



Муниципальное образовательное учреждение для детей,
нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной
помощи
«Центр психолого-медико-социального сопровождения Беловского
района»

**Программа психологического сопровождения
детей младшего школьного возраста
«Познаем себя»**

Автор-составитель: Пестова Н.Н.
Педагог-психолог

Пояснительная записка

Начало обучения ребёнка в школе – сложный и ответственный этап в его жизни. Психологи отмечают, что дети 6-7 лет переживают психологический кризис, связанный с необходимостью адаптации к школе. В среднем привыкание ребёнка к школе имеет продолжительность от 3-х месяцев до 1,5 лет.

Чтоб помочь ребёнку успешно адаптироваться к школе и полноценно включиться в учебно-воспитательный процесс, необходимо укреплять психику ребенка, развивать его мышление и эмоционально-волевую сферу, снимать острые невротические реакции, нейтрализовать страхи и эмоционально отрицательные переживания. Необходимо развивать «комплекс произвольности» - умение контролировать себя, быть внимательным, способным на произвольные волевые и интеллектуальные усилия.

Главная цель программы: помочь детям успешно адаптироваться к условиям школы.

Задачи программы:

1. Развитие и коррекция познавательной сферы.
2. Эмоциональное развитие детей.
3. Формирование познавательной мотивации ребёнка.
4. Снятие школьной тревожности.

Занятия нацелены на коррекцию и развитие определенных психических функций. Однако, коррекция только одной функции нецелесообразна и невозможна. Поэтому, работа на всех занятиях предполагает опору на все познавательные процессы. Это позволяет быстрее и качественнее достичь успеха. Поэтому на занятиях по развитию мышления, например, присутствуют задания на развитие воображения, памяти и т.д.

Занятия строятся на следующих принципах:

1. Создание условий, способствующих естественному гармоничному развитию личности ребенка.
2. Изменение отношения к ребёнку. Принятие ребенка таким, какой он есть: проявление внимания, уважения и выдержки к каждому члену группы.
3. Добровольность: необходимо добиваться, чтобы ребенок захотел принять участие в игровых занятиях. Иначе, заставляя, можно вызвать чувство негативизма, и в этом случае эффекта не будет.
4. Задания, предусмотренные программой, предлагаются в порядке возрастания сложности, т.к. постепенное усложнение задач позволяет ребенку идти вперед.

Наиболее привлекательной деятельностью в младшем школьном возрасте является игра, потому предлагаемая программа строится на основе игровых упражнений, направленных, в первую очередь, на обеспечение психологически комфортного пребывания ребенка в школе.

Так как программа предполагает работу с маленькими детьми, преподаватель должен постоянно следить за тем, чтобы участники занятия были включены в работу, не уставали, не отвлекались. Поэтому каждое занятие обязательно включает в себя упражнения, способствующие саморегуляции детей, а именно:

1. Релаксационные, снимающие мышечное и эмоциональное напряжения;
2. Двигательные, развивающие координацию, крупную и мелкую моторику;
3. Коммуникативные, способствующие формированию навыков общения;
4. Развивающие, направленные на развитие отдельных психических процессов: памяти, мышления, речи, внимания;

5. Дыхательные, действующие успокаивающе на нервную систему;
6. Мимические, направленные на снятие общего напряжения.

Основные методы развития умений:

- беседа или обсуждение по кругу;
- ролевая и развивающая игра;
- психогимнастические упражнения и этюды;
- рефлексия;
- релаксационные упражнения.

Все занятия имеют гибкую структуру, наполняемую разным содержанием, разработанную с учетом возрастных особенностей детей младшего школьного возраста.

Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

Часть 1. Вводная.

Цель: настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками.

Основные процедуры работы – приветствия, игры с именами.

Часть 2. Рабочая.

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка.

Основные процедуры:

- Элементы сказкотерапии;
- Элементы психодрамы;
- Игры на развитие навыков общения;
- Игры на развитие восприятия памяти, внимания, воображения, мышления;
- Рисование, кляксография, пуантилизм.

Часть 3. Завершающая.

Цель: создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы и занятия. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка.

Приветствие и прощание детей носят ритуальный характер, который является индивидуальным в каждой группе.

Во время занятий дети сидят в кругу на стульях. Круг – это возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, придает гармонию отношениям детей, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

Программа предполагает проведение одного занятия в неделю, длительность которого 25-30 минут.

Занятия составлялись так, чтобы включить в них максимальное количество упражнений, поэтому при необходимости занятия можно сократить.

Программа (27 часов).

Познавательная сфера (17 часов).

Внимание. Развитие активного внимания. Развитие волевого (произвольного) внимания. Развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов. Развитие наблюдательности.

Память. Развитие моторно-слуховой памяти. Развитие пространственной памяти. Развитие смысловой памяти. Развитие вербальной (механической) памяти.

Мышление. Развитие образно-схематического мышления и зрительного анализа. Развитие предпосылок логического мышления и способности к обобщениям. Развитие творческого мышления.

Эмоционально-волевая сфера (10 часов).

Обучение распознаванию эмоций. Обучение произвольному выражению различных эмоциональных состояний. Развитие способности выполнять действия по словесной инструкции взрослого, контролировать и оценивать свою деятельность. Развитие коммуникативных умений. Развитие самодисциплины.

К завершению программы дети должны уметь:

- 1) переключать внимание и контролировать его на определенных объектах;
- 2) заполнять 5-6 слов, расположение 5-6 предметов;
- 3) классифицировать предметные картинки;
- 4) анализировать нарисованные фигуры с точки зрения их расположения на листе бумаги;
- 5) распознавать эмоции окружающих их людей по мимике, жестам и т.д.;
- 6) выполнять действия по словесной инструкции взрослого;
- 7) участвовать в коллективных делах, играх.

**Примерное тематическое
планирование занятий (27 часов.)**

№ п/п	Название темы занятия	Количество часов
	Познавательная сфера	17
1.	Развитие активного внимания. Сказка «Заяц-Коська и Родничок».	1
2.	Развитие волевого внимания. Сказка «Ежик и море».	1
3.	Развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов. Сказка «Дюймовочка».	2
4.	Развитие наблюдательности. Сказка «Золушка».	1
5.	Развитие моторно-слуховой памяти. Сказка «Царевна-лягушка».	1
6.	Развитие пространственной памяти. Сказка «Лягушка путешественница».	1
7.	Развитие смысловой памяти. Сказка «Снежинка».	1
8.	Развитие вербальной памяти. «Сказка о рыбаке и рыбке».	1
9.	Развитие образно-схематического мышления. Сказка «Снежная королева».	2
10.	Развитие зрительного анализа. Сказка «Спящая	1
11.	красавица». Развитие предпосылок логического мышления.	1
12.	Сказка «Снегурочка». Развитие способности к обобщениям.	2
13.	Сказка «Аленький цветочек». Развитие творческого мышления. Сказка «Маугли».	2
14.	Эмоционально-волевая сфера.	10
15.	Обучение распознаванию эмоций. Сказка «Дикие лебеди». Обучение произвольному выражению различных эмоций.	2
16.	Сказка «Цветик-семицветик». Развитие способности выполнять действия по словесной	1
17.	инструкции. Сказка «Русалочка». Развитие способности контролировать свою деятельность.	1
18.	Сказка «Новое платье короля». Развитие способности оценивать свою деятельность.	1
19.	Сказка «Лягушка и экскаватор». Развитие коммуникативных умений.	1
20.	Сказка «Каменный цветок». Развитие самодисциплины.	1
21	Сказка «Огневушка-Поскакушка». Итоговый урок. Сказка «Страна цвета».	1

Литература:

1. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. – М.: Генезис, 2005
2. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001
3. Погосова Н.М. Погружение в сказку. – СПб.: Речь, 2006
4. Погосова Н.М. Цветовой игротренинг. – СПб.: Речь, 2005
5. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2004