

**Государственное бюджетное учреждение
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Пушкинского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Протокол № 2 от 03.11.2023г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 36 о/д от 24.11.2023
Директор ГБУ ЦППМСП
Володарская М.И.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
для младших школьников
«РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА,
НАВЫКОВ ОБЩЕНИЯ СО СВЕРСТНИКАМИ И ВЗРОСЛЫМИ»**

**Возраст учащихся: 9-10 лет
Срок реализации: 27 часов**

Составитель:
Грин О.В.,
педагог - психолог

Санкт – Петербург

2023

Содержание

	Страница
Пояснительная записка	3
Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана программа:	3
Направленность программы:	3
Актуальность и практическая значимость программы	3
Возраст обучающихся:	3
Цель программы:	3
Условия реализации программы:	4
Ожидаемые результаты:	4
Оценка результативности	4
Организационно-педагогические условия	4
Учебно-тематическое планирование	5
Содержание программы с учетом дистанционной формы реализации	7
Литература	11
Приложение	

1. Пояснительная записка.

1.1 Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана программа:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1008 от 29.08.2013 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 4 июля 2014 г. N 41)
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 "О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей"

2. Направленность программы: социально-психологическая адаптация учащихся младших классов.

3. Актуальность и практическая значимость программы

Сегодня необходимость проведения в школьной практике занятий, направленных на сохранение и укрепление психологического здоровья учащихся младшей школы становится очевидной. Учитывая, что дети данного возраста характеризуются повышенной ранимостью к средовым факторам и еще не вполне сформировавшийся организм детей не всегда способен адекватно реагировать на сильные, продолжительные воздействия, становится актуальным проведение профилактических занятий, направленных на развитие личности ребенка.

Способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей формируется у детей лишь по мере личностного развития. Актуальность данной программы состоит в необходимости развития у детей способности к осознанию и контролю своего поведения и чувств, а также способности к пониманию эмоциональных переживаний других людей.

4. Возраст обучающихся:

Возраст 9-10 лет.

5. Цель программы: формирование адекватных способов поведения, способствующих полноценной социально-психологической адаптации учащихся.

6. Условия реализации программы:

В данной программе оптимальной формой организации обучающей среды является специально организованное обучение в созданных условиях для формирования коммуникативных умений в подростковом возрасте.

Учащиеся 9-10 лет зачисляются на курс занятий продолжительностью 7 месяцев после прохождения диагностического обследования педагогом-психологом ЦППМСП, собеседования с классным руководителем.

Занятия проводятся с периодичностью 1-2 раза в неделю в отдельном помещении, достаточно просторном, чтобы дети имели достаточно места для упражнений, требующих их перемещения.

Количество занятий – 27, периодичность 1-2 раза в неделю, продолжительность одного занятия – 1ч.

В условиях особой санитарно-эпидемиологической обстановки реализация программ может осуществляться с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

7. Ожидаемые результаты:

формирование у детей навыков общения; формирование навыков коррекции собственного поведения; формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я»; формирование адекватных форм поведения в школе; формирование навыков сотрудничества.

8. Оценка результативности

Основным средством оценки эффективности программы является анализ результатов диагностического материала, полученного до начала занятий по программе и после окончания по следующим методикам:

1. Анкета, направленная на выявление школьной дезадаптации у младших школьников. (Практическая психология в начальной школе.-М.:ТЦ «Сфера», 1998.-240с.)
2. Методика ранжирования признаков средовой адаптации (дезадаптации) ребенка. (Практическая психология в начальной школе. М.:ТЦ «Сфера», 1998.-240с.)
3. Анкета, направленная на оценку уровня школьной мотивации. (Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении. М.1993)
4. Рисунок на тему «Что мне нравится в школе». (Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении. М.1993).

9. Организационно-педагогические условия

Занятия могут проводиться на базе ЦППМСП, на базе ОУ по договоренности с администрацией при наличии отдельного, просторного помещения, наличии необходимого оборудования.

В соответствии с Положением от 26.03.2020 №44 об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных программ в ГБУ ДО

ЦППМСП Пушкинского района Санкт-Петербурга:

При работе на ПЭВМ для профилактики развития утомления необходимо осуществлять комплекс профилактических мероприятий в соответствии с СанПиН 22.2/2.4.1340—03; СанПиН 2.4.4.3172-14.

-Во время перемен следует проводить сквозное проветривание с обязательным выходом обучающихся из помещения, где проводилось занятие.

-Внеучебные занятия с использованием ПЭВМ рекомендуется проводить не чаще 2-х раз в неделю общей продолжительностью:

- для обучающихся 2-5х классов – не более 60 мин.

10. Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	часы		
		Очно	Дистанционно	
			Онлайн	Самостоятельная работа
I.	Входная диагностика	1ч	15мин	45мин
II.	Занятия с учащимися			
1	Знакомство.Создание доверительной обстановки.	1ч	15мин	45мин
2	Беседа о доверии и дружбе.	1ч	15мин	45мин
3	Как быть внимательным к себе и другим.	1ч	15мин	45мин
4	Наши чувства.	1ч	15мин	45мин
5	Умение понимать свое эмоциональное состояние.	1ч	15мин	45мин
6	Развитие эмоциональной сферы.	1ч	15мин	45мин
7	«Качества людей».	1ч	15мин	45мин
8	Повышение самооценки.	1ч	15мин	45мин
9	Осознание своеобразия каждого.	1ч	15мин	45мин
10	Умение видеть хорошие качества окружающих.	1ч	15мин	45мин
11	Осознание особенности позиции ученика.	1ч	15мин	45мин
12	Отреагирование чувств.	1ч	15мин	45мин
13	Закрепление осознания особенности позиции ученика	1ч	15мин	45мин

14	«Моя семья».	1ч	15мин	45мин
15	Формирование позитивного отношения к семье.	1ч	15мин	45мин
16	Осознание качеств настоящего друга.	1ч	15мин	45мин
17	Умение видеть достоинства другого человека.	1ч	15мин	45мин
18	Осознание собственного умения дружить.	1ч	15мин	45мин
19	Умения принимать чувства другого человека в конфликтной ситуации.	1ч	15мин	45мин
20	Закрепление полученных навыков	1ч	15мин	45мин
21	Формирование представления о понятии «сотрудничество».	1ч	15мин	45мин
22	Формирование навыков сотрудничества.	1ч	15мин	45мин
23	Закрепление навыков сотрудничества.	1ч	15мин	45мин
24	Закрепление навыков по темам «Наши чувства», «Наши качества», «Мы и наша школа».	1ч	15мин	45мин
25	Закрепление навыков по темам «Моя семья», «Я и мои друзья», «Сотрудничество».	1ч	15мин	45мин
III.	Итоговая диагностика	1ч	15мин	45мин

11.Содержание программы с учетом дистанционной формы реализации

№ п/п	Тема	Содержание	
		Онлайн 15 мин	Самостоятельная работа 45 мин
1	Знакомство.Создание доверительной обстановки.	Создание доверительной атмосферы в группе. Определение правил поведения. Каждый называет свое имя + отвечает на вопрос «Что в себе больше всего нравится»?	Рисунок - автопортрет, отражающий важные и интересные стороны жизни по мнению ребенка.
2	Беседа о доверии и дружбе.	Мини – рассказ каждого участника о себе.	Придумать интересную историю про всех участников группы. Можно зарисовать.
3	Как быть внимательным к себе и другим.	Игра «Двадцать вопросов»	Поиграть на переменках с одноклассниками в игру «Зеркало»
4	Наши чувства.	Ведущий показывает детям рисунки с изображением чувств, дети называют чувства и передают их при помощи мимики.	Нарисовать сценку из жизни, которая вызвала наибольшую радость.
5	Умение понимать свое эмоциональное состояние.	Ведущий показывает детям рисунки с изображением трех различных чувств. Участникам нужно сочинить рассказ, герой которого в начале, в середине и в конце истории испытывал бы те же чувства, что представлены на картинках.	Решить психологические примеры: -)обида+злость=(ссора) -)обида+грусть=(слезы) -)радость +интерес=(дружба) Также придумать три своих примера.
6	Развитие эмоциональной сферы.	Желающий ребенок рассказывает о случае из своей жизни, остальные участники пробуют назвать то чувство, которое испытывал ребенок в той ситуации.	Каждый вечер до следующего занятия ребенок пробует называть для себя те чувства, которые он испытал за день.
7	«Качества людей».	Мини-лекция о качествах людей. Игра «Какие качества задуманы?»	На вырезанном изображении сердца ребенок указывает свои

			самые лучшие качества и сильные стороны.
8	Повышение самооценки.	Дети вспоминают хорошие качества, которые имеются у всех учеников. Ведущий записывает их на подготовленный лист ватмана.	Придумать рассказ об идеальном себе, то есть обладающим всеми желаемыми качествами. Поделиться с друзьями, родителями.
9	Осознание своеобразия каждого.	Мини-лекция «Все мы чем-то похожи, все мы разные». Упражнение «Художник».	Придумать рекламу себе.
10	Умение видеть хорошие качества окружающих.	Мини-лекция «Люди с разными качествами в одинаковых ситуациях ведут себя по-разному». Упражнение «Как ведет себя человек»?	Упражнение «Я желаю добра»
11	Осознание особенности позиции ученика.	Упражнение «Что делает ученик»?	Упражнение «Неоконченное упражнение» -)мне нравится в школе то, что -)мне не нравится в школе то, что -)если бы я был директором -)если бы я был учителем
12	Отреагирование чувств.	Упражнение для отреагирования чувств в отношении учителя «Неоконченные предложения»	Нарисовать свой класс и учителя так, чтобы каждый был каким-нибудь животным.
13	Закрепление осознания особенности позиции ученика	Каждый участник максимально подробно представляет своего одноклассника, описывая его качества. Ведущий следит, чтобы описание имело положительный эмоциональный окрас.	Рисунок «Школа на планете Наоборот»
14	«Моя семья».	Упражнение «Неоконченные предложения»	Нарисовать свою семью в сказочных образах. Мультфильм https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14618536157769792959&from=tabbar&p=3&parent-reqid=1598378276890147-723521407861144495400281-prestable-app-host-sas-web-yp-

			150&text=%D0%BC%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%84%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D0%BC+%D0%BF%D1%80%D0%BE+%D1%81%D0%B5%D0%BC%D1%8C%D1%8E+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9
15	Формирование позитивного отношения к семье.	Заранее попросить детей приготовить фотографии родных. Желающие рассказывают про свои семьи.	Придумать рассказ «Почему я важен для своей семьи?»
16	Осознание качеств настоящего друга.	Мини-лекция «Качества настоящего друга». Упражнение «Подарок».	Поделиться с другом рассказом о том, что в нем нравится. Мультфильм про дружбу https://yandex.ru/video/preview/?filmid=9991086094300605501&from=tabbar&p=1&reqid=1598379104961637-706429864341588655800128-man2-6070&suggest_reqid=94057299158131990991483008002692&text=%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9+%D0%BC%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%84%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D0%BC+%D0%BF%D1%80%D0%BE+%D0%B4%D1%80%D1%83%D0%B6%D0%B1%D1%83
17	Умение видеть достоинства другого человека.	Упражнение «Я сделал дело хорошо»	Рассказать одноклассникам об их достоинствах. Можно написать записки.
18	Осознание собственного умения дружить.	Совместное обсуждение «Что значит понимать другого?»	Упражнение «Рецепт приготовления друга»
19	Умения принимать чувства другого человека в конфликтной ситуации.	Упражнение «Чувства-ассоциации»	Вспомнить ситуации, когда вас обидели и не извинились. Вспомнить людей, перед которыми вовремя не извинились. По возможности сделать это.
20	Закрепление полученных навыков	Упражнение «Я сегодня обрадовался встрече с..., потому что...»	Придумать рассказ «Какой я друг». Можно подкреплять историями из прошлого опыта.
21	Формирование	Мини-лекция	Обсудить с

	представления о понятии «сотрудничество».	«Сотрудничество». Желаящие рассказывают примеры сотрудничества.	одноклассниками в каких ситуациях особенно важно проявлять сотрудничество.
22	Формирование навыков сотрудничества.	Упражнение «Передай чувство»	Вылепить из пластилина скульптуру «Сотрудничество»
23	Закрепление навыков сотрудничества.	Упражнение «Что мы хотим пожелать друг другу?»	Рисунок на тему «Мой класс»
24	Закрепление навыков по темам «Наши чувства», «Наши качества», «Мы и наша школа».	Рефлексия по темам: «Наши чувства» «Наши качества» «Мы и наша школа»	Придумать рассказ о себе «Я – гуру общения»
25	Закрепление навыков по темам «Моя семья», «Я и мои друзья», «Сотрудничество».	Рефлексия по темам: Моя семья» «Я и мои друзья» «Сотрудничество»	Составить портрет ребенка, умеющего эффективно общаться. Нарисовать и описать.