей, в том числе с самостоятельным достраиванием, выполнением недостающих элементов; сравнение и сопоставление; выделение общего и различного; осуществление

классификации; установление аналогии; самостоятельный выбор способов задач в зависимости от конкретных условий; осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме.

**Регулятивные УУД:** осуществление действия по образцу и заданному правилу; сохранение заданной цели; умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осуществление контроля своей деятельности по результату; умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.

**Коммуникативные УУД:** овладение определенными вербальными и невербальными средствами общения; эмоционально-позитивное отношение к процессу сотрудничества с взрослыми и сверстниками; ориентация на партнера по общению; умение слушать собеседника; задавать вопросы.

**Календарно-тематическое планирование занятий по предмету  
«Тропинка к своему Я. Познавательные УУД»**

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Дата</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	«Давайте познакомимся»	22.09	1
2.	Входная диагностика	29.09	1
3.	Создание лесной школы	06.10	1
4.	Букет для учителя	13.10	1
5.	Смешные страхи	20.10	1
6.	Игры в школе	27.10	1
7.	Школьные правила	03.11	1
8.	Собирание портфеля	10.11	1
9.	Белочкин сон	17.11	1
10.	Госпожа аккуратность	24.11	1
11.	Жадность	01.12	1
12.	Волшебное яблоко	08.12	1
13.	Подарки в день рождения	15.12	1
14.	Домашнее задание	22.12	1
15.	Школьные оценки	29.12	1
16.	Ленивец	12.01	1
17.	Списывание	19.01	1
18.	Подсказка	26.01	1
19.	Обманный отдых	02.02	1
20.	Бабушкин помощник	09.02	1
21.	Больной друг	16.02	1
22.	Прививка	23.02	1
23.	Ябеда	02.03	1
24.	Шапка-невидимка	09.03	1
25.	Задача для Лисенка	16.03	1
26.	Спорщик. Обида	23.03	1
27.	Драки. Грубые слова	06.04	1
28.	Дружная страна	20.04	1
29.	В гостях у сказки	27.04	1
30.	Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия	04.05	1
31.	Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия	11.05	1
32.	Заключительная диагностика	18.05	1
	<b>Всего</b>		<b>32ч.</b>



<b>«Тропинка к своему Я. Личностные и коммуникативные УУД»</b>			
<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Дата</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>I.</b>	<b>Тема : «Кто Я?»</b>		<b>3</b>
1.	Входная диагностика. Я расту, изменяюсь.	27.09	1
2.	Я – мальчик, девочка	04.10	1
3.	Какие девочки-какие мальчики	11.10	1
<b>II.</b>	<b>Тема: Я –хозяин своих чувств</b>		<b>4</b>
4.	Кто такой хозяин своих чувств?	18.10	1
5.	Я учусь не драться и не обзывать других	25.10	1
6.	Я учусь не обижаться	1.11	1
7.	Ты обиду не держи, поскорее расскажи	8.11	1
<b>III.</b>	<b>Тема: «Мои чувства»</b>		<b>19</b>
8.	Страх. Чего я боюсь. Соберем мешочек страхов	15.11	1
9	Злость	29.11	1
10	Любовь. Я люблю свою семью- моя семья любит меня	6.12	1
11	Я люблю моих друзей- мои друзья любят меня	13.12	1
12	Герой и подвиг	20.12	1
13	Страна хорошо	27.12	1
14	Что значит быть счастливым	03.01	1
15	Что такое дружба? Дружба –это помощь	10.01	1
16	Кто такой настоящий друг?	24.01	1
17	Какие чувства мешают дружить.	31.01	1
18	Как можно изменить чувства другого человека.	07.02	1
19	Герои русского фольклора-какие они?	14.02	1
20	Какие чувства приводят к ссоре.	21.02	1
21.	Сильный человек-это человек с сильной волей.	28.02	1
22.	Правила доброты.	07.03	1
23.	Правила честности.	14.03	1
24.	Если бы я был волшебником.	21.03	1
<b>IV.</b>	<b>Тема: Школа-это трудный и радостный путь к Знаниям.</b>		<b>8</b>
25.	Трудности дороги к Знанию	28.03	1
26.	Трудности дороги к Знанию можно преодолеть, и я их преодолеваю.	4.04	1
27.	В стране знаний.	11.04	1
28.	Мне скоро в школу.	18.04	1
29.	Правила школьной жизни.	25.04	1
30.	Для чего ходят в школу.	02.05	1
31.	Учимся работать дружно. Обучение навыкам учебного сотрудничества.	09.05	1
32.	Итоговая диагностика	16.05	1
	<b>ВСЕГО</b>		<b>32 ч.</b>