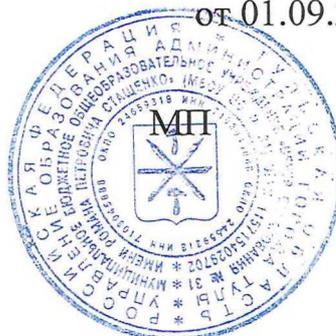


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования № 31 имени Романа Петровича Стащенко»**

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом директора  
от 01.09.2021 № 545-а



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**коррекционно-развивающих занятий по адаптации**  
**первоклассников к школьному обучению**  
**«Мы-первоклассники»**

Принята на заседании педагогического совета, протокол  
от 27.08.2021 № 1

Рассмотрена и рекомендована к утверждению  
Протокол заседания СПШС от «30» августа 2021 г. № 1

## Аннотация к программе

Начало школьной жизни – серьезное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс, связанное с резким изменением образа жизни и ведущей деятельности детей. Успешная адаптация обучающихся положительно влияет на учебный процесс, мотивирует к получению новых знаний, умений, навыков, позволяет легко влиться в новый коллектив и завести друзей.

Адаптация – естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. В самом распространенном своем значении школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности.

Значение этого периода вхождения в непривычную для детей жизненную ситуацию проявляется в том, что от благополучности его протекания зависит не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению. Не у всех детей процесс адаптации происходит безболезненно. В первые месяцы школьной жизни многие дети испытывают трудности в приспособлении к новым условиям школьной жизни. У обучающихся отмечаются проблемы с дисциплиной, возникают трудности в усвоении учебной программы, в общении с учителем и сверстниками. Поэтому коррекционно-развивающая работа, направленная на обеспечение успешной адаптации ребенка к обучению в школе актуальна и особенно важна.

Для содействия обучающимся в социально-психологической адаптации к школьному обучению разработана коррекционно-развивающая программа «Мы – первоклассники».

Программа коррекционно-развивающих занятий «Мы-первоклассники» направлена на знакомство обучающихся с школой и правилами школьной жизни; на развитие познавательных процессов, развитие графо-моторных навыков, развитие эмоциональных и коммуникативных сфер, развитие навыка

самоконтроля и саморегуляции. Программа предназначена для детей младшего школьного возраста (7-8 лет).

Основной целью программы является создание благоприятных условий для успешной адаптации обучающихся к ситуации школьного обучения.

Занятия по программе «Мы-первоклассники» способствуют решению следующих задач:

1. Помочь детям осознать себя в роли ученика; познакомить их с правилами школьной жизни; с правилами поведения на уроках и переменах; с правилами общения со взрослыми и сверстниками;
2. Развивать учебную мотивацию;
3. Развивать познавательные процессы;
4. Развивать эмоциональную и коммуникативную сферу;
5. Развивать мелкую моторику, графические навыки;
6. Обучать навыкам самоконтроля и саморегуляции.

Данная программа предназначена для обучающихся 1 класса. Программа занятий рассчитана на 6 часов 40 мин (1 раз в неделю по 40 мин). Срок реализации программы – 3 месяца.

## Пояснительная записка

В системе образования Российской Федерации в основе ФГОС ДО и ФГОС НОО лежит единая теоретическая основа – «системно-деятельностный подход», который рассматривает воспитание и развитие личности; формирование готовности к саморазвитию и непрерывному обучению; познавательную, активную деятельность детей; построение образовательного процесса с учетом возрастных, психологических, физиологических и индивидуальных особенностей обучающихся.

Начало систематического обучения в школе, несет за собой изменения в привыкшие условия жизни и деятельности детей – новые социальные контакты, новые взаимоотношения, обязанности. Препятствия жизни ребенка подвергается изменениям, на смену играм приходят ежедневные занятия, ведущей становится учебная деятельность, возрастает психоэмоциональная нагрузка, все его внимание сосредотачивается на учебной деятельности, школьных делах и требованиях.

Адаптация к школе – длительный, ответственный и сложный этап в жизни первоклассника, как в социально-психологическом, так и физиологическом плане, который подразумевает за собой привыкание к новым условиям школьной жизни.

Проблемой адаптации к школе занимались и занимаются ученые, педагоги, психологи, медики: Ш.А. Амонашвили, Н.Г. Лусканова, Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, М.М. Безруких, Г.М. Андреева, Л.И. Божович, Н.Г. Салмина, Н.В. Дубровинская, А.Я. Варламова, С.И. Семенака, Е.Е. Кравцова и др.

Согласно М.М. Безруких, процесс адаптации ребенка к школе можно разделить на несколько этапов, каждый из которых имеет свои особенности:

- Первый этап характеризуется бурной реакцией и напряжением всех систем организма. В основном длительность этого этапа 1-3 недели.
- Второй этап определяется как неустойчивое приспособление (когда организм ребенка ищет или находит оптимальные варианты реакций на такие воздействия). Здесь затраты снижаются, реакция начинает затихать.

- Третий этап характеризуется тем, что определяется период устойчивого приспособления, то есть, когда организм первоклассника находит подходящие варианты реагирования на нагрузку.

Социально-психологическое сопровождение играет значительную роль в развитии ребенка, его адаптации к школе. Психологическое сопровождение способствует своевременному выявлению и преодолению имеющихся школьных трудностей, созданию благоприятных условий для успешной адаптации, развитию когнитивной, эмоционально-волевой сферы, коммуникативных сфер, сохранению физического и психического здоровья.

Основой успешной адаптации первоклассника является: установление контакта с учителем и с одноклассниками; умение овладевать своими навыками в учебной деятельности; сохранение психического, социального, физического здоровья ребенка; формирование правильного поведения. Детям, испытывающим трудности на начальном этапе обучения необходима не только поддержка родителей, близких людей, но и психологическая помощь.

Программа коррекционно-развивающих занятий с первоклассниками направлена на создание благоприятных условий для успешной адаптации детей, повышения их уровня мотивации к учебной деятельности, развития когнитивной сферы, эмоционально-волевой сферы, коммуникативных навыков, поскольку именно в них закладываются познавательные способности, а познавательные процессы приобретают произвольность и осмысленность, развивается учебная деятельность.

**Цель программы:** создание благоприятных условий для успешной адаптации обучающихся к ситуации школьного обучения, для организации взаимодействия между детьми как предпосылки формирования навыков учебного сотрудничества.

**Задачи программы:**

1. Оказать помощь детям в осознании себя в роли ученика и принятии правил школьной жизни;
2. Развивать учебную мотивацию;
3. Развивать познавательную активность, произвольное внимание;

4. Развивать познавательные процессы;
5. Развивать мелкую моторику и графо-моторные навыки;
6. Развивать эмоциональную и коммуникативную сферу;
7. Обучать навыкам самоконтроля и саморегуляции.

**Условия, количество и периодичность занятий:**

Начало занятий с учащимися первых классов проводится с ноября месяца по март. Коррекционно-развивающие занятия проводятся в группе до 10 человек, 1 раз в неделю по 40 минут. В целом программа состоит из 10 занятий. Кроме этого параллельно с занятиями осуществляется индивидуальное сопровождение учащихся, а также проводятся консультации для педагогов и родителей.

**Форма работы:** групповая.

**Основные методы:** игры, упражнения, задания, беседа, дискуссия, арт-терапия, сказкотерапия.

**Оборудование занятий:** плакат «Правила поведения на занятии», кабинет с партами и стульями, свободной зоной для групповых упражнений в кругу; мяч, карточки, тетрадь с заданиями, цветные карандаши, фломастеры, бумага, ластик; мультимедийные устройства (ноутбук, флэшка, колонки, диски), фотоаппарат.

В основу занятий включены игры, упражнения, задания, сказки, рассказы, направленные на содействие успешной адаптации обучающихся, изменение отношения детей к правилам поведения в школе, внимательного и уважительного отношения друг к другу, снижения уровня школьной тревожности и повышения самооценки, развития рефлексивной позиции, формирование познавательных процессов, мелкой моторики, графических навыков.

В коррекционно-развивающей программе особое внимание уделено подбору литературных произведений сказочного содержания. Стимульный материал на основе сказок является эффективным инструментом воздействия, способствующим формированию коммуникативных умений, необходимых для успешного процесса общения; развитию личностно-волевой сферы; развитию познавательной активности.

**Структура коррекционно-развивающих занятий включает в себя следующие этапы:**

- Вводная часть: ритуал приветствия, ознакомление с темой занятия, определение настроения, создание благоприятной атмосферы, положительного эмоционального настроя, познавательной активности.
- Основная часть: игры, задания, упражнения на развитие познавательных процессов, произвольного внимания, эмоционально-волевой сферы, пространственных представлений, графо-моторных, коммуникативных навыков, сплочение коллектива; сказки, рассказы по школьной тематике: отношение к урокам, отношения к учителям и одноклассникам, правила поведения и общения, школьные конфликты.
- Физкультминутка: двигательные упражнения, пальчиковая гимнастика.
- Заключительная часть: подведение итога занятия, рефлексия, ритуалы.

Программа коррекционно-развивающих занятий составлена в соответствии с требованиями Закона «Об образовании», Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) начального общего образования и направлена на формирование у обучающихся универсальных учебных действий (УУД) как способности к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта.

Занятия построены на постоянной смене видов деятельности: задания, требующие сосредоточенности, сменяются заданиями на скорость реакции, затем дается задание на время. Далее идут упражнения на развитие произвольности. Сидение за партой сменяется подвижными играми-упражнениями, и наоборот. Также для успешной реализации данной программы необходимо соблюдать четкую, повторяющуюся структуру занятий, введение и соблюдение правил, ритуалов, временного регламента.

**Ожидаемый результат:** формирование УУД через адаптацию к новым социальным условиям в школьной среде (помощь в установлении эмоционального контакта, позитивного настроения, положительного самочувствия учащихся в классном коллективе, снижение тревожности; повышение мотивации к обучению; развитие познавательных процессов).

### **Этапы реализации программы:**

#### 1. Диагностический блок:

- Для изучения особенностей адаптации первоклассников к школе применяется опросник Л.М. Ковалевой.
- Диагностика регулятивных и познавательных УУД («Тест школьной зрелости» П.Я. Кеэс; Методика «Графический диктант» Д.Б. Эльконин);
- Диагностика коммуникативных УУД (Методика «Рукавички» Г.А. Цукерман).
- Диагностика личностных УУД (Анкета «Готовность к школе» Н.Г. Лусканова; Цветовой тест М. Люшера; Цветовой тест отношений А.М. Эткинда).

2. Коррекционный. Проведение групповых коррекционно-развивающих занятий.

3. Контрольный. Оценка эффективности реализации программы, проведение вторичной диагностики.

### **Список литературы**

1. Куражева Н. Ю., Козлова И.А.. Приключения будущих первоклассников: психологические занятия с детьми 6-7 лет. — СПб.: Речь, 2007.
2. Панфилова М.А. Лесная школа: Коррекционные сказки и настольная игра для дошкольников и младших школьников.- М.: Сфера ТЦ, 2002.
3. Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития младших школьников (Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся 1 класса). – М.: «Ось-89», 2006.

4. Подрезова И.А. Школа умелого карандаша. Рабочая тетрадь по развитию графических навыков у детей 5-7 лет с речевыми нарушениями/ И.А. Подрезова. – М.: Издательство Гном, 2017.

### Тематическое планирование групповых коррекционно-развивающих занятий в период с ноября по февраль

№	Тема занятия	Цели	Содержание занятий	Кол-во мин
1	«Теперь Я – школьник»	создание положительного эмоционального фона, сплочение группы; знакомство детей друг с другом, педагога с детьми; введение детей в игровую атмосферу занятия; осознание различий в позициях “дошкольник” и “школьник”.	Упражнение «Приветствие в кругу». Упражнение «Знакомство». Упражнение «Представление по кругу». Просмотр сказки М.А. Панфиловой «Создание Лесной школы». Беседа, знакомство с понятием «Психология». Задание «Мое настроение». Рисунок «Я - школьник». Подведение итога.	40
2	«Школьный распорядок»	продолжение знакомства детей друг с другом, сплочение коллектива; закрепление правил и принятия детьми ответственности за их соблюдение; развитие произвольного внимания, логического мышления, воображения, графомоторных навыков.	Игра «Снежный ком». Ознакомление с правилами работы на занятиях. Просмотр сказки М.А. Панфиловой «Смешные страхи». Обсуждение сказки. Физкультминутка «Зарядка». Задание «Калейдоскоп настроения». Упражнение «Графический диктант». Подведение итога.	40
3	«Школьные правила»	знакомство со школьными правилами поведения, их закрепление; формирование рабочего настроения; сплочение группы; развитие логического мышления, произвольного внимания, графомоторных навыков, коммуникативных способностей.	Упражнение «Комплименты». Игра «Встаньте те, кто...». Просмотр сказки М.А. Панфиловой «Школьные правила». Задание «Правила в школе». Физкультминутка «Четыре стихии». Задание «Рисование по клеткам». Задание «Найди и посчитай». Подведение итога.	40
4	«Игры в школе»	формирование представления о безопасных играх в школе, создание рабочей атмосферы, развития эмоционального	Упражнение «Имя и цветок». Игра «Урок и перемена». Просмотр сказки М.А. Панфиловой «Игры в школе». Физкультминутка «Как живешь?». Задание	40

		самоконтроля; развитие произвольного внимания, логического мышления, графотомоторных навыков, двигательной координации.	«Полянки». Задание «Раскрась по образцу». Подведение итога. Упражнение «Самый-самый».	
5	«Школьные оценки»	закрепление представления о школьных оценках, формирование позитивного отношения к школьным оценкам; создание благоприятной эмоциональной атмосферы в группе; развитие мелкой моторики, графотомоторных навыков, произвольного внимания.	Упражнение «Я рад вас видеть!». Игра «Воздух, земля, вода». Просмотр сказки М.А. Панфиловой «Школьные оценки». Пальчиковая гимнастика «Листочки». Задание «Графический диктант». Задание «Найди и посчитай». Задание «Сюжетные картинки». Подведение итога.	40
6	«Мир чувств и эмоций»	формирование позитивного отношения к школе; осознание и принятие детьми своих чувств и эмоций, переживаний, связанных со школой; развитие двигательной координации, произвольного внимания, воображения, логического мышления.	Упражнение «Снежный ком». Игра «Что я чувствую в школе?». Просмотр сказки М.А. Панфиловой «Шапка невидимка». Физкультминутка «В наших тепленьких сапожках». Задание «Штриховка». Задание «Рисование по клеткам». Задание «Новогодняя сказка». Подведение итогов.	40
7	«Зачем мы ходим в школу?»	формирование школьной мотивации учащихся; развитие коммуникативных навыков; сплочение группы; развитие графотомоторных навыков, произвольного внимания, пространственной ориентировки.	Упражнение «Мое настроение». Игра «Дотронься до...». Просмотр сказки М.А. Панфиловой «Ленивец». Физкультминутка «Кодирование движений». Задание «Рисование фигур по точкам». Задание «Найди спрятанные буквы». Упражнение «Для чего ходят в школу». Упражнение «Спасибо за прекрасный день».	40
8	«Трудности первоклассника»	знакомство со школьными трудностями, предоставление возможности детям отреагировать на негативные эмоции; формирование представления о том, что любые трудности преодолимы; развитие: произвольного внимания, двигательной координации,	Упражнение «Имя и фрукт». Игра «Руки-ноги». Сказка М.А. Панфиловой «Драки». Психогимнастическое упражнение «Дождик». Задание «Графический диктант». Задание «Найди и посчитай». Подведение итогов. Упражнение «Подари свою улыбку».	40

		графомоторных навыков, пространственной ориентировки, логического мышления.		
9	«Учиться – это здорово!»	формирование мотивации к обучению; развитие положительной самооценки; развитие произвольного внимания, логического мышления, пространственной ориентировки, графомоторных навыков.	Упражнение «На что похоже настроение?» Игра «Противоположности». Сказка М.А. Панфиловой «Грубые слова». Физкультминутка «Цветы, деревья, птицы». Задание «Графический диктант». Задание «Поиск предметов». Игра «Запрещенное движение». Подведение итогов.	
10	Подведение итогов	закрепление представлений о понятии «Школьник»; развитие познавательных процессов: внимания, мышления, воображения; развитие двигательной координации, графомоторных навыков.	Упражнение «Добрый день». Упражнение «Портрет школьника». Сказка М.А. Панфиловой «Гордость школы». Физкультминутка «Веселая зарядка». Задание «Раскрасьте по образцу». Задание «Найдите спрятанные буквы». Подведение итогов. Упражнение «Волшебное дерево».	40