

Березовское муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №32»

**Рассмотрено**  
на педагогическом совете  
протокол №1 от 29.08. 2024г.

**Утверждаю**  
директор БМАОУ СОШ №32  
\_\_\_\_\_ О. В. Лылова  
Приказ № 90 от 29.08. 2024 г.

Лылова Ольга Валентиновна  
Валентиновна

Подписан: Лылова Ольга Валентиновна  
DN: C=RU, OU=директор, O=БМАОУ  
СОШ №32, CN=Лылова Ольга  
Валентиновна, E=bgo\_ou32@mail.ru  
Дата: 2024-08-30 13:52:34

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Здравствуй школа»**

Адаптационные занятия с первоклассниками

начальное общее образование  
срок реализации рабочей программы – 10 недель

Составила: педагог-психолог  
БМАОУ СОШ №32  
Свалова Оксана Сергеевна

г. Берёзовский 2024

## Содержание программы

1. Пояснительная записка
2. Содержание обучения.
3. Планируемые результаты по окончании изучения курса.
4. Календарно-тематическое планирование.
5. Учебно-методическое обеспечение

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Ребенок пришел в первый класс. Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребенка. Это важный момент в жизни маленького человека и всех его родных. Семья готовится к этому событию и готовит к нему ребёнка. Оправдаются ли надежды, будет ли ребёнок успешен в школе, будет ли он счастлив – от чего это зависит? Наверное, от множества причин – от готовности учиться в школе, от помощи родителей, от личных качеств самого начинающего ученика. И, конечно, от первого, самого начального опыта школьной жизни. Первые месяцы обучения в школе являются чрезвычайно сложными и напряженными. Ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит новый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой. Школа с первых же дней ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Некоторые первоклассники, даже с высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят нагрузку, к которой обязывает школьное обучение. Психологи указывают на то, что для многих первоклассников трудна социальная адаптация, так как не сформировалась еще личность, способная подчиняться школьному режиму, усваивать школьные нормы поведения, признавать школьные обязанности. В то же время именно в 1-ом классе закладывается основа отношения ребенка к школе и обучению. Адаптация ребенка к школе – довольно длительный процесс. Ни один месяц требуются для того, чтобы маленький ученик освоился в школе по-настоящему.

Адаптироваться к школе для первоклассника — задача не из легких. Происходит это у всех по-своему и, увы, не всегда гладко. В этом случае

возникает дезадаптация, то есть с нарушение механизмов «приспособления к школьной реальности».

Программа данного курса разработана на основе учебного пособия Н.В. Пилипко. Т.В. Громова, М.Ю. Чибисов «Адаптационные занятия с первоклассниками» и предназначена для психологической адаптации ребёнка к школьному обучению. Она включает в себя **10 уроков**, каждое из которых направлено на формирование и развитие таких психических процессов как внимание, память, мышление, а также предполагает привитие детям коммуникативных навыков, расширение словарного запаса, формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной Я-концепции детей, устойчивой самооценки. *Актуальность программы.* В последнее время появляется все больше детей, которые уже в начальной школе не справляются с программой обучения. Эти дети требуют к себе особого внимания и педагога, и психолога, так как отставание в начальной школе отрицательно сказывается на дальнейшем интеллектуальном и личностном развитии ребенка. Приход ребенка в школу связан с определенными трудностями привыкания к школьной жизни, одной из причин которых являются психологические особенности ребенка 6-7 лет. К ним относятся: несформированность произвольной деятельности, отсутствие навыков учебного труда и сотрудничества, недостаточно развитая саморегуляция поведения, большая эмоциональность в общении и др. 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 приспособляется к этим факторам, мобилизуя для этого систему адаптивных реакций. Школа с первых же дней ставит перед ребенком ряд задач. Ему необходимо успешно овладевать 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. Некоторая часть первоклассников испытывает трудности,

прежде всего в налаживании взаимоотношений с учителем и одноклассниками, что нередко сопровождается низким уровнем овладения школьной программой. В выражении их лиц виден эмоциональный дискомфорт: печаль, тревога, напряженность типичны для них. Неадаптированность обучающихся к школе связана, с поведенческими проблемами – низкое усвоение школьных норм поведения. На уроках эти дети невнимательны, часто не слушают объяснения учителя, отвлекаются на посторонние занятия и разговоры, если же они сосредотачиваются на задании, то выполняют его правильно. На перемене происходит разрядка напряжения: они бегают, кричат, мешают другим ребятам. Все это постепенно приводит к их изоляции, все чаще в поведении проявляются вспышки гнева, злости по отношению к одноклассникам. 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 обучающихся в последующие годы. В этом и заключается актуальность программы.

**Концепция программы.** Главным фактором, влияющим на успешность усвоения знаний у первоклассников, является адаптированность к школьным условиям. Поступление в школу, смена обстановки предъявляют повышенные требования к психике ребенка и требуют активного приспособления к этой новой общественной организации. Не у всех детей оно происходит безболезненно, это может определяться состоянием ребенка, психологической готовностью к обучению. Учебная деятельность эффективнее осуществляется в условиях игры, наличия элементов соревновательности. Первоклассник хорошо запоминает, когда не только слышит информацию, но и видит наглядное отображение, имеет возможность потрогать носитель информации. Внимание и память в основном произвольны. Главная особенность детей этого возраста – первичное осознание позиции школьника прежде всего через новые обязанности, которые ребенок учится выполнять. Присутствует острое желание быть успешным в учебе, что для ребенка означает «быть хорошим и любимым». Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимает их причины.

### ***Цели программы:***

1. способствовать адаптации обучающихся к школьному обучению
2. способствовать полноценному психическому и личностному развитию школьника;
3. способствовать созданию условий для успешного освоения образовательных программ и формирование позитивной Я-концепции личности, что предполагает раскрытие творческого потенциала, формирование и развитие познавательных потребностей, социальной ответственности, развития индивидуальности каждого учащегося.

Психологическая программа адаптации детей к школе строится с учетом следующих содержательных линий:

1. Развитие самосознания, эмоционального благополучия ребенка.
2. Развитие коммуникативной компетентности.
3. Развитие познавательных способностей детей.
4. Развитие психических процессов: памяти, внимания, мышления.
5. Развитие знаний об окружающем мире.
6. Сохранение и укрепление психического здоровья.

### ***Основные задачи курса***

Формирование навыков учебной деятельности, развитие познавательных процессов и стимулирование желания учиться в школе, воспитание устойчивого внимания, наблюдательности, организованности, развитие у детей способности к анализу и синтезу, к самоконтролю, развитие творческого мышления, воспитание стремления оказывать друг другу помощь, расширение представлений детей об окружающей действительности, развитие наглядно-образного и логического мышления, произвольного внимания, зрительно-слухового восприятия, воображения, мелкой моторики и координации движения рук, умения ориентироваться в пространстве и во времени формирование навыков эффективного межличностного общения в сфере «взрослый – ребенок», «ребенок – ребенок», формирование эмоционально-положительного отношения обучающихся к совместной деятельности с педагогом.

***В основу программы положены следующие принципы:***

Принцип доступности – соотнесение содержания и методов обучения возрастным особенностям обучающихся.

Принцип наглядности – использование образов при обучении. Зрительный анализатор у значительной части обучающихся является ведущим, и зрительное представление информации является более емким, потому обеспечивает лучшее понимание знаний. Использование образов других модальностей (слуховой, кинестетической) также повышает эффективность обучения.

Принцип активности в обучении – эффективное усвоение знаний обучающимися происходит только тогда, когда они проявляют активность в учении.

Принцип связи учебного материала с жизнью – психологические понятия и закономерности иллюстрируются примерами из реальной жизни.

Системно-деятельностный и личностный подходы в обучении предполагают активизацию познавательной деятельности каждого ребенка с учетом его возрастных и индивидуальных особенностей.

Основной акцент программы – это формирование практических психологических умений, направленных на успешную адаптацию к жизни и социальной среде, на личностное самопонимание и развитие обучающихся. Изучаются темы, представляющие непосредственный практический интерес. Используются методы. Обсуждение, практические упражнения, игры, проективные методы рисуночного и вербального типов, метод индивидуальной и групповой работы.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

Личностные:

- наличие положительного эмоционального отношения к школе и поступлению в школу;
- проявление особого интереса к новому, необычному;
- приобретение начальных навыков социокультурной адаптации в новых условиях пребывания;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие со сверстниками) при решении различных творческих задач;

- проводить самооценку и оценку выполненных заданий, действий, обосновывая её по критериям;
- выработать умение договариваться друг с другом;
- обращаться друг к другу за помощью.

Коммуникативные УУД. Учащиеся научатся:

- отвечать на вопросы, задавать вопросы для уточнения непонятого;
- комментировать последовательность действий;
- выслушивать друг друга, договариваться, работая в паре;
- участвовать в коллективном обсуждении;
- уметь выражать свои мысли;
- уметь вести дискуссии;
- выполнять совместные действия со сверстниками и взрослыми при реализации творческой работы.

Учащиеся получат возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к увиденному и услышанному;
- быть терпимыми к другим мнениям, учитывать их в совместной работе;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре;

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема	Количество часов	Дата изучения
1. Знакомство. Квест-игра «Знакомство со школой»	1	1 неделя
2. Правила школьной жизни	2	2 неделя, 3 неделя
3. Школьник и дошкольник	1	4 неделя
4. Для чего ходят в школу	1	5 неделя
5. Оценка	1	6 неделя
6. Учимся работать дружно	2	7 неделя, 8 неделя
7. Первокласное путешествие	2	9 неделя, 10 неделя

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 64075045638428745403327213019230093705736652741

Владелец Лылова Ольга Валентиновна

Действителен с 27.04.2024 по 27.04.2025