

**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 социального тренинга для дошкольников и
младших школьников
«СОТРУДНИЧЕСТВО»**

Возраст учащихся: 6-11 лет

Срок реализации: 21 час

Составитель:
Касаткина Н.В.,
педагог - психолог

Санкт – Петербург
2023

Содержание

Пояснительная записка.....	Ошибка! Закладка не определена.
Цель	5
Задачи.....	5
Актуальность.....	6
Адресат.....	7
Отличительные особенности программы.....	7
Для дошкольников	7
Для школьников	Ошибка! Закладка не определена.
Принципы проведения занятий	8
Оценка результативности.....	8
Для дошкольников	9
Для школьников	9
Организационно-педагогические условия	10
Условия реализации программы	10
Учебно-тематическое планирование	11
Литература.....	Ошибка! Закладка не определена.3
Список литературы, рекомендуемый для специалистов:	Ошибка! Закладка не определена.3
Список литературы, рекомендуемый для родителей	Ошибка! Закладка не определена.3

Пояснительная записка.

Разработка концепции развития универсальных учебных действий в системе общего образования отвечает новым социальным запросам. Целью образования становится общекультурное, личностное и познавательное развитие учащихся.

Изменение парадигмы педагогического образования и превращение его по существу в образование психолого-педагогическое, означает необходимость такого содержания, которое позволит осуществлять в процессе своей профессиональной деятельности обучение, ориентированное на развитие учащихся, учет их особенностей и всестороннее раскрытие их интеллектуального и личностного потенциала.

Новый стандарт выделяет в качестве основных образовательных результатов компетенции: предметные, метапредметные и личностные. Необходимость измерения метапредметных компетенций и личностных качеств потребует создания системы диагностики результатов образовательного процесса, а технологии формирования и измерения указанных компетенций становятся основным предметом деятельности школьного психолога.

Приоритетным направлением новых образовательных стандартов является реализация развивающего потенциала начального образования, актуальной задачей становится обеспечение развития универсальных учебных действий как собственно психологической составляющей ядра образования. Изменение парадигмы педагогического образования и превращение его по существу в образование психолого-педагогическое, означает необходимость такого содержания, которое позволит осуществлять в процессе своей профессиональной деятельности обучение, ориентированное на развитие учащихся, учет их особенностей и всестороннее раскрытие их интеллектуального и личностного потенциала.

В связи с этим важное место в образовательном процессе занимают психическое здоровье учащихся, индивидуализация образовательных маршрутов, создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды. Введение нового стандарта общего образования существенно изменяет всю образовательную ситуацию в школе, определяя точное место формам и видам приложения психологических знаний в содержании и организации образовательной среды школы, что делает обязательной, конкретной и измеримой деятельность школьного психолога как полноценного участника образовательного процесса.

Работа психолога, таким образом, *сопровождение*, становится необходимым элементом системы управления образовательным процессом школы, поскольку результаты его деятельности предполагают оценку качества обучения в школе по ряду обязательных критериев. Введение указанных критериев определяет весь процесс модернизации психолого-педагогической подготовки участников образовательного процесса.

Целью психологического сопровождения является сохранение психического здоровья учащихся в условиях введения ФГОС НОО, создание социально-психологических условий в образовательной среде, способствующих социализации личности и успешному обучению.

В условиях введения ФГОС НОО педагог-психолог решает следующие задачи:

- обеспечивает контроль развития учащихся; учет особенностей развития каждого ребенка в процессе обучения, соответствие этого процесса его индивидуальным возможностям;
- дает оценку комфортности образовательной среды, уровню ее безопасности для детей;
- проводит психологическое проектирование, экспертизу и мониторинг условий и результатов образовательной деятельности;
- участвует в диагностике сформированности универсальных учебных действий, достижения планируемых личностных и метапредметных результатов обучения;
- прогнозирует социальные риски образовательного процесса, проводит профилактическую работу;
- оказывает качественную психолого-педагогическую и социальную помощь всем участникам образовательного процесса;
- ведет психологическое просвещение педагогов и родителей в вопросах формирования метапредметных и личностных компетенций;
- взаимодействует с участниками образовательного процесса для выстраивания индивидуальных образовательных траектории детей и образовательной, развивающей траектории образовательного учреждения.

Правовые аспекты психологического сопровождения

- Конвенция о правах ребенка;
- Закон РФ "Об образовании";
- Семейный кодекс РФ;
- Письмо Минобрнауки РФ от 27.06.2003 № 28-51-513/16 "О методических рекомендациях по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе";
- Федеральный закон "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" (ФЗ № 120 от 24.06.1999 в редакции от 03.12.2011 № 378-ФЗ);
- Закон РФ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" № 124-ФЗ (в ред. от 03.12.2011);
- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденным приказом Минобрнауки от 17.05.2012 № 413;
- СанПиН 2.2.272.4.1340—03;
- СанПиН 2.4.2.2821-10;
- СанПиН 2.4.4.3172-14
- Методическими рекомендациями (приложение к письму Министерства Просвещения РФ от 19.03.2020 № 1Д 39/04)

· Уставом и локальными нормативными актами государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Пушкинского района Санкт-Петербурга

Направление:

развитие коммуникативных навыков и коррекция эмоционального мира младших школьников.

Цель:

развитие личностных и социальных компетенций дошкольников и младших школьников, повышение социально-психологической адаптации.

Задачи:

1. Развитие эмоциональной сферы. Введение ребенка в мир человеческих эмоций.
2. Развитие коммуникативных умений, необходимых для успешного развития процесса общения.
3. Развитие волевой сферы – произвольности и психических процессов, саморегуляции, необходимых для успешного обучения в школе.
4. Развитие личностной сферы – формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе.
5. Развитие интеллектуальной сферы – развитие мыслительных умений, наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического и критического мышления.
6. Формирование позитивной мотивации к обучению.
7. Развитие познавательных и психических процессов – восприятия, памяти, внимания, воображения.

Актуальность

Чувства и эмоции являются формами переживания человеком своего отношения к различным объектам. Они возникают в процессе деятельности и влияют на ее протекание. Чем старше человек, тем более сложны и своеобразны формы их выражения. Человек научается управлять своими переживаниями и их проявлениями. Эмоциональная сфера выполняет регулирующую и сигнальную функцию, функцию оценки хода и результатов деятельности, мобилизационную, интегративно-защитную функции. В возрастной и педагогической психологии младший школьный возраст занимает особое место: в этом возрасте осваивается учебная деятельность, формируется произвольность психических функций, возникает самоконтроль, а действия начинают соотноситься с внутренним планом. Такие достижения связаны с изменениями в потребностно-мотивационной сфере, развитием психических процессов, что ведёт и к изменениям в эмоциональной сфере. Психолого-педагогическое сопровождение, становится необходимым элементом системы управления образовательным процессом школы, поскольку результаты его

деятельности предполагают оценку качества обучения в школе по ряду обязательных критериев.

Введение новых ФГОС и связанные с ними изменения в системе школьного образования определяют ряд требований к психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в процессе школьного обучения. Таким образом, концепцией модернизации российского образования определяются приоритетные задачи – создание системы социально-психологических условий для развития личности обучающихся и их успешного обучения, формирование личностных характеристик, отвечающих требованиям новых стандартов, профилактика и сохранение психического здоровья обучающихся.

Нарушения в развитии личности – это процесс и результат развития, характеризующиеся несбалансированностью психических свойств, качеств и состояний, обуславливающих неустойчивость и противоречивость личности и затрудняющих ее социализацию и индивидуализацию, что в свою очередь влияет на адаптацию ребенка к обучению в школе, успешность в обучении и учебную мотивацию. Часто за тем или иным нарушением когнитивных процессов скрывается именно нарушение личностного развития.

В связи с этим организация работы по развитию личности и сохранению психического здоровья обучающихся наиболее актуальной задачей современной системы образования и Центров психолого-педагогического сопровождения.

В значительной степени этому способствует развитие самооценки, творческих и индивидуальных способностей, коммуникативных компетенций ребенка. В этих целях и рекомендуется использовать предлагаемую программу.

Адресат

Программа рассчитана как на старших дошкольников (6 лет), так и на обучающихся 1-3 классов (7-11 лет)

Отличительные особенности программы

Для дошкольников

Ведущей деятельностью в дошкольном возрасте является игра, поэтому предлагаемая программа строится на основе игровых упражнений, направленных на обеспечение психологической комфортности пребывания ребенка в детском саду и во время адаптации в школе.

В этом возрасте начинается самопознание — открытие себя — одно из важнейших открытий на свете. А рядом с тобой — другой, и надо учиться смотреть и видеть, слушать и слышать, понимать и принимать другого. Нам, взрослым, хорошо известна важность игровых повторов для ребенка. Мы их часто используем. Занятия с повторами становятся близкими и понятными для них. Полученная путем повтора

информация лучше запоминается. Поначалу все игры предлагает и проводит взрослый. В последующем дети все чаще будут просить взрослого провести какие-то определенные игры, которые им кажутся необходимыми именно сейчас.

Целью коррекционно-развивающей программы является сотрудничество детей в группе, что предусматривает создание чувства принадлежности к группе, положительного эмоционального фона, умения понимать свое эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей, развитие коммуникативных навыков.

Одновременно происходит позитивное сотрудничество каждого ребенка с идеальным взрослым, которым является ведущий.

Форма занятия.

Каждое занятие состоит из трех частей: разминка, основная и заключительная.

Разминка Основные процедуры разминки — это приветствия и упражнения на контакт.

Задачи разминки: 1. Создание положительного настроения в группе.

2. Сохранение во время занятий доброжелательного отношения детей друг к другу.

3. Тактильное соприкосновение друг с другом.

4. Развитие положительной самооценки.

Основная часть. Основная часть выполняет ведущую роль в ходе всего занятия. Она включает в основном игры, направленные на коррекцию эмоционально-личностной сферы ребенка.

Заключение

Упражнения в заключительной части направлены на создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии.

Прощание детей носит ритуальный характер.

Инструкция.

Дети на первом занятии при помощи игр делятся на две подгруппы. Если в группе 20 человек, то в подгруппе — 10. Во время занятия, в самом начале, дети сидят в кругу на стульчиках, что значительно облегчает им взаимодействие и дает ощущение общности. В группе принимается правило «Когда говорит один — остальные его слушают и понимают». Взрослому нужно давать возможность детям высказать свое мнение, поделиться впечатлением после любого упражнения. Упражнения может сопровождать соответствующая музыка. В начале и в конце занятий проводится социометрия участников группы.

Для школьников

Ведущей деятельностью в младшем школьном возрасте является игра, поэтому предлагаемая программа строится на основе игровых упражнений, направленных на обеспечение психологической комфортности пребывания ребенка в начальной школе.

В этом возрасте начинается самопознание – открытие себя – одно из важнейших открытий на свете. А рядом с тобой – другой, и надо научиться смотреть и видеть, слушать и слышать, понимать и принимать другого.

Игры проводит взрослый. В последующем дети все чаще будут просить взрослого провести какие-то игры, которые им кажутся необходимыми именно сейчас.

В игре есть правила, которые организуют и регулируют действия ребёнка и необходимость выполнения которых для него очевидна. Выполняя правила игры, сначала простые, а затем более сложные, ребёнок постепенно привыкает следить за своим поведением, произвольно управлять им.

В программу включены упражнения на развитие познавательных процессов, мелкой моторики, зрительно-моторной координации. При подборе упражнений психолог опирается на зону ближайшего развития детей.

Важный момент каждого занятия – рефлексия. При подведении итогов дети по очереди делятся своими чувствами, впечатлениями. Это положительно влияет на эмоциональное состояние детей, формирует позитивную мотивацию.

Программа социального тренинга младших школьников разработана в соответствии с методическими рекомендациями по психологическому сопровождению учащихся начальной школы в условиях модернизации образования предложенными Министерством образования Российской Федерации.

Принципы проведения занятий:

- Систематичность подачи материала;
- Наглядность обучения;
- Цикличность построения занятия;
- Доступность;
- Проблемность;
- Развивающий и воспитательный характер учебного материала.

Каждое занятие содержит в себе следующие этапы:

1. Организационный этап

Создание эмоционального настроя в группе (игры-ритуалы приветствия).

2. Мотивационный этап

Сообщение темы занятия, прояснение тематических понятий.

3. Практический этап

Подача новой информации, задания на развитие познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, воображения) и творческих способностей, отработка полученных навыков на практике.

4. Рефлексивный этап

Обобщение полученных знаний, подведение итогов занятия

Оценка результативности:

Оценка эффективности осуществляется путем анализа данных, полученных в результате массовых диагностик. На начальном и заключительном этапах проводится

первичная и повторная диагностика, позволяющая определить эффективность проводимой работы.

Для дошкольников:

- ✓ Тест «Домики» Ореховой или методика «Паровозик» Велиевой (для детей младшего и среднего дошкольного возраста)
- ✓ Тест детской тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен).
- ✓ Тест «Лесенка» (самооценка)

Зачисление в группу происходит на основании диагностик, а также по рекомендации других специалистов службы сопровождения, либо по запросу родителей.

Для школьников:

- ✓ Социометрия
- ✓ Анкета школьной мотивации, Методика ранжирования признаков средовой адаптации. Овчарова Р. В. Практическая психология в начальной школе. – М.: ТЦ «Сфера», 1999 Изучение уровня притязаний учащихся Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М.: «Просвещение», 1988) на момент начала занятий и их окончание.
- ✓ Тест «Домики» О.А. Ореховой (Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций)
- ✓ Тест «Лесенка» (самооценка)

Оценка результативности

Результативность программы оценивается по следующим критериям:

- снижение школьной и личностной тревожности,
- адекватная самооценка,
- адекватный уровень притязаний,
- снижение агрессивности,
- улучшение психоэмоционального состояния педагогов.

Ожидаемый результат:

улучшение психологического климата в группе, адекватная самооценка, снижение агрессивности, улучшение психоэмоционального состояния.

Ребенок приобретает черты большей индивидуальности в поведении, интересах, ценностях, личностных особенностях.

Организационно-педагогические условия

Временные и материальные ресурсы

Продолжительность занятий от 35 до 45 мин. Содержание и временные характеристики могут зависеть от особенностей конкретного ребенка или группы.

Занятия проводятся в просторном помещении, допускающем выполнение активных, требующих свободное перемещение детей упражнений.

Групповые занятия предполагают количество участников от 4 до 10.

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

- Во время перемен проводится сквозное проветривание в помещении где проводилось занятие с обязательным выходом обучающихся из него.

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

- для дошкольников и обучающихся 1-х классов – не более 35 мин

- для обучающихся 2-4х классов – не более 45 мин.

Программное обеспечение применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий включает:

- систему дистанционного обучения с учетом актуальных обновлений и программных дополнений, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных ресурсов (платформы: МооФе, оrepE4x);

Условия реализации программы

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

Непрерывная длительность работы, связанная с фиксацией взора непосредственно на экране устройства отображения информации на занятии, не превышает:

- для дошкольников - 10 мин

- для обучающихся в 1-4х классах — 15 минут;

Время проведения компьютерных игр с навязанным ритмом не превышает 10 мин для учащихся II-V классов. Проводится в конце занятия в зависимости от запроса.

Требования к квалификации специалиста, реализующего данную программу:

- наличие психологического образования,

- опыт индивидуальной и групповой работы с детьми,

- владение знаниями о специфике возрастного и личностного развития детей школьного возраста.

Учебно-тематическое планирование

Для дошкольников

№ п/п	Тема	Часы		
		Очно	Дистанционно	
			Онлайн	Самостоятельная работа с инструкцией
1.	I. Входная диагностика	1	10 мин	25 мин
2.		1	10 мин	25 мин
3.	II. Занятия с учащимися: Социометрия и правила поведения в группе	1	10 мин	25 мин
4.	Правила поведения группы	1	35 мин	

5.	Установление контакта	1	35 мин	
6.	Чувственное восприятие себя	1		35 мин
7.	Распознавание и регуляция своего состояния	1		35 мин
8.	Внимание к партнеру	1		35 мин
9.	Повышение самоуважения	1		35 мин
10.	Доверие к другому человеку	1		35 мин
11.	Сплочение детей в группе	1		35 мин
12.	Умение читать настроение другого.	1		35 мин
13.	Навыки взаимодействия	1	35 мин	
14.	Разные настроения	1		35 мин
15.	Умение успокоить другого	1		35 мин
16.	Конфликты в контакте или решение проблем конфликтов	1		35 мин
17.	Самоуправление (саморегуляция)	1		35 мин
18.	Умение вступить в контакт	1		35 мин
19.	Групповое взаимодействие	1	35 мин	
20.	Самооценка. Социометрия	1	35 мин	
21.	III. Итоговая диагностика	1	35 мин	
	Итого часов	<u>21</u>	<u>9</u>	<u>12</u>
	Индивидуальные консультации (по запросу)			

Для школьников

№ п/п	Тема	Часы		
		Очно	Дистанционно	
			Онлайн	Самостоятельная работа с инструкцией
1.	IV. Входная диагностика	1	15 мин	30 мин
2.		1	15 мин	30 мин
3.	V. Занятия с учащимися: Социометрия и правила поведения в группе	1	15 мин	30 мин
4.	Правила поведения группы	1	45 мин	
5.	Установление контакта	1	45 мин	
6.	Чувственное восприятие себя	1		45 мин

7.	Распознавание и регуляция своего состояния	1		45 мин
8.	Внимание к партнеру	1		45 мин
9.	Повышение самоуважения	1		45 мин
10.	Доверие к другому человеку	1		45 мин
11.	Сплочение детей в группе	1		45 мин
12.	Умение читать настроение другого.	1		45 мин
13.	Навыки взаимодействия	1	45 мин	
14.	Разные настроения	1		45 мин
15.	Умение успокоить другого	1		45 мин
16.	Конфликты в контакте или решение проблем конфликтов	1		45 мин
17.	Самоуправление (саморегуляция)	1		45 мин
18.	Умение вступить в контакт	1		45 мин
19.	Групповое взаимодействие	1	45 мин	
20.	Самооценка. Социометрия	1	45 мин	
21.	VI. Итоговая диагностика	1	45 мин	
	Итого часов	<u>21</u>	<u>9</u>	<u>12</u>
	Индивидуальные консультации (по запросу)			

Литература

Список литературы, рекомендуемый для специалистов:

1. А.Г. Асмолов «Психология личности. Принципы общепсихологического анализа» - М: Изд. «Смысл», 2001.
2. И.С. Кон «В поисках себя. Личность и ее самосознание». – М: 1984.
3. А.Н. Леонтьев «Деятельность. Сознательность. Личность» - М.: 1977.
4. А.В. Микляева, П.В. Румянцева «Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция» - Спб: Изд. «Речь», 2007.
5. Е. Петрова «Дети и стресс»/ Сборник – Спб.: 2015.
6. «Новые направления в игровой терапии», под ред. Г.Л. Лэндрет – М: Изд. «Когнито-Центр», 2007.

7. «Психология формирование и развития личности»/ под ред. Л.И. Анцыферовой – М: 1981.
8. Э. Эриксон «Идентичность: юность и кризис» - М.: 1996.
9. О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я. Начальная школа (1-4)» - М: Изд. «Сфера», 2011,
10. «Давай познакомимся!» Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет/ автор-составитель И.А. Пазухина,
11. Н.Ю. Куражева «Цветик-семицветик». Программа психологических занятий для дошкольников.

Список литературы, рекомендуемый для родителей

1. Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком Как?» - М: Изд. «АСТ», 2014.
2. Ж. Ледлофф «Как вырастить ребенка счастливым. Принцип преемственности»/ Серия «Счастье как образ жизни» - М: Изд. «Генезис», 2016.
3. «Развитие личности ребенка от 7 до 11 лет»/ Авторитетные психологи России. Изд. Рама Паблишин, 2010.
4. И. Млодик «Книга для неидеальных родителей, или Жизнь на свободную тему» - М: Изд. «Генезис», 4-е изд. 2010.
5. Л. Сурженко «Как вырастить личность. Воспитание без крика и истерик» - Спб: Изд. «Питер», 2011.