

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №3

Принято
на заседании педагогического
совета
Протокол от «26» 08.2021
№ 1



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Юный эрудит»**

Возраст обучающихся: 7-8 лет

Срок реализации: 1 год

Автор –составитель:
Савенкова Юлия Викторовна,
педагог – психолог

г. Узловая, 2021

Пояснительная записка

Программа кружка «Юный эрудит» социально – педагогической направленности, составлена на основе коррекционно-развивающей программы формирования эмоциональной стабильности и положительной самооценки, разработанной Н.П.Слободяник «Я учусь владеть собой» (Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвалюсь, и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М: Генезис. 2002) и предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста (первоклассниками). Данная программа реализуется в условиях внедрения ФГОС начального и общего образования, способствует формированию метапредметных, личностных универсальных учебных действий. Её реализация запланирована в рамках внеурочной деятельности. Программа является составной частью основной образовательной программы начального общего образования. Программа «Я учусь владеть собой» рассчитана на работу с детьми младшего школьного возраста, автором которой является Н. П. Слободяник, психолог, имеющий большой опыт практической работы. Данная программа с некоторыми изменениями может являться частью целенаправленной работы в системе оказания психологической помощи детям с проблемами в развитии. Начало школьной жизни – серьезное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс. Они должны привыкать к новому коллективу, к новым требованиям, к повседневным обязанностям. Как правило, ребята стремятся стать школьниками, но для многих из них школьный распорядок слишком регламентирован и строг. Особенно сложно «перестроиться» тем детям, которые еще эмоционально не готовы к роли школьника – для них период адаптации к школе может быть травмирующим.

Актуальность данного психологического курса состоит в том, что особенность психологии ребенка младшего школьного возраста заключается в том, что он еще мало осознает свои переживания и далеко не всегда способен понять причины, их вызывающие. На трудности в школе ребенок чаще всего отвечает эмоциональными реакциями – гневом, страхом, обидой.

Многие дети в это время нуждаются в поддержке и помощи взрослых, поэтому важно, чтобы родители и учителя, вместе с психологом, вникли в проблемы ребенка, его переживания.

Новизна: чтобы младший школьник мог сознательно регулировать поведение, нужно научить его адекватно выражать чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций. Если не сделать этого, неотрагированные чувства будут долго определять жизнь ребенка, создавая все новые субъективные трудности.

Маленькие дети часто находятся «в плену эмоций», поскольку еще не могут управлять своими чувствами, что может приводить к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. Лишь по мере личностного развития у них постепенно формируется способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей, развивается произвольность поведения, чувства становятся более устойчивыми и глубокими.

Основной целью этой программы является эмоциональное развитие детей и помощь детям в адаптации к школе.

Основные задачи:

- ✓ развитие эмоциональной регуляции поведения детей;
- ✓ предупреждение и снижение тревожности и страхов;
- ✓ повышение уверенности в себе;
- ✓ развить умение управлять своим настроением.

Решение поставленных задач основано на формировании у детей навыков эмоциональной регуляции поведения.

Категория: младшие школьники.

Направленность программы – социально-педагогическая.

Уровень программы: начальное общее образование.

Количество групп – 1.

Количество часов – 34.

Количество человек в группе – 15 чел.

Возраст детей – 7-8 лет.

Особенность ребёнка младшего школьного возраста заключается в том, что он ещё мало осознаёт свои переживания и далеко не всегда способен понять причины, их вызывающие. На трудности в школе ребёнок чаще всего отвечает эмоциональными реакциями - гневом, страхом, обидой. Многие дети в это время нуждаются в поддержке и помощи взрослых. Программа помогает решать проблемы адаптации детей психокоррекционными методами. Основная особенность программы заключается в формировании устойчивой саморегуляции школьников.

Чтобы младший школьник мог сознательно регулировать поведение, нужно научить его адекватно выражать чувства, конструктивно выходить из сложных ситуаций. Если не сделать этого, неотреагированные чувства будут долго определять жизнь ребёнка, создавая всё новые субъективные трудности.

В младшем школьном возрасте у детей особенно активно происходит формирование произвольности, внутреннего плана действий, начинает развиваться способность к рефлексии. Поэтому именно на этом этапе ребёнок может успешно овладеть средствами и способами анализа своего поведения и поведения других людей.

Известно, что дети с проблемами в развитии отличаются, прежде всего, характерными особенностями эмоциональных состояний, самооценки, уровня притязаний и самоконтроля. Эмоции недостаточно дифференцированы, диапазон переживаний невелик. Переживания примитивны, полярны: ребенок испытывает либо печаль; либо радость, либо удовольствие, либо неудовольствие. Характерной чертой является неадекватность эмоций в ответ на внешние воздействия. Переживания их неглубокие, поверхностные, отличаются неустойчивостью. Имеют место расстройства настроения (эйфория - немотивированное повышенное настроение, апатия - проявление безразличия к окружающей действительности, дисфория–эпизодические расстройства настроения).

Можно отметить слабость волевой регуляции, зависимость от минутных желаний и влечений, неумение и нежелание преодолевать малейшие трудности; тенденцию вести себя вызывающе в обществе с целью привлечь к себе внимание взрослых при неумении создавать прочные эмоциональные привязанности, неспособность контролировать свои эмоциональные импульсы и выражать их в социально допустимой форме, уклонение от ответственности за свои поступки. Отмечается также контрастность показателей воли: недостаток инициативы, не умение руководить своими действиями, действовать в соответствии с несколько отдаленными целями – безудержность побуждений, непреодолимость отдельных желаний; большая внушаемость, некритическое восприятие оценок, советов окружающих, необычайное упрямство, бессмысленное сопротивление рациональным доводам окружающих. Низкий уровень критичности не позволяет им в полном объеме выявить и дать объективную характеристику собственного положения. Поэтому специфический тип их психической ориентации в мире отражается и на характере их социальных контактов. Саморегуляция поведения обеспечивает контроль за соблюдением норм общения в соответствии с требованиями морали.

Чтобы младший школьник мог сознательно регулировать поведение, нужно научить его адекватно выражать чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций. Если не сделать этого, неотреагированные чувства будут долго определять жизнь ребенка, создавая все новые субъективные трудности. В младшем школьном возрасте у детей особенно активно происходит формирование произвольности, внутреннего плана действий, начинает развиваться способность к рефлексии. Поэтому именно на этом этапе ребенок может успешно овладевать средствами способами анализа своего поведения и поведения других людей.

Личностная саморегуляция, как важный фактор учебной деятельности, связана с осознанием

и претворением в жизнь социальной позиции ученика. Она определяется степенью мотивации учения и пониманием ребенком его значимости, умением соблюдать требования к деятельности и поведению, способностью управлять произвольными процессами (памятью, вниманием, действиями). Программа призвана способствовать эмоционально-положительному отношению к учебно-познавательным ситуациям, опосредованным формами содержательного общения и взаимодействия.

В ходе проведения занятий планируется обучение детей выделению причинно – следственных связей и особенностей поведения. Предполагается создание условий для достижения единства эмоционального познавательного развития, обретения детьми некоторых речевых навыков выражения своих эмоциональных состояний (радость, грусть, обида, сердитость, недовольство).

Планируемые результаты

Программа способствует формированию метапредметных, личностных универсальных учебных действий, поэтому предполагаемые результаты будут относиться именно к этим областям.

Личностные результаты:

Приращение личностного потенциала осуществляется через развитие самоосознания, умения находить выходы из трудных ситуаций, нести ответственность за свои поступки. Ребёнок учится объяснять самому себе, что он может сделать для того, чтобы помочь себе (и другим) справиться с трудной ситуацией, как это можно сделать. В результате появляется уверенность в своих силах, повышается самооценка.

Метапредметные результаты:

Освоение начальных форм рефлексии, развитие коммуникативных навыков, направленных на формирование умения договариваться с людьми, согласовывать с ними свои интересы и взгляды, для того чтобы сделать что-то сообща. Развитие навыков сотрудничества позволит овладеть начальными навыками социальной адаптации в динамично меняющемся и развивающемся мире.

Занятия продуманы с учетом того, чтобы атмосфера на них распространялась по типу «заражения эмоциями» и являлась основным механизмом регуляции и формирования эмоционального состояния и контроля.

Формирование уверенности в себе и снятие тревожности осуществлялось по таким направлениям, как формирование у детей оптимистического склада мышления и мироощущения, положительной установки на предстоящую деятельность, умения освободиться от страхов, переключаться с неприятных впечатлений, освободиться от текущих жизненных стрессов, укрепления уважения к себе, доверия к своим способностям, умениям и навыкам.

Ребенок с проблемами в развитии имеет затруднения в общении со сверстниками и взрослыми. Можно выделить в работе с ними несколько наиболее важных задач:

- Воспитание у детей интереса к окружающим людям;
- Формирование коммуникативных навыков и умения извлекать опыт из неудачного общения;
- Обучение саморегуляции своего состояния и успешного разрешения конфликтов.

Основные результаты:

- Повышении эмоциональной стабильности,
- Положительная самооценка,
- Социальная адаптация.

Для проведения занятий используются **следующие методы:**

- Имитационные и ролевые игры,
- психогимнастика,
- рисуночные методы,
- элементы групповой дискуссии,
- техники и приёмы саморегуляции,
- метод направленного воображения,
- диагностики,
- элементы социально-психологического тренинга,
- релаксация,
- направленное восприятие,
- дискуссии,
- разучивание правил.

Эти методы являются хорошим средством формирования у детей навыков эмоциональной регуляции поведения, коммуникативных навыков.

Отработка навыков происходит в три этапа:

- получение информации о содержании того или иного навыка,
- применение полученных знаний в конкретных ситуациях (отработка навыка),
- перенос навыков, освоенных на занятиях, в повседневную жизнь ребёнка.

Программа рассчитана на 34 часа (занятия). Продолжительность одного занятия – до 40 минут.

Периодичность занятий – 1 раз в неделю в группах - 15 человек.

Место проведения — классная комната.

Программа допускает вариативность, т.е. изменение тематики и плана занятий в зависимости от задач и проблем конкретной группы детей при соблюдении последовательности и преемственности тем с учётом времени на закрепление приобретённых навыков.

Продолжительность учебного времени в рабочей программе (по сравнению с базовой программой) увеличена на 7 часов (занятий) за счёт введения в структуру занятий игровых поведенческих тренингов и расширения некоторых тем.

Игровые поведенческие тренинги предлагается проводить в начале каждой четверти как вводное занятие, учитывая возрастные особенности младших школьников, для которых игровая деятельность по-прежнему занимает существенное место в жизни. Именно в игровых ситуациях видится наиболее удачной работа по формированию личностных качеств, изложенных в требованиях ФГОС начального общего образования: доброжелательность, умения сотрудничать, находить выходы из трудных ситуаций, нести ответственность за свои поступки.

Кроме того, в содержательную часть занятий введены диагностические процедуры, позволяющие контролировать эффективность реализации программы, а следовательно и успешность адаптации к отметочной системе.

В конце каждого занятия детям предлагается ответить на вопросы:

- Какие упражнения, задания они выполняли?
- Какие из них были трудные?
- С какими заданиями дети справились без труда?
- Какое упражнение, задание или игра понравилась больше остальных?

Ожидаемый результат от реализации программы:

1. Укрепление доброжелательного отношения детей друг к другу и сплочение

коллектива.

2. Снижение уровня тревожности у детей, повышение уверенности в себе (снижение скованности, боязливости в движениях и речи).
3. Улучшение взаимоотношений со сверстниками и взрослыми за счет использования ими приобретенных навыков конструктивного взаимодействия.
4. Улучшение детского самоконтроля и саморегуляции.

В младшем школьном возрасте у детей особенно активно происходит формирование произвольности, внутреннего плана действий, начинает развиваться способность к рефлексии. Поэтому именно на этом этапе ребенок может успешно овладевать средствами и способами анализа своего поведения и поведения других людей. Предлагаемая программа формирования эмоциональной стабильности и положительной самооценки у детей направлена на решение этих задач.

Занятия строятся в доступной и интересной форме. В основном используются **следующие методы:**

- ♦ Имитационные и ролевые игры;
- ♦ Психогимнастика;
- ♦ Рисуночные методы;
- ♦ Элементы групповой дискуссии;
- ♦ Техники и приёмы саморегуляции;
- ♦ Метод направленного воображения.

Отработка навыков проходит в три этапа:

- Получение информации о содержании того или иного навыка;
- Применение полученных знаний в конкретных ситуациях (отработка навыка);
- Перенос навыков, освоенных на занятиях, в повседневную жизнь ребенка.

Ожидаемые результаты:

- Улучшение психоэмоционального самочувствия детей;
- Развитие эмоционального интеллекта у детей;
- Улучшение психологического климата в коллективе.

Учебно - тематическое планирование

№	Тема	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Теоретическое занятие	Практическое занятие	Всего	
1	<i>Раздел 1: Для чего нам нужно внимание</i>	1		1	
2	Развитие внимания, мышления, моторики		1	1	Наблюдение

3	Развитие внимания, мышления, моторики		1	1	
4	Развитие речи, мышления, моторики		1	1	Занятие-беседа
5	Развитие речи, мышления, воображения		1	1	
6	Раздел 2: Для чего нам нужна речь	1		1	
7	развитие речи, мышления, памяти		1	1	
8	развитие внимания, мышления, моторики		1	1	Наблюдение
9	развитие мышления, речи, воображения		1	1	
10	развитие внимания, мышления, моторики		1	1	Занятие-беседа
11	Раздел 3: Для чего нам нужно мышление	1		1	
12	развитие мышления, речи, моторики		1	1	
13	развитие внимания, мышления, памяти		1	1	
14	развитие речи, мышления, моторики		1	1	
15	развитие внимания, мышления, воображения		1	1	Решение логических задач
16	Раздел 4: Для чего нам нужно воображение	1		1	
17	развитие внимания, мышления, памяти		1	1	
18	развитие мышления, речи, моторики		1	1	
19	развитие внимания, мышления, воображения		1	1	
20	развитие моторики, мышления, речи		1	1	Творческая мастерская
21	Раздел 5: Для чего нам нужна память	1		1	
22	развитие памяти, мышления, моторики		1	1	
23	развитие внимания, мышления, речи		1	1	
24	развитие памяти, мышления, моторики		1	1	
25	развитие речи, мышления, воображения		1	1	Тест
26	Раздел 6: Что такое моторика	1		1	
27	развитие памяти, мышления, речи		1	1	

28	развитие моторики, мышления, речи		1	1	Наблюдение
29	развитие памяти, воображения, моторики		1	1	
30	развитие мышления, речи, моторики		1		
31	развитие внимания, мышления, воображения		1		
32	развитие внимания, мышления, моторики		1		Графический диктант
33	развитие памяти, речи, внимания		1		
34	итоговый контроль		1	1	Тестовые задания
Итого:			6	28	34

Содержание программы

Раздел 1: Для чего нам нужно внимание

Знакомство с понятием «внимание». Развитие таких свойств внимания, как концентрация, устойчивость, объем, распределение и переключение. Способствовать переходу от непроизвольного внимания к произвольному.

Раздел 2: Для чего нам нужна речь

Развитие речи и связывание ее с другими познавательными процессами (мышление, память, внимание и т.д.). Развитие фонематического слуха, способности различать звуки в словах. Развитие умения грамотно излагать свои мысли. Работа над содержательностью, точностью и логикой речи.

Раздел 3: Для чего нам нужно мышление

Способствовать переходу от наглядно-образного к логическому мышлению. Развитие познавательной активности и общей осведомленности. Развитие таких мыслительных операций, как анализ и синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение, классификация.

Раздел 4: Для чего нам нужно воображение

Развитие творческого и воссоздающего воображения. Развитие умения мыслить нестандартно, прогнозировать возможные варианты развития событий. Использовать для развития воображения такие способы, как агглютинация, гиперболизация, схематизация, типизация, акцентирование. Развитие умения пользоваться синтезом и аналогией для создания образов.

Раздел 5: Для чего нам нужна память

Развитие кратковременной и долговременной памяти, зрительной и слуховой. Определение индивидуальных характеристик памяти детей; ее объема, модальности (зрительная, слуховая, моторная). Обучение мнемическим приемам организации запоминаемого материала: группировка, выделение опорных пунктов, составление плана, классификация, структурирование, схематизация, установление аналогий, мнемотехнические приемы, перекодирование, достраивание запоминаемого материала, серийная организация, ассоциации,

повторение. Знакомство с различными приемами запоминания и помощь в овладении теми из них, которые окажутся наиболее эффективными для каждого ребенка.

Раздел 6: Что такое моторика

Развитие крупной и мелкой моторики. Развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации. Развитие тактильной чувствительности рук детей. Сочетать игры и упражнения для тренировки пальцев с речью детей. Формирование элементарных специфических графических навыков. Подготовка руки ребенка к письму.

Литература

Крюкова С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь». Практическое пособие, Москва «Генезис», 2010г.

Материально-техническая база:

- столы, стулья;
- Мягкая игрушка (Дракончик);
- художественные принадлежности (бумага, карандаши, краски, кисти, баночки);
- магнитофон;
- различные аксессуары для создания костюмов.

