

Муниципальное бюджетное учреждение «Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи»

Принято:

Советом Центра
Протокол №1
от «30» августа 2021 г.

Утверждено:

директор МБУ «ЦПП»
Земба И.Ю.
Приказ № 12 от «30» 08 2021г.

**Дополнительная
образовательная программа
«Я - МИР»
Психолого-педагогическое
сопровождение младшего
школьника.**

г. Красный Сулин

2021 г.

«Я – МИР»

Психолого-педагогическое сопровождение младшего школьника.

Пояснительная записка.

Сегодня мир очень быстро меняется. И эти изменения отражаются на обществе в целом, а в частности на ребенке.

В обществе назревает вопрос о новой образовательной системе, где ключевую роль играет среда, в которой человек сам конструирует свое знание. Для этого он должен обладать определенными свойствами, прежде всего: - умением учиться;

- умением реагировать на изменения, т.е. рефлексировать.

Сегодняшнее ОУ должно обеспечить развитие способностей ориентироваться, делать ценностный выбор и одновременно быть открытым миру, доверять ему и эффективно действовать в нем.

Современная реальность открывает перед ребенком разнообразные перспективы развития, постижения мира, совершенствования взаимоотношений с другими и самим собой.

Однако мир, в котором живет ребенок, предъявляет особые требования к его адаптивным способностям, психическим резервам: психологическому здоровью, толерантности (терпимости, снисхождению) и психологической готовности строить конструктивные отношения с окружающей действительностью.

В концепции модернизации российского образования указывается, что в условиях перехода к постиндустриальному, информационному обществу резко повышается значимость сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения.

Интегрированная комплексная программа психолого-педагогического сопровождения направлена на сохранение физического, социального и эмоционального здоровья, три составляющие необходимые в жизни современного ребенка.

Цель данной программы – развитие навыков позитивного взаимодействия с окружающим миром.

В ходе занятий развиваются потенциальные возможности ребенка, формируются установки на сотрудничество, построение позитивных отношений.

Для успешного и результативного проведения занятий педагог должен создать у детей позитивную установку на сотрудничество, обеспечить эмоциональный комфорт, психологическую защищенность ребенка, актуализировать мотивацию познавательной, поисковой, творческой активности, предоставить возможность апробировать приобретенные знания на уровне поведения в игровых и реальных ситуациях общения.

Структура программы состоит из 4 взаимосвязанных блоков, реализующих следующее содержание программы:

- возможности сотрудничества, взаимопомощи и доброго отношения с другими;
- особенности индивидуальности человека;
- специфику предметного мира и мира природы;
- законы обеспечения собственной безопасности;
- позитивные взаимоотношения как залог успеха и здоровья.

В ходе освоения программы предполагается развитие ряда компетенций:

- аутопсихологической (умение самопознания, саморегуляции, самоконтроля; умение заботиться о своем здоровье);
- коммуникативной (умение устанавливать контакт, обращаться с просьбой, дарить радость);
- социальной (умение толерантного взаимодействия, умение противостоять агрессии и манипуляциям, предвидеть последствия социальных контактов, анализировать поведение других).

Занятия 1 блока проводятся в сентябре-октябре. Основная задача их – помочь детям адаптироваться к новым условиям их жизнедеятельности – к условиям школы.

Во 2 блоке с помощью психогимнастики решаются следующие задачи:

- овладение навыками управления своей эмоциональной сферой: развитие у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать и полноценно переживать.
- тренировать умения детей регулировать свои поведенческие реакции.

3 блок направлен на: - выработку умений сотрудничества и работы в группе;

- развитие самопознания;
- расширение взаимоотношений с другими людьми, миром предметов и природой;
- освоение правил безопасного поведения;
- освоение принципов и правил построения позитивного взаимодействия.

Задача 4 блока – это повышение уверенности в себе и выработка установки на успех.

Программа строится в доступной и интересной для детей форме на основе игровых упражнений, направленных, в первую очередь, на обеспечение психологически комфортного пребывания ребенка в школе.

Все занятия имеют гибкую структуру, наполняемую разным содержанием.

1. Разминка помогает привлечь внимание и интерес ребенка к совместным занятиям, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.

Основные процедуры работы – приветствия, игры с именами, игры на развитие высших психических функций (восприятие, внимание, память, воображение).

2. Смысловая часть. На нее приходится содержательная основная нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, игры, упражнения, направленные на развитие эмоционально-личностных и познавательных сфер ребенка.

Основные процедуры – элементы сказкотерапии с импровизацией; элементы психодрамы; игры на развитие навыков общения, в которых дети преодолевают собственные внутренние барьеры в реальной жизни, рисование.

3. Завершение. На этом этапе закрепляется положительный эффект, приводится в равновесие эмоциональное состояние, улучшается самочувствие и настроение.

Основной метод – рефлексия.

Каждое занятие обязательно включает в себя процедуры, способствующие саморегуляции детей: упражнения на мышечную релаксацию; дыхательную гимнастику, мимическую гимнастику, двигательные упражнения, визуализацию.

В основе психолого-педагогического сопровождения лежит учебная программа специального курса Г.П.Звездиной, Т.Н.Щербаковой РО ИПК и ПРО, а также использованы игровые упражнения из программы С.В.Крюковой «Давайте жить дружно!», Н.П.Слободяник «Я учусь владеть собой», психогимнастика Е.А.Алябьевой.

Критерии определения уровня усвоения содержания программы:

- Повышение адаптированности
- Сформированность положительной самооценки и эмоциональной стабильности;
- Умение выражать и понимать простейшие эмоции;
- Познание различных способов коммуникации;
- Формирование произвольности, внутреннего плана действий;
- Начальная способность к рефлексии;
- Знание правил безопасности;

Целевая аудитория: дети младшего школьного возраста.

Форма организации: групповые занятия по 12 человек (класс делится на две подгруппы).

Режим работы: 66 занятий по 35 – 45 мин.

Частота встреч: 2 раза в неделю.

Срок реализации программы: 9 месяцев (сентябрь – май).

Методы оценки результатов: опрос детей, родителей, педагогов; наблюдения педагогов; социометрия.

Диагностический материал.

1. Методика изучения понимания эмоциональных состояний людей. Г.А.Урунтаева, Ю.А.Афонькина. (В мире детских эмоций. Т.А.Данилина и др., стр.49)
2. Методика изучения самооценки, «Какой Я?» Р.С.Немов. (Психология кн.3, стр.143)
3. Методика изучения межличностных отношений, «Выбор в действии». (Журнал «Старший воспитатель» стр. 53)

Тематический план.

№ п/п	Блоки и темы	Количество часов
1	2	3
	1 блок. Адаптация.	
1.	Знакомство. Создание благоприятной психологической атмосферы, условий для самораскрытия, установление контакта между детьми.	1
2.	Я – мы. Развивать чувство	1

	принадлежности к группе и навыки позитивного социального поведения.	
3.	Сотрудничество. Развивать чувство единства, сплоченности; учить детей действовать согласовано	1
4.	Дружба. Развивать групповую сплоченность.	1
5.	Я в себе уверен. Повышать у детей уверенность в себе; развивать координацию движений, слуховое восприятие.	1
6.	***** Развивать произвольность, формировать позитивное отношение к сверстникам.	1
7.	Мы едины. Укреплять чувство единства; развивать тактильное восприятие, воображение.	1
	2 блок. Эмоции.	
8.	Мир эмоций и чувств. Распознавание собственных эмоций и чувств, определение пользы и вреда эмоций.	1
9.	У Винни-Пуха в гостях. Тренировка узнавания и выражения эмоций, коррекция агрессивного поведения.	1
10.	Волшебница. Умение выражать эмоции, профилактика робости.	1
11.	Мамонтенок. Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого, коррекция застенчивости, упрямства.	1
12.	Освободим принцессу. Выражение основных эмоций через пантомимику	1
13.	Дракончики. Сравнение эмоций радости, страдания и печали.	1
14.	Лизунчик. Выражение эмоций радости, робости, злости	1
15.	Поляна волшебных цветов. Выражение эмоций	1

	удовольствия и страха.	
16.	Страна трамляндия. Выражение радости, печали, гнева через пантомимику, коррекция негативного поведения.	1
17.	Лесные жители. Выражение эмоций удивления, печали, обиды в мимике и пантомимике, профилактика трусости, коррекция хвастовства, зазнайства.	1
18.	Два жадных медвежонка. Выражение различных эмоций, выработка модели поведения.	1
19.	Прогулка в зимнем лесу. Профилактика жадности, коррекция хвастовства.	1
20.	Спасем доброту. Выражение удивления, восхищения; коррекция страхов.	1
21.	Грибочки. Понятия несобранности, неорганизованности, неряшливости.	1
22.	Старик Хоттабыч. Выражение различных эмоций, моделирование адекватного поведения (ситуации непослушания).	1
23.	Фокусник. Профилактика агрессивности, преодоление двигательного автоматизма.	1
24.	Мы из Простоквашино. Выражение эмоций, коррекция лжи.	1
25.	Волшебный дух. Выражение различных эмоций, выработка модели поведения (капризы).	1
26.	Остров Чунга – Чанга. Выражение эмоций стыда, вины; профилактика лжи, решение проблемных ситуаций.	1
27.	В стране Доброландии и Злосландии. Профилактика агрессивного поведения.	1
28.	На корабле. Закрепление	1

	умения выражать различные эмоции; саморегуляция.	
	3 блок. Взаимодействие с миром людей, с предметным миром и природой.	
29.	Чувствуем друг друга. Развитие навыков конструктивного взаимодействия.	1
30.	Кто я? Активизировать процесс самопознания; формировать позитивный образ «Я»	1
31.	Мои возможности. Развитие представлений о своих потенциальных возможностях.	1
32.	Чувства и действия в стрессовой ситуации. Осознание возможности различных стилей поведения в травмирующей ситуации.	1
33.	Уважая себя, уважайте других. Развитие толерантного отношения к другим людям.	1
34.	Все люди разные. Развивать терпимое отношение к различиям в поведении людей; прививать ценностное отношение к «иному».	1
35.	Я и другие. Развитие социально-психологической компетентности ребенка	1
36.	Как мы разрешаем конфликты. Формировать умение социально-толерантного поведения в конфликтных ситуациях; отрабатывать навыки конструктивного разрешения конфликта.	1
37.	Товарищество и дружба. Формировать умение равноправного взаимодействия.	1
38.	Мальчики и девочки.	1

	Формировать представления о различиях мальчиков и девочек, об особенностях их поведения; воспитывать уважительное отношение друг к другу.	
39.	Давайте жить дружно. Развитие ценностного отношения к семье и ее традициям.	1
40.	Секреты вещей. Формировать ценностное отношение к окружающим предметам; раскрыть связь между человеком и его вещью.	1
41.	Предметы, которые меня окружают. Раскрытие духовно-нравственного плана взаимоотношений человека с предметным миром.	1
42.	Экология вокруг нас. Развитие экологического мышления.	1
43.	Мой дом. Формирование убеждения о ценности дома, родного очага.	1
44.	Мой город. Формирование чувства гордости за свой город, его историю.	1
45.	Тело и здоровье. Формирование представлений о своем физическом «Я», ориентация на здоровый образ жизни.	1
46.	Ситуации бывают разные. Отработка навыков конструктивного поведения в непредвиденных ситуациях.	1
47.	Я вас не знаю. Развитие навыков поведения в ситуациях с незнакомыми людьми.	1
48.	Какие опасности подстерегают меня. Актуализировать представления детей об опасных и неопасных вещах, которые нас	1

	оказывают.	
49.	Научись говорить «нет». Формирование стратегии поведения в ситуации отказа.	1
50.	Ограничения. Формирование стратегии поведения в ситуациях ограничения.	1
51.	Критика, оскорбления. Формирование стратегии поведения в ситуации оскорбления.	1
52.	Учимся звать на помощь. Развитие социально-компетентного поведения в экстремальных ситуациях.	1
53.	Взаимопонимание. Осознание трудности и значимости взаимопонимания в процессе общения.	1
54.	Золотые правила этики. Ориентировать на конструктивное социальное взаимодействие; развивать в детях миролюбие и нравственное поведение.	1
55.	Самопрезентация в обществе. Развитие навыков самопрезентации, повышение социальной компетентности.	1
	4 блок. Я учусь владеть собой.	
56.	Настроение. Знакомство с понятием «настроения», закреплять умения проявлять свои чувства.	1
57.	Управляем настроением. Учить детей управлять своим настроением, искать выход из трудных ситуаций.	1
58.	Трудная ситуация. Ознакомление детей с «позитивным переформулированием» как способом изменения отношения к ситуации.	1
59.	Мне плохо. Закрепить навыки работы с	1

	«позитивными мыслями»; учить детей навыкам саморегуляции.	
60.	Доброта. Осознание понятия «доброта».	1
61.	Выбор. Учить детей прогнозировать ситуацию, ознакомление с понятием «выбор».	1
62.	Успех. Дать детям представление о составляющих успеха.	1
63.	Индивидуальность. Повышение самооценки каждого ребенка.	1
64.	Вместе. Закреплять коммуникативные навыки и положительную самооценку.	1
65.	Тайм – аут. Тренировка умения останавливаться, регулировать свое агрессивное поведение, т.е. брать тайм-аут.	1
66.	Как прекрасен этот мир. Закрепление полученных знаний, развитие умения передавать эмоции художественными средствами.	1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575801

Владелец Земба Ирина Юрьевна

Действителен с 29.07.2021 по 29.07.2022