**Психолого-педагогическая программа для детей младшего школьного возраста**

**«Здравствуй, школа»**

**Пояснительная записка**

Первый класс школы – один из наиболее существенных критических периодов 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 овладеть 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. Психологами доказано, что обычные дети в младших классах с вполне способны, если только их правильно обучать, усваивать и более сложный материал, чем тот, который дается по действующей программе обучения.

Однако для того, чтобы умело использовать имеющиеся у ребенка резервы, необходимо решить предварительно важную задачу: как можно быстрее адаптировать детей к школе и дома научить их учиться, не тратя лишних физических усилий, быть внимательным и усидчивым.

Программа «Здравствуй, моя школа!» имеет психокоррекционную и развивающую направленность. За основу программы взяты следующие программы: «Четыре путешествия» Л.М. Новиковой, И.В. Самойловой; «Психологическая азбука» Арджакеева Т.А.

**Цель**курса психологических занятий: формирование и профилактика нарушений психологического здоровья детей

**Задачи:**

-формирование у учащихся умения принимать самого себя и других людей, при этом осознавая свои и чужие достоинства и недостатки

-развитие личностной рефлексии : умения осознавать свои и чужие эмоции, чувства, причины своих и чужих поступков

-формирование потребности в саморазвитии и самоизменении у ребенка

-развитие умения в трудной ситуации находить силы внутри самого себя и принимать ответственность за свою жизнь на самого себя

-развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий – 30-40 минут. Программа рассчитана на целый учебный год.

**Формы и методы:**  
-ролевые игры;·

-коммуникативные и командные игры

- методы, развивающие воображение

-терапевтические метафоры

-упражнения, формирующие эмоциональный интеллект

-групповые дискуссии

**Тематическое планирование**

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема занятий** | **Кол-во часов** |
| Тема 1. «Здравствуй школа!». | 1 |
| Тема 2. Я – школьник. | 6 |
| Тема 3. Учебно – игровые занятия | 11 |
| Тема 4. Мир Эмоций. | 10 |
| Тема 5. Мир качеств. | 4 |
| Тема 6. Психологические игры по снятию утомляемости, тревожности | 1 |
| Тема 7. Психологические игры по развитию выразительных движений ребенка, его коммуникативных способностей | 1 |
| Итого: | 34 |

**Содержание программы**

**Тема 1. «Здравствуй школа!». 1ч**  
Профилактическая игра, направленная на адаптацию детей к школе, к новой социальной ситуации, развитие детского коллектива.  
**Тема 2. Я – школьник. 6 ч**  
Знакомство с учащимися. Помощь в осознании позиции «Я — ученик». Наблюдения за учащимися по степени адаптации. Знакомство с правилами и приемами.  
**Тема 3. Учебно – игровые занятия. 11 ч**  
Профилактическая игра «Страна слов», направленная на развитие навыков чтения и правописания. Математические головоломки. Задания на развитие способности анализировать, систематизировать и обобщать. Задание на развитие памяти, внимания. Упражнения по развитию мышления и речевых навыков.  
**Тема 4. Мир Эмоций. 10 ч**  
Профилактическая игра «Волшебная поляна», направленная на изучение особенностей процесса адаптации учащихся. Изучение мимики и жестов. Знакомство с социальными эмоциями. Развитие поведенческих особенностей. Развитие навыков коммуникативного общения.  
**Тема 5. Мир качеств. 4 ч**  
Знакомство с характером. Умение управлять своим эмоциональным состоянием. Умение выходить из трудных ситуаций.  
**Тема 6. Психологические игры по снятию утомляемости, тревожности. 1 ч  
Тема 7. Психологические игры по развитию выразительных движений ребенка, его коммуникативных способностей. 1 ч**

**Ожидаемый результат**:

- приобретение коммуникативных умений, способности к рефлексии, саморегуляции

-развитие способности анализировать, рассуждать, планировать

-развитие социальных эмоций

-развитие познавательных процессов (память, мышление, речь, внимание)

-повышение уровня адаптации к школе

**Литература:**

1. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Программа по психологии общения для учащихся начальной школы. — В кн.: Возможности практической психологии. Вып. 2. М., УЦ «Перспектива»,2000.

2.Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Развивающие занятия  
по психологии для младших классов. Ч. 1,2. М., УЦ «Перспектива»,2001.

3.Поливанова К.Н., Цукерман Г.А. Введение в школьную жизнь. -  
В кн.: Учимся общаться с ребенком. М., «Просвещение», 1993.

4.Чибисова М.Ю. Психологические занятия для будущих первоклассников. В кн.:  Возможности практической психологии. Вып. З. — М., УЦ «Перспектива», 2001.