***Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа№8***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Рассмотрено на* *заседании МО учителей* *начальных классов* *Протокол №1**от «29» августа 2023г.**Руководитель МО**\_\_\_\_\_С.Ю.Денисенко* | *«Согласовано»**Руководитель* *методического**совета школы**\_\_\_\_\_\_\_\_Л.В.Кондрашова* *«29» августа 2023г.* | *«Утверждаю»**Директор МБОУ СОШ №8**\_\_\_\_\_\_\_\_ С.В.Гоголева**Приказ № 01-115* *от «30 » августа 2023г.* |

**Рабочая программа**

**социально-психологического тренинга общения**

**«Первые шаги в школе»**

***1-А,Б,В,Г класс***

(уровень, ступень образования)

*октябрь 2023г.- май 2024г.*

(срок реализации программы)

**Педагог-психолог: Чернавцева Людмила Геннадьевна,**

высшая квалификационная категория

*г. Каменск-Шахтинский*

*2021 г*

 **Раздел 1. Пояснительная записка**

 Программа социально-психологического тренинга общения «Первые шаги в школе» в 1 классе составлена в соответствии с ФГОС НОО, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Приказ №373 от 06.10.2009г.);

в соответствии с Примерной программой начального общего образования с учетом требований Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования на основании следующих нормативно-правовых документов:

* приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изм. в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014, № 1644, от 31.12.2015, № 1577);
* Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 N 189 (ред. от 24.11.2015) "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях";
* Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020г. №16 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)";
* Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования. Утв. Министерством Просвещения РФ №345 от 28.12.2018г. (с изменениями, приказ Минпросвещения №766 от 23.12.2020).
* Примерные основные образовательные программы основного общего образования, внесенные в реестр основных образовательных программ, одобренные федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015г. № 1/5). <http://fgosreestr.ru/>.
* областной закон от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области» (в ред. от 24.04.2015 № 362-ЗС);
* устав МБОУ СОШ №8;
* положение о рабочей программе МБОУ СОШ №8 г. Каменск - Шахтинского от 21.08.2018г (пр.№115);
* учебный план МБОУ СОШ №8.

 **Цель программы**: содействие благоприятному течению социально-психологической адаптации первоклассников к школьному обучению.

**Задачи:**

1. Формирование положительного отношения к школе, стимулирование познавательной активности школьников;
2. Знакомство школьника с нормами школьной жизни,содействие принятию требований учителя и ритма учебной деятельности, овладению правилами поведения на уроке и перемене, формирование личностных УУД;
3. Развитие эмоционально-волевой сферы,содействие формированию произвольности и саморегуляции поведения, снятие страхов и эмоционального напряжения, формирование регулятивныхУУД.
4. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих отношений с педагогами, формирование коммуникативных УУД.
5. Профилактика школьной дезадаптации.

Программа разработана для учащихся 1-х классов, входящих в состав группы «риска»; рассчитана на работу в группе из 8-10 человек.

**Пространственно-временная организация –** психологический кабинет.Продолжительность занятий: 40 минут. Периодичность встреч: 1 раз в неделю. Срок реализации программы – 1год, 1 час в неделю.Для реализации содержания, учебных целей и задач программы в 1 классе в предусмотрено на 1 учебный год 30 часов- 1 час в неделю.

**Раздел 2. Предполагаемые результаты:**

Благоприятное течение социально-психологической адаптации обучающихся 1 класса к школе, сформированность УУД.

Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:

- сохранение физического, психического и социального здоровья детей;

- удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ребенку нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов

- установление контакта с обучающимися, с учителем;

- удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассникамии учителем;

- формирование адекватного поведения;

- овладение навыками учебной деятельности;

 - степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому.

Показатели неблагоприятной психологической адаптации.

- *Физиологический уровень*: повышенная утомляемость, снижение работоспособности, слабость, головные боли, боли в животе, нарушения сна и аппетита, появление вредных привычек (обгрызание ногтей, ручек), дрожания пальцев, навязчивых движений, говорения с самим собой, заикания, заторможенности или, наоборот, двигательного беспокойства (расторможенности).

- *Познавательный уровень*,проявляющийся в неуспешности обучения по программе, соответствующей возрасту и способностям ребёнка Ребенок хронически не справляется со школьной программой. При этом он может безуспешно стараться преодолеть сложности либо отказываться учиться в принципе.

- *Эмоциональный уровень*, проявляющийся в нарушении отношения к обучению, учителям, жизненной перспективе, связанной с учёбой. Учебная и игровая пассивность, агрессивность по отношению к людям и вещам, повышенная тревожность, частая смена настроения, страх. Ребенок негативно относится к школе, не хочет туда ходить, не может наладить отношения с одноклассниками и учителями. Плохо относится к перспективе обучения.

-*Социально-психологический уровень*: упрямство, капризы, повышенная конфликтность, чувства неуверенности, неполноценности, своего отличия от других, заметная уединённость в кругу одноклассников, лживость, заниженная либо завышенная самооценка, сверхчувствительность, сопровождаемая плаксивостью, чрезмерной обидчивостью и раздражительностью.

- *Поведенческий уровень*, проявляется в импульсивном и неконтролируемом поведении, агрессивности, непринятии школьных правил, неадекватности требований к одноклассникам и учителям. Причем дети в зависимости от характера и физиологических особенностей могут вести себя по-разному. Одни будут проявлять импульсивность и агрессивность, другие – зажатость и неадекватные реакции.

Сформированность УУД.

1. *Личностные УУД:*

- Принятие социальной роли ученика;

- Сформированность внутренней позиции школьника;

- Принятие и соблюдение норм школьного поведения;

- Осуществление морального выбора с адекватной нравственной оценкой действий;

- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;

- Овладение начальными навыками адаптации в социуме.

2*. Регулятивные УУД:*

- Овладение способностью принимать и сохранять цели деятельности;

- Осуществление целеполагания как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно;

-Овладение действиями планирования — определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий;

-Способность осуществлять действия прогнозирования — предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик;

- Овладение действием контроля в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона;

- Осуществление действия коррекции — внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата с учётом оценки этого результата самим обучающимся, учителем, товарищами;

- Способность к действию оценки — выделение и осознание обучающимся того, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; оценка результатов работы;

- Саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий;

- Освоение способов решения проблем творческого характера.

3*. Познавательные УУД:*

- Овладение логическими операциями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий, простых причинно-следственных связей.

4. *Коммуникативные УУД:*

- Способность к планированию учебного сотрудничества с учителем исверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

- Возможность постановки вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

- Способность к разрешению конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

- Сформированность норм в общении с детьми и взрослыми;

- Сформированность умения задавать вопросы; умения излагать свое мнение и оценку событий; умения знакомиться, присоединяться к группе; умения благодарить и принимать комплименты; умения выразить свои теплые чувства к другому; умения слушать и слышать собеседника; умение осознавать свои чувства и выражать их; умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.

**Раздел 3. Содержание программы СПТ «Первые шаги в школе»:**

Программа включает себя четыре раздела:

Раздел 1. Введение. Знакомство школьника с нормами школьной жизни (8 часов)

Раздел 2. Развитие эмоционально-волевой сферы (11часов)

Раздел 3. Развитие коммуникативных умений и навыков (8 часов)

Раздел 4. Заключительная часть. (3 часа)

В каждое занятие включены упражнения, направленные на развитие познавательных психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения)

***Структура занятия.***

1. Приветствие.
2. Психогимнастика.
3. Упражнения на овладение конкретным умением.
4. Ролевая игра – разыгрывание по ролям проблемных ситуаций. Анализ ролевой игры.
5. Обсуждение итогов работы группы.
6. Рефлексия.
7. Ритуал прощания.

**Формы и виды деятельности:** основной формой работы является групповое занятие с элементами психологического тренинга.

* индивидуальная, групповая (как статическая, так и подвижная), дифференцированная, фронтальная
* тренинги, решение ситуационных задач, дидактические игры, деятельность с элементами соревнований, эвристические беседы, решение практических задач, презентации.

В процессе обучения используются следующие **методы:**

1. Психогимнастика.
2. «Гимнастика мозга»
3. Методы игровой коррекции (игротерапия).
4. Методы модификации поведения (поведенческие минитренинги, методы социальной терапии и др.)
5. Сказкотерапия.
6. Методы релаксации и арттерапии.

**Раздел 4. Календарно-тематическое планирование**

**программы СПТ «Первые шаги в школе»**

**1-А класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов | Дата  |
| По плану | По факту |
| **Раздел 1. Введение. Знакомство школьника с нормами школьной жизни** |  |  |
| 1 | «Вводное занятие. С днем рождения, группа!».  | 1 |  |  |
| 2 | «Я и мое имя» | 1 |  |  |
| 3 | «Школьные правила» | 2 |  |  |
| 4 | «Собираем портфель» | 1 |  |  |
| 5 | «Школьные оценки» | 1 |  |  |
| 6 | «Подсказки и списывание» | 1 |  |  |
| 7 | «Что такое хорошо?» | 1 |  |  |
| **Раздел 2. Развитие эмоционально-волевой сферы** |  |  |
| 8 | «Мои эмоции» | 1 |  |  |
| 9 | "Мое настроение" «Конверты "Радости"и "Огорчений"» | 1 |  |  |
| 10 | «Радость – одна на всех» | 1 |  |  |
| 11 | «Чудо-дерево» | 1 |  |  |
| 12 | «Наши страхи» | 1 |  |  |
| 13 | «Грусть и печаль» | 1 |  |  |
| 14 | «Я контролирую себя» | 1 |  |  |
| 15 | «Слушай команду» | 2 |  |  |
| 16 | «Волшебная клетка» | 1 |  |  |
| 17 | «Планета эмоций» | 1 |  |  |
| **Раздел 3. Развитие коммуникативных умений и навыков** |  |  |
| 18 | «Что такое общение» | 1 |  |  |
| 19 | «Путешествие в страну «Понимание»» | 1 |  |  |
| 20 | «Я - доброжелательный» | 1 |  |  |
| 21 | «Волшебные средства взаимопонимания» | 1 |  |  |
| 22 | «Драки и обида» | 2 |  |  |
| 23 | «Мы поссорились и помирились» | 1 |  |  |
| 24 | «Застенчивость и Уверенность» | 1 |  |  |
| **Раздел 4. Заключительная часть.** |  |  |
| 25 | «Дерево дружбы» | 2 |  |  |
| 26 | Игра «Что я знаю про свою школу» | 1 |  |  |
|  | Итого: | 30 |  |  |

**Календарно-тематическое планирование программы СПТ «Первые шаги в школе»**

**1-Б класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов | Дата  |
| По плану | По факту |
| **Раздел 1. Введение. Знакомство школьника с нормами школьной жизни** |  |  |
| 1 | «Вводное занятие. С днем рождения, группа!».  | 1 |  |  |
| 2 | «Я и мое имя» | 1 |  |  |
| 3 | «Школьные правила» | 2 |  |  |
| 4 | «Собираем портфель» | 1 |  |  |
| 5 | «Школьные оценки» | 1 |  |  |
| 6 | «Подсказки и списывание» | 1 |  |  |
| 7 | «Что такое хорошо?» | 1 |  |  |
| **Раздел 2. Развитие эмоционально-волевой сферы** |  |  |
| 8 | «Мои эмоции» | 1 |  |  |
| 9 | "Мое настроение" «Конверты "Радости"и "Огорчений"» | 1 |  |  |
| 10 | «Радость – одна на всех» | 1 |  |  |
| 11 | «Чудо-дерево» | 1 |  |  |
| 12 | «Наши страхи» | 1 |  |  |
| 13 | «Грусть и печаль» | 1 |  |  |
| 14 | «Я контролирую себя» | 1 |  |  |
| 15 | «Слушай команду» | 2 |  |  |
| 16 | «Волшебная клетка» | 1 |  |  |
| 17 | «Планета эмоций» | 1 |  |  |
| **Раздел 3. Развитие коммуникативных умений и навыков** |  |  |
| 18 | «Что такое общение» | 1 |  |  |
| 19 | «Путешествие в страну «Понимание»» | 1 |  |  |
| 20 | «Я - доброжелательный» | 1 |  |  |
| 21 | «Волшебные средства взаимопонимания» | 1 |  |  |
| 22 | «Драки и обида» | 2 |  |  |
| 23 | «Мы поссорились и помирились» | 1 |  |  |
| 24 | «Застенчивость и Уверенность» | 1 |  |  |
| **Раздел 4. Заключительная часть.** |  |  |
| 25 | «Дерево дружбы» | 2 |  |  |
| 26 | Игра «Что я знаю про свою школу» | 1 |  |  |
|  | Итого: | 30 |  |  |

 **Календарно-тематическое планирование программы СПТ «Первые шаги в школе»**

**1-В класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов | Дата  |
| По плану | По факту |
| **Раздел 1. Введение. Знакомство школьника с нормами школьной жизни** |  |  |
| 1 | «Вводное занятие. С днем рождения, группа!».  | 1 |  |  |
| 2 | «Я и мое имя» | 1 |  |  |
| 3 | «Школьные правила» | 2 |  |  |
| 4 | «Собираем портфель» | 1 |  |  |
| 5 | «Школьные оценки» | 1 |  |  |
| 6 | «Подсказки и списывание» | 1 |  |  |
| 7 | «Что такое хорошо?» | 1 |  |  |
| **Раздел 2. Развитие эмоционально-волевой сферы** |  |  |
| 8 | «Мои эмоции» | 1 |  |  |
| 9 | "Мое настроение" «Конверты "Радости"и "Огорчений"» | 1 |  |  |
| 10 | «Радость – одна на всех» | 1 |  |  |
| 11 | «Чудо-дерево» | 1 |  |  |
| 12 | «Наши страхи» | 1 |  |  |
| 13 | «Грусть и печаль» | 1 |  |  |
| 14 | «Я контролирую себя» | 1 |  |  |
| 15 | «Слушай команду» | 2 |  |  |
| 16 | «Волшебная клетка» | 1 |  |  |
| 17 | «Планета эмоций» | 1 |  |  |
| **Раздел 3. Развитие коммуникативных умений и навыков** |  |  |
| 18 | «Что такое общение» | 1 |  |  |
| 19 | «Путешествие в страну «Понимание»» | 1 |  |  |
| 20 | «Я - доброжелательный» | 1 |  |  |
| 21 | «Волшебные средства взаимопонимания» | 1 |  |  |
| 22 | «Драки и обида» | 2 |  |  |
| 23 | «Мы поссорились и помирились» | 1 |  |  |
| 24 | «Застенчивость и Уверенность» | 1 |  |  |
| **Раздел 4. Заключительная часть.** |  |  |
| 25 | «Дерево дружбы» | 2 |  |  |
| 26 | Игра «Что я знаю про свою школу» | 1 |  |  |
|  | Итого: | 30 |  |  |

**Оценка эффективности социально-психологического тренинга «Первые шаги в школе»**

**Форма оценивания знаний учащихся –** безотметочная.

**Формы контроля:** выполнение тестовых заданий, диагностика.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Критерии:*** | ***Методы:*** |
| *1.Эмоциональные состояния, определяющие уровень адаптированности учащихся.* | *Методика С.В. Левченко**«Чувства в школе»* |
| *2.Уровень школьной адаптации* | *Опросник «Чувства в школе»* |
| *4.Уровень школьной тревожности* | *Методика Филипса* |
| *5*.*Школьная мотивация* | *«Анкета для определения школьной мотивации учащихся», разработана Н.Г.Лускановой.* |

Для оценки эффективности программы можно использовать следующие показатели:

* повышение адаптивных возможностей и уровня психологической комфортности школьников.
* поведение учащихся на занятиях: живость, актив­ность, заинтересованность школьников обеспечи­вают положительные результаты;
* показателем эффективности является снижение уровня школьной тревожности, повышение уровня учебного и межличностного взаимодействия
* повышение уровня учебной мотивации и познавательной активности обучающихся.

**Раздел 6. Методическое обеспечение.**

1. Программы Битяновой М.Р., Азаровой Т.В., Афанасьевой Е.И, Васильевой Н.Л. «Психологическая развивающая работа на этапе первичной адаптации первоклассников»;
2. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. — М.: Совершенство, 1997. — 298 с.
3. Практическая психология образования. Под ред. Дубровиной И.В. - СПб.: Питер, 2004 - 592 с.
4. Интернет-ресурсы.

**Лист корректировки календарно – тематического планирования программы курса «Учись учиться» 1 класс**

**педагог-психолог: Чернавцева Л.Г.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Тема урока** | **Дата проведения по плану** | **Причины коррекции** | **Корректирую-щие мероприятия** | **Дата проведения по факту** |
|  |  |  |  |  |  |

Программный материал будет пройден в полном объеме за счет объединения тем или уплотнения материала.