ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Актуальность.** Современная система образования ставит приоритетную задачу полноценного развития ребенка, которую возможно решить только при наличии у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях и правилах грамотного взаимодействия с социумом.

Школьные годы являются сенситивным периодом для приобщения человека к психологической культуре. В современной парадигме образования акцент сделан на социализацию подрастающего поколения, но социализацию как процесс освоения социально-культурного опыта и формирования социальной компетентности будут продуктивными и полноценными только в особом культурно-образовательном пространстве, способствующему психологическому здоровью личности. Только здоровая личность способна проявлять познавательную активность и адекватно реагировать на изменения в быстроменяющемся мире.

КУРС «АДАПТАЦИЯ» (1 реч.,1 доп. КЛАСС) Проблема подготовки детей к школе, несмотря на свою изученность, по-прежнему остаётся актуальной. Жизнь изменяется, усложняются требования обучения, варьируется программа.

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 в последующие годы.

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 приспосабливается к этим факторам, мобилизуя для этого систему адаптивных реакций.

Школа с первых 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 их 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. Для того чтобы умело использовать имеющиеся у ребенка резервы, необходимо решить предварительно важную задачу: как можно быстрее адаптировать детей к работе в школе и дома, научить их учиться, не тратя лишних физических усилий, быть внимательными, усидчивыми. Это очень важный и ответственный год для всех. От того какое настроение будет у ребёнка в начале его настоящей школьной жизни во многом зависит его дальнейшее обучение в школе.

КУРС «УРОКИ ОБЩЕНИЯ» (2-3 КЛАССЫ).Жизнь - самая большая ценность, какой обладает человек. А самая большая роскошь в этой жизни - "это роскошь общения"; - как сказал А. де Сент-Экзюпери. Однако общение способно стать и источником проблем, неудач, волнений, стеной разделяющей людей. Причины этого не внешние объективные обстоятельства, а неумение находить общий язык с окружающими. Никого не надо убеждать соблюдать гигиену тела, а ведь гигиена общения не менее важна. Об этом мы часто забываем. То, какими будут взаимоотношения людей, зависит от их психологической грамотности. Что необходимо знать и уметь каждому человеку, чтобы его общение было успешным, продуктивным?

В каждой культуре, в каждом обществе людей есть своего рода «кодекс» правил общения. Конкретный «набор» правил зависит от характера ситуации, целей и задач партнеров, их личностных качеств. Но в самом общем виде они отражают набор общечеловеческих ценностей и в том или ином виде существуют у самых разных народов, передаваясь из поколения в поколение.

Главный смысл универсальных правил общения в том, чтобы помочь объединить людей в сообщества и создать здоровую психологическую среду, обеспечить каждому человеку комфорт в общении, а тем самым создать условия для его развития и совершенствования.

С первых дней пребывания в школе ребенок включается в процесс межличностных взаимодействий с одноклассниками и учителями. На протяжении младшего школьного возраста это взаимодействие имеет определенную динамику и закономерности развития. Младший школьник - это человек, активно овладевающий навыками общения. В этот период происходит интенсивное установление дружеских контактов. Приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей является одной из важнейших задач развития на этом школьном этапе. Навыки конструктивного общения, приобретенные в младшем школьном возрасте в подростковом возрасте, во многом определят успешность подростка.

Для развития и коррекции навыков социального взаимодействия в рамках Программы психологического сопровождения обучающихся начальных классов «Школа Мальвины», реализуемой в образовательном

учреждении, включен курс «Уроки общения», который составлен с учетом рекомендаций и методики современных авторов специалистов разных направлений: М.Ю. Картушиной, А.Е. Вороновой. Г.А Каше, А.Л Сиротюк, И.С Лопухиной, Т.Б Филичевой, Т.А. Ткаченко и.др.

КУРС «ПОЗНАЮ СЕБЯ» (4 КЛАСС). В современных условиях все больше требуются активные волевые личности, умеющие организовывать свою работу и себя, способные проявлять инициативу и самостоятельно преодолевать трудности. В программе используются материалы программы социально-психологического развития детей «Уроки общения» (И.В. Дубровина), программы «Психологическая азбука» (Татьяна Аржакаева, кандидат психологических наук), программы по социализации, программы по социализации младших школьников «Я и Мы» (автор составитель: Яговкина Л.С, доцент кафедры психологии ИПК и ПРО Курганской области).

Проблема профилактики и дезадаптации и агрессивного поведения в процессе перехода из младшей школы в среднюю является актуальной, т.к это – сложный и ответственный момент в личностном развитии школьника. Ему приходиться приспосабливаться к новым учителям, предметам, формам обучения. Сложные внешние условия усугубляются серьёзными психофизическими изменениями. Актуальность данной серьезными проблемы подтверждается наблюдениями за учащимися младшего подросткового возраста. Этот период является психотравмирующими для ребенка. Большинство учащихся 4-го класса подвержены дезадаптации: становятся невнимательными, безответственными, агрессивными, тревожными, неуверенными в себе, хуже учатся по сравнению с 1-3 классами, испытывают трудности общении со сверстниками и учителями, да и просто не хотят идти в школу. Настолько легко, и быстро младший подросток приспосабливается к условиям средней школы, более всего зависит от уровня сформированности умений и навыков, определяющих успешность адаптации. Предлагаемый курс программы направлен на формирование этих навыков и на создание благоприятных условий для их дальнейшего развития.

Учитывая рекомендации А.Л Сиротюк, в программу включены методы психологического воздействия на все иерархические ступени мозговой организации. В основе начальных этапов коррекционно- развивающегося процесса лежат двигательные методы. Актуализация и закрепление любых телесных навыков предполагают востребованность таких психических функций. Как эмоции, память, восприятие, процессы саморегуляции и.тд. следовательно, в результате коррекции, развития и формирования этих функций создается базовая предпосылка для полноценного их участия в овладении чтением, письмом, математическими знаниями. Исходя из этого, в программу включены задания по развитию общей и мелкой моторики, психических процессов, методы кинезиологии, элементы логоритмики, музыкотерапии, растяжки (нормализуют гипертонус- чрезмерное мышечное напряжение и гипотонус – неконтролируемую мышечную вялость мышц), дыхательные, глазодвигательные, телесные, коммуникативные упражнения, упражнения по визуализации, для релаксации, для развития произвольности.

Задача данных занятий состоит в том, чтобы освоить азы искусства осознания и овладения собственными мыслями, чувствами, поведением. Организация занятий предполагает технологию «задача – решение» с помощью элементов тренинга, деловых и ролевых игр, тестирования, решения ситуационных задач и т.д. Общение играет огромную роль в психологическом развитии ребенка, в становлении его как личности. Умение конструктивно общаться является одним из критериев социальной зрелости и залогом личной успешности. Возраст 7-10 лет - это самый благоприятный период для обучения ребенка нормам человеческого общения. В процессе занятий по программе ребята знакомятся с понятием «конструктивное общение», открывают «секреты», которые делают общение радостным и эффективным, проверяют их действие на практике и отрабатывают до уровня коммуникативного навыка, что позволяет в дальнейшем без сомнений и страха строить отношения с различными людьми.

Важным фактором, стимулирующим процесс освоения знаний и умений, является создание психологически комфортной окружающей среды. Отношения сотрудничества, сопереживания (эмпатии) и симпатии - это те условия, в которых положительная самооценка, отсутствие боязни идти на риск повышает творческую самостоятельность, инициативу младших школьников в решении той или иной ситуации. Для этого необходима поддержка, поощрение оригинальных идей, отношение к ошибкам как к попытке достижения успехов, проявления уважения к их мнениям и суждениям. Часто бывает, что на трудности в школе и других жизненных сферах ребенок отвечает эмоциональными реакциями - гневом, страхом, обидой. Чтобы ребенок мог сознательно регулировать поведение, нужно научить его адекватно выражать чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций.

Программа составлена с учетом особенностей детей с нарушением слуха. У детей, имеющих нарушения слуха с каждым годом всё больше и больше обнаруживается отклонений в состоянии здоровья, нервно-психическом и функциональном развитии. У детей замедленное развитие мыслительных операций, в частности таких, как анализ и синтез, абстракция, что в свою очередь обуславливает трудности в дальнейшем обучении в школе. Дети характеризуются чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, неврозами, нарушениями характера, лёгкими задержками психического развития. В связи с этим им не хватает сосредоточенности, умения соотнести образ будущего результата с получаемым продуктом, проанализировать причины трудностей, осознать обязательность достижения поставленной цели, адекватно понять и принять межличностные отношения. Эти дети особенно нуждаются в профессиональной помощи психолога, педагогов.

В программу включена психогимнастика как метод практической психокоррекции. Дети изучают эмоции и учатся управлять ими, овладевают азбукой выражения эмоций. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

Таким образом, мы считаем, что данная проблема особенно актуальна для младших школьников с нарушениями речи. Чтобы избежать негативных эмоций, помочь в социализации, мы составили данную программу, адаптируя и синтезируя имеющиеся программы. Важным направлением в социальной адаптации к жизни является приобщение детей к знаниям и умениям, соответствующим их возможностям. При этом развиваются склонности и способности каждого ребенка.

Важным направлением в компенсации нарушений слуха и в социальной адаптации к жизни является приобщение детей к знаниям и умениям, соответствующим их возможностям. При этом развиваются склонности и способности каждого ребенка. Работа по данному направлению начинается с первых дней пребывания детей в школе, постепенно усложняясь.

Цель:

1) Создание социально-психологических условий для адаптации, формирования позитивного опыта социальных контактов и оказания своевременной и эффективной психолого-педагогической поддержки учащимся.

Задачи:

- снятие эмоционального напряжения, создание эмоционально-положительного настроения и атмосферы «безопасности»;

* формирование актуального для возраста «информационного» поля»;
* развитие эмоционального интеллекта;
  + - выработка защитных качеств личности: уверенность в себе, открытость, чувство юмора;
    - воспитание волевых качеств, способности к саморегуляции: коммуникативной, познавательной, игровой;
    - развитие рефлексивных, коммуникативных способностей;
    - воспитание волевых качеств, способности к саморегуляции: коммуникативной, познавательной, игровой;
    - коррекция поведения, формирование адекватного поведения у обучающихся с помощью игротерапии;
    - оказание помощи педагогам в адаптации учебной программы, образовательных технологий к возрастным и личностным возможностям детей с целью обеспечения условий для формирования устойчивой учебной мотивации.

**Дополнительные задачи КУРСА «АДАПТАЦИЯ» (1реч., 1 доп. КЛАСС):**

- создание социально-психологических условий для успешной адаптации первоклассников в ситуации школьного обучения.

**Дополнительные задачи КУРСА «УРОКИ ОБЩЕНИЯ» (2-3 КЛАССЫ):**

- освоение умений и навыков конструктивного общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению, аргументировать и неагрессивно отстаивать свою позицию;

- знакомство с различными видами и формами человеческого общения;

- формирование у учащихся начальных классов умения ориентироваться в новой социальной среде.

**Дополнительные задачи КУРСА «ПОЗНАЮ СЕБЯ» (4 КЛАСС):**

- создание социально-психологических условий для успешной адаптации учащихся при переходе в среднее звено, в другую школу.

**Особенности программы:**

Данная программа строится на следующих принципах:

- непрерывное дополнительное образование как механизм обеспечения полноты и цельности образования в целом;

- научности (анализ статистических психологических исследований); доступности (содержание курса в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями младших школьников);

- системности (взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов предлагаемого курса);

- личностно-ориентированное обучение (сохранность и поддержка индивидуальности; предоставление возможностей каждому работать в присущем ему темпе; создание условий для обязательной успешной деятельности; обучение в зоне «ближайшего развития»; обеспечение своевременной помощи каждому ребенку при возникновении трудностей обучения; создание условий для реализации творческих возможностей школьника).

**-** единство и целостность партнерских отношений всех субъектов дополнительного образования;

В результате изучения данного курса **в первом классе** обучающиеся получат возможность формирования:

**личностных результатов:**

* + - определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
    - в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, при поддержке других участников группы и педагога, делать выбор, как поступить, опираясь на этические нормы;
    - основы формирования учебной мотивации: наличие познавательных интересов («люблю учиться, все интересно»); внутренняя мотивация («понимаю, зачем учусь»); элементарные рефлексивные качества («умею принять оценку учителя и сам объективно оцениваю свою деятельность»).

**метапредметных результатов:**

*Регулятивные УДД:*

* + - определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога;
    - проговаривать последовательность действий;
    - учиться высказывать свое предположение (версию);
    - учиться работать по предложенному педагогом плану;
    - учиться отличать верно выполненное задание от неверного;
    - учиться совместно с педагогом и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

*Познавательные УДД:*

* + - ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью педагога;
    - учиться добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт, информацию, полученную от педагога, и используя учебную литературу.

*Коммуникативные УДД:*

* + - учиться выражать свои мысли;
    - учиться объяснять свое несогласие и пытаться договориться;
    - овладевать навыками сотрудничества в группе в совместном решении учебной задачи.

В результате изучения данного курса «УРОКИ ОБЩЕНИЯ» 2-3 КЛАССЫ обучающиеся получат возможность формирования:

**личностных результатов:**

* + - внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
    - - знание основных моральных норм, простых общих для всех людей правил поведения при сотрудничестве и ориентации на их выполнение под руководством педагога;
    - эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживания им;
    - в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, при поддержке других участников группы и педагога, делать выбор, как поступить, опираясь на этические нормы;
    - - установка на здоровый образ жизни;

**метапредметных результатов:**

*Регулятивные УДД:*

- адекватно воспринимать предложенную оценку учитилефй, родителей и других людей;

- определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога;

проговаривать последовательность действий;

учиться высказывать свое предположение (версию);

* + - отличать верно выполненное задание от неверного;
    - совместно с педагогом и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.
    - В сотрудничестве с педагогом принимать и сохранять учебную задачу, ставить новые учебные цели;
    - Планировать свои действия с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
    - - различать способ и результат действия;

*Познавательные УДД:*

* + - ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью педагога;
    - - строить сообщения в устной форме с помощью педагога;
    - учиться добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт, информацию, полученную от педагога, и используя учебную литературу.
    - - осуществлять расширенный поиск информации с помощью ресурсов библиотек и интернета;
    - Строить логическое рассуждение, включающие установление причинно-следственной связи;

*Коммуникативные УДД:*

* + - выражать свои мысли;
    - объяснять свое несогласие и пытаться договориться;
    - адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание;
    - договариваться и приходить к общему решению в совместных деятельности, в том числе ситуации столкновения интересов;
    - овладевать навыками сотрудничества в группе в совместном решении учебной задачи.
    - формулировать собственное мнение и позиции;
    - задавать вопросы, необходимые организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;
    - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
    - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

В результате изучения данного курса «ПОЗНАЮ СЕБЯ» 4 КЛАСС обучающиеся получат возможность формирования:

**личностных результатов:**

* + - внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
    - - знание основных моральных норм, простых общих для всех людей правил поведения при сотрудничестве и ориентации на их выполнение под руководством педагога;
    - эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживания им;
    - основы учебной мотивации: наличие познавательных интересов («люблю учиться, все интересно»), внутренняя мотивация («понимаю, зачем учусь»);
    - - установка на здоровый образ жизни и реализация ее в реальном поведении и поступках;
    - -умение сотрудничать, при поддержке других участников группы и педагога, делать выбор, как поступить опираясь на этические нормы;

**метапредметных результатов:**

*Регулятивные УДД:*

*-*

- адекватно воспринимать предложенную оценку учителей, родителей и других людей;

- в сотрудничестве с педагогом принимать и сохранять учебную задачу, ставить новые учебные цели;

- проговаривать последовательность действий;

- отличать верно выполнение задания от неверного;

- различать способ и результат действия;

- высказывать свое предложение (версию);

*Познавательные УДД:*

* + - ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью педагога;
    - - строить сообщения в устной форме с помощью педагога;
    - учиться добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт, информацию, полученную от педагога, и используя учебную литературу.
    - - осуществлять расширенный поиск информации с помощью ресурсов библиотек и интернета;
    - строить логическое рассуждение, включающие установление причинно-следственной связи;

*Коммуникативные УДД:*

* + - выражать свои мысли;
    - объяснять свое несогласие и пытаться договориться;
    - адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание;
    - договариваться и приходить к общему решению в совместных деятельности, в том числе ситуации столкновения интересов;
    - овладевать навыками сотрудничества в группе в совместном решении учебной задачи.
    - формулировать собственное мнение и позиции;
    - задавать вопросы, необходимые организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;
    - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

**Предметными результатами** являются формирование следующих умений:

* + - сравнивать предметы по заданному свойству;
    - определять целое и часть;
    - устанавливать общие признаки;
    - находить закономерность в значении признаков, в расположении предметов;
    - определять последовательность действий;
    - находить истинные и ложные высказывания;
    - наделять предметы новыми свойствами;
    - переносить свойства с одних предметов на другие.
    - волшебные слова (выражение просьбы, благодарности, извинения, приветствия, прощания).

При этом необходимо выделить ***практическую направленность*** курса.

Содержание занятий направлено на: развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, обретение друзей, создание чувства принадлежности к социуму, положительного эмоционального фона, организацию досуга, профилактику неврозов и невротических реакций, нарушений поведения, профилактику школьной дезадаптации. Курс ориентирован на формирование таких умений и навыков, как умение быть самим собой, понимать свои истинные намерения, свое эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей, формирование позитивного отношения к своему Я, предъявлять себя; социальных умений, коммуникативной гибкости, на воспитание у младшего школьника позитивного мироощущения, силы воли. В процессе занятий дети учатся воспринимать мир с оптимистической точки зрения, осознают необходимость познания себя и окружающих людей с целью установления толерантных дружеских отношений, понимания человека как индивидуальности.

***Содержание:***

***Этапы работы:***

***1.*** ***Диагностический*** – первичная диагностика (в начале года), в процессе занятий – текущая, заключительная (в конце года):

* + - диагностика коммуникативной сферы;
    - диагностика личностных качеств;
    - исследование уровня тревожности, агрессивности;
    - определение факторов риска в развитии ребёнка.

***2.*** ***Подготовительный:***

* + - снятие состояния эмоционального дискомфорта, снижение эмоционального напряжения;
    - создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого;
    - развитие социальных эмоций, способности понимать эмоциональное состояние другого и умения выразить своё;
    - обучение приёмам ауторелаксации.

***3. Коррекционно-развивающий:***

* + - развитие когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе;
    - формирование социального доверия;
    - коррекция поведения с помощью ролевых игр.

***Формы занятий:***

* + - по количеству детей, участвующих в занятии: коллективная, групповая;
    - по особенностям коммуникативного взаимодействия: практикум, тренинг, семинар, ролевая и деловая игра;
    - по дидактической цели: вводные занятия, занятия по углублению знаний, практические занятия, комбинированные формы занятий.

***Режим занятий:***

Продолжительность занятий: 1 раз в неделю, 1 класс -30 минут, 2-4 класс – 40 минут.

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ:

Занятие проводиться в комнате психологической разгрузки или семейной гостиной.

***Виды деятельности***: игровая, познавательная, коммуникативная.

Изучение программного материала начинается на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде учебных игр и в процессе практической деятельности. Кроме того, включает в себя дополнительные виды деятельности:

* + - чтение стихов, сказок, рассказов;
    - постановка драматических сценок, спектаклей;
    - прослушивание песен и стихов;
    - разучивание и исполнение песен;
    - организация подвижных игр;
    - проведение опытов;
    - выполнение упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие памяти, мышления, воображения.

В ходе работы используются: игровые методы, элементы тренинга, метод групповой дискуссии, проективные методики рисуночного и вербального типов, а также психогимнастика.

Организация занятий предполагает, что любое из них должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Система занятий по курсу позволяет решать следующие аспекты: познавательный, развивающий, воспитывающий.

***Познавательный аспект***

- формирование и развитие различных видов памяти, внимания, воображения, логического мышления;

- формирование и развитие общеучебных умений и навыков.

***Развивающий аспект***

- создание условий для развития мышления в ходе усвоения таких приемов мыслительной деятельности, как умение анализировать,

- сравнивать, синтезировать, выделять главное, доказывать и опровергать, делать умозаключения;

- развитие пространственного восприятия и сенсорно-моторной координации.

***Воспитывающий аспект***

- воспитание системы межличностных отношений;

- воспитание позитивного мироощущения.