

Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования
«Районный центр диагностики и консультирования для детей,
нуждающихся в психолого-педагогической, медицинской и
социальной помощи» г. Козельск Калужской области

Принято на педагогическом совете
протокол № 1
от 29.08.2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МКУ ДО РЦДиК г. Козельск
_____/А.С. Матюшина/
Приказ №8 от 29.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ И
ПРЕВЕНТИВНОЙ ПЕДАГОГИКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И
ПОДРОСТКОВ
*социально-гуманитарной направленности***

«Здравствуй, школа!»

(Срок реализации - 1-2 месяца)

Возраст обучающихся 6-7 лет.

*Автор:
педагог-психолог Сокольникова М.Ю.*

г. Козельск 2023 г.

Пояснительная записка

Начало школьной жизни – серьезное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс, связанное с резким изменением всего образа жизни. Дети должны привыкнуть к новому коллективу, к новым требованиям, к повседневным обязанностям, адаптироваться к школьной жизни.

Адаптация - естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. В самом распространенном своем значении школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности и т.д. Ребенок, который вписывается в школьную систему требований, норм и социальных отношений, чаще всего и называется адаптированным (Битянова М.Р.).

Значение этого периода вхождения в непривычную для детей жизненную ситуацию проявляется в том, что от благополучности его протекания зависит не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению.

Не у всех детей процесс адаптации происходит безболезненно. Для содействия обучающимся в социально-психологической адаптации к школьному обучению и формированию УУД разработана коррекционно-развивающая программа «Здравствуй школа-это Я».

Адресат: программа рассчитана на детей в возрасте с 6,5 лет до 8 лет.

Цель настоящей программы: содействие благоприятному течению социально-психологической адаптации первоклассников к школьному обучению.

Задачи:

1. Формирование положительного отношения к школе, стимулирование познавательной активности школьников;
2. Знакомство школьника с нормами школьной жизни, содействие принятию требований учителя и ритма учебной деятельности, овладению правилами поведения на уроке и перемене, формирование личностных УУД;

3. Развитие эмоционально-волевой сферы, содействие формированию произвольности и саморегуляции поведения, снятие страхов и эмоционального напряжения, формирование регулятивных УУД.

4. Развитие познавательных психических процессов, формирование познавательных УУД;

5. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих отношений с педагогами, формирование коммуникативных УУД.

6. Создание условий для развития групповой сплоченности классного коллектива, принятия ребенком себя как представителя новой социальной общности.

Формы и методы работы: основной формой работы является групповое занятие с элементами психологического тренинга. Основное содержание групповой работы составляют игры, упражнения с элементами арт-терапии, психогимнастика, релаксационные методы.

В каждое занятие включены упражнения, направленные на развитие познавательных психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения)

Структура каждого занятия включает в себя: вступление, ритуал приветствия, разминка, основная часть, заключительная часть, ритуал прощания.

Планируемый результат: благоприятное течение социально-психологической адаптации обучающихся 1 класса к школе, Сформированность УУД.

Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:

- сохранение физического, психического и социального здоровья детей;
- удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ребенку нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов
- установление контакта с обучающимися, с учителем;
- удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем;
- овладение навыками учебной деятельности;

- степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому.

Показатели неблагоприятной психологической адаптации.

- *Физиологический уровень*: повышенная утомляемость, снижение работоспособности, слабость, головные боли, боли в животе, нарушения сна и аппетита, появление вредных привычек (обгрызание ногтей, ручек), дрожания пальцев, навязчивых движений, говорения с самим собой, заикания, заторможенности или, наоборот, двигательного беспокойства (расторможенности).

- *Познавательный уровень*, проявляющийся в неуспешности обучения по программе, соответствующей возрасту и способностям ребёнка. Ребенок хронически не справляется со школьной программой. При этом он может безуспешно стараться преодолеть сложности либо отказываться учиться в принципе.

- *Эмоциональный уровень*, проявляющийся в нарушении отношения к обучению, учителям, жизненной перспективе, связанной с учёбой. Учебная и игровая пассивность, агрессивность по отношению к людям и вещам, повышенная тревожность, частая смена настроения, страх. Ребенок негативно относится к школе, не хочет туда ходить, не может наладить отношения с одноклассниками и учителями. Плохо относится к перспективе обучения.

- *Социально-психологический уровень*: упрямство, капризы, повышенная конфликтность, чувства неуверенности, неполноценности, своего отличия от других, заметная уединённость в кругу одноклассников, лживость, заниженная либо завышенная самооценка, сверхчувствительность, сопровождаемая плаксивостью, чрезмерной обидчивостью и раздражительностью.

- *Поведенческий уровень*, проявляется в импульсивном и неконтролируемом поведении, агрессивности, непринятии школьных правил, неадекватности требований к одноклассникам и учителям. Причем дети в зависимости от характера и физиологических особенностей могут вести себя по-разному. Одни будут проявлять импульсивность и агрессивность, другие – зажатость и неадекватные реакции.

Сформированность УУД.

1. *Личностные УУД*: принятие социальной роли ученика; сформированность внутренней позиции школьника; принятие и соблюдение норм школьного поведения; осуществление морального выбора с адекватной нравственной оценкой действий; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; овладение начальными навыками адаптации в социуме.

2. *Регулятивные УУД*: овладение способностью принимать и сохранять цели деятельности; осуществление целеполагания как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно; овладение действиями планирования — определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий; способность осуществлять действия прогнозирования — предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик; овладение действием контроля в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; осуществление действия коррекции — внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата с учётом оценки этого результата самим обучающимся, учителем, товарищами; способность к действию оценки — выделение и осознание обучающимся того, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; оценка результатов работы; саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий; освоение способов решения проблем творческого характера.

3. *Познавательные УУД*: овладение логическими операциями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий, простых причинно-следственных связей.

4. *Коммуникативные УУД*: способность к планированию учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия; возможность постановки вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации; способность к разрешению конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка

альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация; сформированность норм в общении с детьми и взрослыми; сформированность умения задавать вопросы; умения излагать свое мнение и оценку событий; умения знакомиться, присоединяться к группе; умения благодарить и принимать комплименты; умения выразить свои теплые чувства к другому; умения слушать и слышать собеседника; умение осознавать свои чувства и выразить их; умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.

Обоснование структуры и принципы отбора обучения

Теоретико-методологическую основу разработанной программы составляют положения отечественной и зарубежной педагогической и возрастной психологии А.В.Петровского, Д. Б. Эльконина, Л.И. Божович, А.Л. Венгер, Л.А. Венгер, И.В. Дубровиной, М.Р. Битяновой, М.М. Безруких. Данный курс состоит из практических занятий.

КУРС «ЗДРАВСТВУЙ, ЗДРАВСТВУЙ ШКОЛА!»				
№	Тема	Содержание	Кол-во часов	Примечание
1.	«Приятно познакомиться»	Знакомство с коллективом. Игры и упражнения на сплочение коллектива, развитие познавательной сферы.	1 час	Практическое занятие
2.	«Собираем портфель»	Помощь обучающимся в осознании новых требований, развитие познавательных и личностных УУД.	1 час	Практическое занятие
3.	«Нужны ли нам правила?»	Формирование положительного отношения к правилам поведения в школе у младших школьников	1 час	Практическое занятие
4.	«Сказочная школа»	Знакомство первоклассников со сказочными персонажами, развитие познавательных и личностных УУД.	1 час	Практическое занятие
			4 часа	

Занятие 1. «Вводное. Приятно познакомиться»

Цели: создать атмосферу сотрудничества, взаимопонимания, психологической безопасности, раскрыть правила общения в группе.

Приветствие

Знакомство. Каждый называет громко своё имя и продолжает фразу «в школе мне больше всего нравится ...»

Ребята, вы уже больше месяца учитесь в школе. И наверняка многое про школу Вам уже всё известно. Правда? Давайте в этом убедимся, и отгадаем школьные загадки? Загадки про школу

Чтение и анализ сказки «Создание «Лесной школы»» (Панфилова М.А. Лесная школа: Коррекционные сказки)

Создание "Лесной школы" Жил-был Ежик. Он был маленький, кругленький, серого цвета, с остреньким носиком и черными глазками-пуговками. На спине у Ежика были самые настоящие колючки. Но он был очень добрым и ласковым. А жил Ежик в школе. Да, в самой обыкновенной школе, где было много детей, которых учили мудрые учителя. Как он сюда попал, Ежик и сам не знал: может быть, какой-то школьник принес его для "живого уголка" еще крохотным, а может, он и родился в школе. Сколько Ежик себя помнил, он всегда вспоминал школьные звонки, теплые руки детей, вкусные угощения и уроки... Очень нравилось Ежику, как проходили уроки. Вместе с детьми Ежик учился читать, писать, считать, изучал и другие предметы. Конечно, это было незаметно для людей. Им казалось: бегают Ежик, радуется жизни. А Ежик мечтал... И мечтал он о том, что, когда вырастет, станет учителем и сможет научить своих лесных друзей всему, что умеет и чему научился сам у людей в школе. Вот Ежик стал взрослым, и пришла пора осуществиться его мечте. Лесные жители построили настоящую школу, в которой будут учиться зайчата, лисята, волчата, мышата и другие зверята. Учитель-Еж готовил класс к приему первоклассников. В светлой комнате стояли столы, стульчики. На стене висела доска, на которой можно писать мелом. Еж принес учебники - книжки с картинками, которые помогут

научить писать, считать. Сорока принесла в Лесную школу блестящий звонкий колокольчик. - Зачем ты принесла в школу какую-то игрушку? - спросил у Сороки Сторож-Крот. - Ведь в школе не играют, а учатся! Сорока важно ответила: - Меня Еж попросил. Я буду отвечать за звонки. - А зачем нам звонить? Школа же не пожарная машина! - удивился Крот. - Эх, ты ничего про школу не знаешь! Если звенит звонок - значит, пора на урок. А если на уроке звонок, значит, пора отдохнуть, дружок! - затрещала Сорока. - Подожди, Сорока, объясни мне еще разок. Если ребята придут в школу, то, услышав звонок, побегут на урок? - Да, только не побегут, а подойдут к столикам, будут ждать начала урока, - ответила Сорока. - Это верно! - подхватил Еж. - Именно так делают настоящие школьники. - Так наши ребята- зверята могут и не знать эти правила? - заволновался Крот. - Придут в школу и узнают! - вновь затрещала Сорока. - Да, - подтвердил Еж, - узнают, как стать школьником, как правильно писать, считать и многое другое. Еж, Крот и Сорока затихли. В Лесной школе было тихо и свежо. В ожидании первоклассников деревья на школьном дворе принарядились и шелестели своей желто-красной листвой. Казалось, что они тоже разговаривают. - Пора, пора! - объявляет всему лесу клен. - В школу, в школу! - шепчет березка.

- Вы внимательно слушали сказку?

- О чем шла речь к сказке?

-Чему учит сказка?

Игра «Слушай хлопки!»

Дети двигаются свободно в группе (можно под музыку). Когда ведущий хлопнет в ладоши определенное количество раз, дети принимают соответствующую позу на 10-20 сек.

1. Поза «аиста» - ребенок стоит на одной ноге. Поджав другую.
2. Поза «лягушки» - присесть, пятки вместе, носки и колени в сторону, руки между ногами на полу.
3. Дети возобновляют ходьбу.

Упражнение “Урок или перемена”.

Цель: познакомить детей с правилами поведения на уроке и перемене

Вы уже знаете, что в школе бывают уроки и перемены.

На уроках и переменах школьники ведут себя как? (по-разному)

Сейчас я буду кидать мяч одному из вас и называть разные действия, а вы отвечайте, когда это делают школьники – на уроке или на перемене (читать, играть, разговаривать с друзьями, просить у друга ластик, писать в тетради, отвечать на вопросы учителя, решать задачки, готовиться к уроку, есть яблоко).

Упражнение «Рисуем по точкам».

Цель: развитие познавательных психических процессов.

Упражнение «Украсть свое имя»

Цель: повысить уровень самопринятия.

Имена детей пишутся на листочках. Далее детям предлагается украсить свое имя (цветом, орнаментом, сказочными персонажами, превратить свое имя в какое-либо изображение)

Упражнение «Найди свою половинку»

Цель: расширение знаний друг о друге, формирование позитивного отношения друг к другу.

В центре круга разложены открытки, разрезанные пополам. Задание: по команде педагога дети должны встать, взять половинку открытки и найти того, у кого вторая половинка открытки.

Игра «Волшебный круг»

Цель: создать положительный настрой в группе, атмосферу психологической комфортности.

Психолог: «Я хочу научить вас новой игре. Образуем круг. Внутри круга – пространство, волшебное и загадочное. Попадая туда, человек становится самым замечательным, славным, чудесным, милым. Он заслуживает комплиментов. Водящий говорит ему, глядя в глаза, от души искренние, добрые, ласковые слова о нём самом, признаёт у него только достоинства и успехи. Помогают ему в этом «волшебные очки», которые он получает от стоящего внутри круга, который смотрит ему в глаза и произносит: «Наяву, а не во сне, что прекрасного во мне?» Тот, кому предназначен комплимент, благодарит водящего за него и передаёт «волшебные

очки» другому, который становится водящим. Он после прослушивания 3-4 комплиментов, называет лучший из них, а его автор становится внутрь круга».

Упражнение «Мостик Дружбы»

Цель: развитие у детей социальных и коммуникативных умений, создание благоприятного психологического климата.

Учитель просит детей по желанию образовать пары, придумать и показать мостик (при помощи рук, ног, туловища). Затем "построить" мостик втроем, вчетвером и т. д. Заканчивается упражнение тем, что все берутся за руки, делают круг и поднимают руки вверх, изображая "Мост дружбы".

Упражнение «Доброе животное».

Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе

Занятие 2. Собираем портфель

Цели: помощь обучающимся в осознании новых требований, в формировании внутренней потребности в их исполнении, развитие познавательных и личностных УУД.

Оборудование: текст сказки «Собирание портфеля», бланк к упражнению «Раскрась по инструкции», бланк к упражнению «Обведи по контуру»

Разминка. Упражнение: «Соберем портфель!».

Цель: развитие свойств внимания, введение в тему занятия.

Чтение и анализ сказки «Собирание портфеля»

Коллаж «Портфель для Белочки».

Цель: формирование положительного отношения к обязанностям школьника, научить первоклассника правильно собирать портфель.

Детям предлагается выбрать те предметы, которые Белочка должна взять в школу и наклеить их на бумагу, на которой изображен контур портфеля.

Упражнение «Раскрась по инструкции».

Цель: развитие познавательных психических процессов.

Дети должны раскрасить геометрические фигуры в соответствии с инструкцией (с учетом пространственной ориентировки: право-лево; верх-низ, порядковый номер)

Игра «Запомни порядок».

Цель: развитие свойств памяти.

Выбирают 5-6 детей. Остальные – «зрители». Из выбранных детей один становится водящим. Другие 4-5 игроков выстраиваются в «паровозики». Водящий должен посмотреть на «паровозик» 1 мин., а затем надо отвернуться и пересчитать детей по именам так. Как они стоят в «паровозике». После этого игроки становятся «зрителями», а на «сцену» выходят другие дети. Рекомендации: отметить детей, которым удалось запомнить правильно.

Упражнение «Я положу в свой портфель».

Дети сидят или стоят в кругу. Первый ребенок говорит: «Я положу в свой портфель...» — и называет какой-нибудь необходимый в школе предмет. Следующий ребенок повторяет то, что назвали до него, и добавляет свой предмет.

Упражнение «Обведи по контуру».

Цель: развитие познавательных психических процессов

Детям предлагается обвести контур портфель, соединив точки.

Упражнение «Доскажи словечко».

Детям предлагается отгадать загадки про школьные принадлежности.

Разминка. Игра «Закончи слово».

Цель: развитие познавательных психических процессов, активизация мыслительной деятельности, создание мотивации на работу в группе.

Психолог: «Внимание! В этой игре мы будем пытаться заканчивать слова, которые будут начинаться например, на слог: ра; зем; го; па. Я буду кидать каждому из вас мяч и говорить первый слог слова, вы должны будете поймать мяч, бросить его мне обратно, договорить это слово (т.е. закончить слово). Сначала все дети заканчивают слова, начинающиеся на слог «ра» (дается несколько раз закончить слова,

начинающиеся на один и тот же слог), а потом можно каждому из детей задавать разные слоги, с которых начинаются слова.

Занятие 3. «Школьные правила».

Цели: содействовать осознанию позиции школьника, познакомить детей с правилами поведения на уроке и перемене, способствовать формированию познавательных и личностных УУД.

Оборудование: набор «Школьные знаки», комплекты геометрических фигур, текст сказки «Школьные правила».

Разминка. Игра: «А я еду».

Цель: создание мотивации на совместную работу, формирование атмосферы доверия и взаимопонимания, активизация деятельности.

Дети сидят в круге на стульчиках. Один стульчик свободен. Первый участник пересаживается на свободный стульчик со словами: «А я еду». Сосед пересаживается на освободившийся стул со словами: «А я рядом». Следующий - пересаживается со словами: «А я заяц». Следующий – со словами: «А я (и называет по имени любого участника, за исключением тех, кто сидит сразу справа и слева). Названный ребенок пересаживается, освобождая свой стул. Сидящий, у кого справа оказывается свободный стул, начинает следующий заход, и т.п.

Упражнение “Урок или перемена”.

Цель: познакомить детей с правилами поведения на уроке и перемене

Вы уже знаете, что в школе бывают уроки и перемены.

На уроках и переменах школьники ведут себя как? (по-разному)

Сейчас я буду кидать мяч одному из вас и называть разные действия, а вы отвечайте, когда это делают школьники – на уроке или на перемене (читать, играть, разговаривать с друзьями, просить у друга ластик, писать в тетради, отвечать на вопросы учителя, решать задачки, готовиться к уроку, есть яблоко.

Упражнение «Составь фигуру».

Цель: развитие познавательных психических процессов, формирование положительного отношения к школе.

Детям из геометрических фигур предлагается создать аппликацию на тему «Школа»

Сейчас мы с вами отправляемся в сказочную страну, которую вы сейчас создали из своих аппликаций. А передвигаться мы будем на паровозике.

Игра «Паровозик»

Детям предлагается разойтись по классу. Выбирают водящего: он будет паровозиком. Его задача – под музыку пройти по всему классу и собрать «пассажиров» со всех станций.

По дороге нам встречаются разные дорожные знаки.

Упражнение «Школьные знаки».

Цель: помощь обучающимся в осознании новых требований, в формировании внутренней потребности в их исполнении.

Ребята, а вы обращали внимание на дорожные знаки? Для чего они нужны?

Дорожные знаки помогают нам, они подсказывают правила поведения на дороге. Если не обращать на них внимания – быть беде.

А что такое правило? (правило – это значит делать правильно)

А зачем нам правила, может быть, мы и без них обойдемся? (неприятности никто не любит, поэтому и появились правила, чтобы знать, как лучше жить и со всеми дружить)

Как вы думаете, а в школе есть правила? Чего нельзя делать на уроке? А как надо вести себя на перемене?

Чтобы мы не забыли о правилах для учеников, нам нужны свои знаки.

№1. На уроке нельзя разговаривать друг с другом, иначе можно все прослушать и ничего не узнать, поэтому в вашем классе будет висеть вот такой знак.

№2. Мы уже знаем с вами, что когда все кричат с места, ответов не слышно, поэтому о том, что нельзя кричать с места, даже если знаешь ответ, нам будет напоминать вот такой знак.

№3. А можно ли подсказывать другим ответ, когда учитель спрашивает не вас? О том, что в нашем классе нет места подсказкам, нам напомнит вот этот знак.

№4. А что делать, если хочешь о чем-то спросить или ответить на вопрос?

Конечно, для этого надо поднять руку и ждать, пока учитель попросит сказать. Вот знак, который говорит об этом правиле.

№5. Как вы думаете, о чем нам говорит вот этот знак?

Чтобы у нас все хорошо получалось и весело училось, мы должны быть всегда дружны и нет места спорам в классе.

Мы прибыли на конечную станцию.

Чтение и анализ сказки «Школьные правила»

Упражнение «Доброе животное»

Занятие 4. «Волшебная школа».

Психолог: «Когда-то давным-давно жили на земле сказочники. Они-то и придумали сказочный городок. (Открыть на доске изображение сказочного городка.)

– В этом городке все было сказочным: сказочные домики, сказочные цветы, сказочные игрушки и даже школа была сказочной! Смотрите. Открыть на доске изображение сказочной школы:

– Как вы думаете, кто учится в сказочной школе? (В сказочной школе учатся герои сказок.)

– Назовите этих героев сказок

Каждый день герои с удовольствием ходили в школу. На уроках они учились, на переменах — играли. Много нового и интересного узнали маленькие первоклассники, даже считать до пяти научились. Только оценок им еще не ставили, говорили, рано еще. И вот наконец учительница сказала, что скоро первоклассники начнут получать оценки. Первоклассники должны будут нарисовать узоры, которые она проверит. Конечно, все очень разволновались и захотели получить только хорошие оценки.

– А за что можно оценить любую работу. То есть необходимо оценить РЕЗУЛЬТАТ.

– А если работа выполнена не до конца?

– А какие школьные оценки вы знаете? А только ли баллами можно оценить работу? (похвала, его работой интересуются другие и т.д.)

Винни Пух очень сильно хотел получить пятерку или похвалу учителя. Винни Пух очень спешил, чтобы выполнить задание самым первым. И правда: все только-только приближались к середине, а он уже поднял свою лапку и радостно

закричал: “Я уже все! Я закончил!”. Учительница подошла к его парте, взяла в руки листок и отчего-то нахмурилась. Посмотрите, ребята, какой узор получился у Винни Пуха.” (Вывешивается на доску таблицу “Работа Винни Пуха”.)

Психолог: “Ребята, как вы думаете, почему нахмурилась учительница? (Дети отвечают: работа грязная, неправильная и т.д.). Давайте попробуем оценить работу. Правда, оценки мы ему ставить не будем, а используем волшебные лесенки.” (Учитель вывешивает на доску таблицу с разноцветными лесенками.)

Психолог: “Ребята, красная лесенка — это лесенка красоты. На ее верхней ступеньке стоят самые-самые красивые работы, а на самой нижней — самые некрасивые. Как вы думаете, куда можно поставить работу Винни Пуха? (Выслушиваются предложения детей и ставится крестик на одной из нижних ступенек.) Итак, работа у Винни Пуха получилась не очень красивая.

А теперь посмотрите на зеленую лесенку. Это лесенка правильности. На самой верхней ступеньке стоят самые правильные работы, на самой нижней — самые неправильные. Куда можно поставить работу Винни Пуха? (Ведущий выслушивает ответы детей. Если дети предлагают поместить работу вниз, учитель обращает их внимание на то, что, хотя работа и выполнена некрасиво, ошибок в ней нет.) Итак, работа у Винни Пуха получилась правильная. (Учитель ставит крестик на одной из верхних ступенек.)

И, наконец, перед нами синяя лесенка. Это лесенка быстроты. На ее верхней ступеньке стоят работы, которые были сделаны быстрее всех, а на нижней — медленнее всех. Винни Пух выполнил свою работу самым первым. На какую же ступеньку мы поставим его работу? (Дети отвечают: на верхнюю. Ведущий ставит крестик на верхней ступеньке.)

– Какого результата достиг Винни Пух? Посмотрите, ребята: работа у Винни Пуха получилась правильная и быстрая, но некрасивая.

А вот Карлсон тоже очень старался. Он очень боялся сделать что-нибудь неправильно, поэтому рисовал очень медленно, так что выполнил свою работу самым последним в классе. Вот что у него получилось. Давайте оценим работу Карлсона с помощью волшебных лесенок.

– Какого результата достиг Карлсон? Посмотрите, работа у Карлсона получилась красивая и правильная, но медленная.

– Скажите, пожалуйста, кто выполнял задание учителя? (Каждый ученик самостоятельно)

– Значит, каждый выполняет свою работу САМ.

– А если работу выполнять без желания, интереса достигнет ли ученик результата?

Значит, надо не только делать все самому, но и весь день, и обязательно с желанием, с интересом, с радостью, увлеченно, тогда будет хороший результат.

Посмотрели Винни Пух с Карлсоном на свои оценки и задумались. Оказывается, все работы бывают разными. Иногда можно выполнить задание некрасиво, зато быстро и правильно. А иногда работу выполняешь долго, зато она получается красивой и правильной. А бывает, что вроде бы и не совсем правильно выходит, зато красиво и быстро”.

Психолог: “Вот так Винни Пух с Карлсоном познакомились с волшебным словом “зато”.

Упражнение «ЗАТО».

Цель: работа со школьной тревожностью.

Это слово помогает найти что-то хорошее даже в самых трудных ситуациях. Даже если что-то не получилось, мы можем обратиться к слову “зато”. Пусть буквы получились не очень красивые, зато слово написано правильно. А сейчас я расскажу вам, что случилось с учениками школы, а вы им помогите с помощью слова “зато”.

Мальвина написала буквы не ручкой, а карандашом, и очень расстроилась. (Вариант: зато она может стереть ошибки.)

Пятачок забыл дома ручку. (Зато он может ее у кого-нибудь попросить и познакомиться с новыми ребятами.)

Красная Шапочка решила не ту задачу. (Зато она будет больше знать.)

А сейчас пора возвращаться в класс. Наш путь пролегает через горы:

Упражнение “Узоры и волшебные лесенки”.

Цель: развитие произвольности, умения действовать по образцу и слушать инструкцию взрослого.

Психолог: «А теперь вы сами попробуете нарисовать узоры и поставить себе оценки с помощью волшебных лесенок.» (Учитель раздает детям листочки и карандаши.)»

Игра “Листопад”

Психолог: «А сейчас мы с вами немного отдохнем. Помните ли вы, ребята, как осенью летят с деревьев листочки? Каждый листочек кружится сам по себе, а потом они вместе образуют красивые кучи из листьев. Сейчас мы с вами сыграем в игру под названием “Листопад”. Когда я говорю “листочки”, вы, как листья, будете кружиться по классу. А как только я скажу “куча”, вы должны тут же собраться в группы. После слова “куча” я назову число. Столько листьев должно быть в вашем холме. Например, если я скажу “куча, три”, значит, вы должны собраться по трое. Всем понятно? Встаньте, пожалуйста, из-за парт и подойдите ко мне”. (Дети встают из-за парт и подходят к учителю. Для этой игры необходимо наличие свободного пространства.)

Список литературы использованной при разработке программы.

1. *Амбросьева Н.Н.* Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников : методическое пособие. - 2-е изд. ; доп. и переработ. - М.: Глобус , 2017.- 189 с. - (Классное руководство).
2. *Вачков И.В.* «Методы психологического тренинга в школе». Лекции. – М: Педагогический университет «Первое сентября», 2009
3. *Груденко Е.А* « Психологическая готовность ребенка к школе» , издат. : «Детство-Пресс» СПб, серия «Кабинет психолога», 2013.
4. *Жизненные навыки. Уроки психологии в 1 классе.* - М.: Генезис, 2017. - 208 с.
5. *Истратов О.Н* Психологическое тестирование детей от рождения до 10 лет.- Ростов .н. Д.:Феникс, 20016.
6. *Ихсанова, С. В.* Игротерапия в психологии. Уроки хорошего поведения с Машей и Мишей. Пособие по дошкольному этикету для педагогов, психологов и родителей / С.В. Ихсанова. - М.: Феникс, 2015. - 126 с.
7. *Коррекционно-развивающие занятия с детьми 5-7 лет. Полифункциональная интерактивная среда тёмной сенсорной комнаты. Сказкотерапия. Игротерапия.* - Москва: Машиностроение, 2016. - 646 с.
8. *Лабиринт души: Терапевтические сказки/под ред. Хухлаевой О.В., Хухлаева О.Е* - 5-е изд.- М.: Академический проект, 2014.-176 с. - (руководство практического психолога).

9. *Овчарова, Р.В.* Практическая психология в начальной школе: моногр. / Р.В. Овчарова. - Москва: Гостехиздат, 2017. - 436 с.
10. Современные педагогические технологии основной школы в условиях ФГОС/О.Б. Даутова, Е.В. Иваньшина, О.А. Ивашедкина, Т.Б. Казачкова, О.Н. Крыова, И.В. Муштавинская. – СПб.: КАРО, 2019. – 176.
11. *Хухлаева О. В.* «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе » - Издательство Генезис Москва, 20014. Пособие для педагога-психолога