

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования для детей, нуждающихся
в психолого-педагогической и медико-социальной помощи
«Центр диагностики и консультирования»

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета МБОУ ЦДиК
Протокол № 1
от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ЦДиК
Ю.А. Чунихин
Приказ № 16-д от 31.08.2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Помоги себе учиться»

Возраст обучающихся: 6 - 8 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Терехова Лариса Владимировна,
педагог дополнительного образования

г. Узловая 2023 уч.г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Наблюдения физиологов, психологов и педагогов показывают, что среди младших школьников есть дети, которые в силу индивидуальных психофизиологических особенностей трудно адаптируются к условиям школы, лишь частично справляются (или не справляются совсем) с режимом работы и учебной программой.

Несоответствие требований, предъявляемых к ребенку, его возможностям является разрушительной силой для развивающейся личности школьника. Период начального обучения является особенно уязвимым в этом отношении. И хотя проявления школьной дезадаптации на этом возрастном этапе имеют относительно мягкие формы, ее последствия для социального роста личности оказываются наиболее губительными.

В самом общем виде под школьной дезадаптацией подразумевается некоторая совокупность признаков, свидетельствующих о несоответствии социально-психологического и психофизиологического статуса ребенка требованиям ситуации школьного обучения. Симптомы дезадаптации, выражающиеся в учебных трудностях, нарушениях поведения, негативных тенденциях эмоционального развития, в той или иной степени проявляются на сегодняшний день практически у каждого младшего школьника. Учитывая вышесказанное, проблему школьной адаптации следует отнести к одной из наиболее актуальных проблем современного образования, требующих уже не столько углубленного изучения, сколько безотлагательных поисков продуктивного решения на практическом уровне.

В связи с введением новых стандартов проблема адаптации детей к школе становится ещё более актуальной, так как ФГОС НОО второго поколения устанавливают требования к новым образовательным результатам, которые не сводятся к овладению предметными ЗУНами, а предполагают изменение в личности ребенка, наращивание ресурсов, ориентацию на развитие учащихся, учет их особенностей и всестороннее раскрытие их интеллектуального и личностного потенциала, формирование у школьников универсальных учебных действий – совокупности способов действия учащегося (а также связанных с ними навыков учебной работы), обеспечивающих его способность к самостоятельному усвоению новых знаний и умений, включая организацию этого процесса.

По данным Института возрастной психологии РАО трудности в обучении отмечаются у 15-40% школьников. Согласно результатам мониторинга «Прогноз и профилактика проблем обучения», проводимого специалистами Центра с 2008 года, уже в начальных классах ежегодно выявляется от 25% до 30% детей с психологическими трудностями дезадаптирующего характера. Эта тенденция также подтверждается наблюдениями педагогов образовательных учреждений района. Ежегодный анализ проблематики обращений родителей младших школьников за психологической помощью в Центр диагностики и консультирования свидетельствует, что с трудностями адаптации ребенка к школе сталкивается каждая третья-четвертая семья, имеющая первоклассника.

Чем в большей мере выражены признаки неблагополучия у ребенка младшего школьного возраста, тем в большей мере он нуждается в помощи психолога, в педагогической и родительской поддержке.

Для оказания помощи таким детям была разработана программа «Помоги себе учиться», направленная на устранение трудностей в адаптации к школе и обучении. Работа в рамках данной программы предполагает своевременное выявление и коррекцию отклонений в личностной и интеллектуальной сферах младших школьников, активизацию ресурсов, формирование у них мотивации к преодолению школьных трудностей.

Новизна и педагогическая целесообразность

Большинство существующих на сегодня программ психологической помощи младшим школьникам носят либо профилактический, либо развивающий характер и ориентированы на развитие какой-либо одной сферы личности ребенка. Вместе с тем, как показывает практика, основной контингент детей, чьи родители обращаются в Центр диагностики и консультирования – это учащиеся, уже имеющие те или иные проявления школьной дезадаптации. Такие дети нуждаются в комплексной психологической помощи, направленной не только на активизацию их интеллектуального потенциала, но и на коррекцию нежелательных поведенческих и эмоциональных тенденций, формирование коммуникативных навыков.

Кроме того, анализ консультативной практики показывает, что подавляющее большинство младших школьников с симптомами школьной дезадаптации страдают неврологическими отклонениями, и в первую очередь, минимальными мозговыми дисфункциями. Содержание и организация занятий в рамках программы «Помоги себе учиться» разработаны с учетом психофизиологических особенностей данной категории детей.

Цель программы: развитие когнитивной, регуляторно-волевой и аффективно-эмоциональной сфер личности детей младшего школьного возраста.

Задачи:

- способствовать усвоению детьми основных понятий, предусмотренных программой;
- сформировать у детей навыки самостоятельного решения интеллектуальных задач;
- способствовать развитию у детей поведенческой и эмоциональной саморегуляции;
- активизировать познавательный интерес детей.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих программ

Анализ современной методической литературы показал, что существуют разработанные программы познавательного развития младших школьников (Локалова Н.П, Тихомирова Л.Ф, Черемошкина Л.В., Степанова О.А. и др.),

программы развития эмоциональной и коммуникативной сферы (Кряжева Н.Л., Хухлаева О.В., Панфилова М.В., Битянова М.Р. Вачков И.В. и др.), а также программы по преодолению поведенческих нарушений у детей младшего школьного возраста (Чистякова М.И., Кряжева Н.Л., Политика О.И., Шевченко Ю.С. и др.). Имеется также программа нейропсихологической помощи детям, страдающим ММД (Сиротюк А.Л.). Однако представляется вполне очевидным, что коррекция школьной дезадаптации невозможна без решения всего комплекса возникающих у ребенка проблем. Работа в рамках программы «Помоги себе учиться» предполагает комплексный подход, включающий в себя не только развитие, но и коррекцию личности младших школьников по следующим векторам: когнитивные особенности, аффективная сфера, мотивационная сфера, коммуникативные и поведенческие особенности, особенности Я-концепции.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы: 6 - 11 лет

Сроки реализации программы: программа реализуется в течение 1 учебного года.

Формы и режим занятий: занятия проводятся в групповой или индивидуальной форме (в случае специальных показаний либо по желанию родителей, аргументированному значимыми факторами) 1 раз в неделю по 2 занятия, продолжительность одного занятия – 35 минут. Продолжительность непрерывной образовательной деятельности на занятии - 35 минут. Между занятиями организуется перерыв продолжительностью 10 минут.

Ожидаемые результаты и их проверки:

В результате реализации программы ожидаются следующие результаты: у детей повысится общая осведомленность, сформируются навыки самостоятельного решения интеллектуальных задач, поведенческая и эмоциональная саморегуляция (следование словесной инструкции взрослого, подчинение групповым правилам, следование регламенту занятия), повысится уровень познавательной активности.

Предполагается следующая система отслеживания и оценивания результатов:

- диагностика методом структурированного наблюдения;
- беседы с родителями.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№ занятия	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1, 2	«Давайте познакомимся!»	1 час 10 мин	-	1 час 10 мин	занятия 37-38, 69-70 - диагностика
3 - 6	«Я и мир вокруг»	2 часа	40 минут	1 час 40	

		20 минут		минут	методом структурированного наблюдения
7 - 10	«Кто я? Мои силы и возможности»	2 часа 20 минут	40 минут	1 час 40 минут	
11 - 18	«Я и мои друзья»	4 часа 40 минут	1 час 20 минут	3 часа 20 минут	
19 - 26	«Я и мои родители»	4 часа 40 минут	1 час 20 минут	3 часа 20 минут	
27 - 32	«Я умею сотрудничать»	3 часа 30 минут	1 час	2 часа 30 минут	
33-36	«Я изменяюсь»	2 часа 20 минут	40 минут	1 час 40 минут	
37-70	«Я могу писать, считать, слушать, думать рассуждать...»	19 часов 50 минут	-	19 часов 50 минут	
71, 72	«Повторение»	1 час 10 мин	-	1 час 10 мин	
ИТОГО		42 часа	5 часов 40 минут	36 часов 20 минут	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема№ 1 «Давайте познакомимся», «Я и мир вокруг»

Знакомство, установление контакта с детьми. Формирование у учащихся чувства психологической безопасности, эмоционального комфорта. *Основные понятия:* имя, фамилия, школа, класс, увлечения, правила работы группы, ритуал приветствия, ритуал прощания.

Тема№ 2 «Кто я? Мои силы и возможности»

Занятия направлены на развитие у детей уверенности в себе, своих возможностях, понимание своей уникальности и неповторимости, мотивации учащихся к развитию силы воли и самоконтроля.

Основные понятия: успех, уверенность, способности, возможности трудности, как с ними справиться.

Тема№ 3 «Я и мои друзья»

Занятия помогают детям осознать качества настоящего друга, учат их принимать другого, подводят к осознанию собственного умения дружить

Основные понятия: дружба, друг, ссора, примирение, качества дружелюбного человека.

Тема№ 4 «Я и мои родители»

Занятия помогают детям осмыслить требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями, обучают способам разрешения противоречий с родителями.

Основные понятия: права, обязанности, наказание, похвала, стыд, обида, вина.

Тема№ 5 «Я умею сотрудничать»

Занятия формируют навыки бесконфликтного взаимодействия со сверстниками, учат считаться с интересами и мнением других, помогать товарищам, справедливо оценивать свои поступки и поступки сверстников.

Основные понятия: сотрудничество, взаимодействие, конфликты, ссора, одиночество.

Тема № 6 «Я изменяюсь»

Занятия дают возможность детям задуматься о своем будущем, обсудить возможные варианты будущего, помогают понять, что будущее начинается в настоящем.

Основные понятия: будущее, жизненный выбор, идеальное Я.

Тема № 7 «Я могу писать, считать, слушать, думать рассуждать...»

Занятия посвящены активизации интеллектуального потенциала детей, коррекции отклонений в развитии отдельных компонентов познавательной сферы учащихся.

Основные понятия: внимание, память, мышление, речь, звук, слог, слово, предложение, текст.

Тема № 8 «Повторение»

Повторение понятий, предусмотренных программой.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Занятия в рамках данной программы являются структурированными и включают этапы, повторяющиеся на каждом занятии в течение учебного года.

Темы: «Кто я? Мои силы и возможности», «Я и мои друзья», «Я и мои родители», «Я умею сотрудничать», «Я изменяюсь»						
		Структура и содержание нечетных занятий		Структура и содержание четных занятий		
Этапы занятия	1. Ритуал приветствия	2. Психологическая разминка	3. Создание проблемной ситуации (работа с текстом)	4. Упражнение на формирование социальной компетенции учащихся	5. Телесно-ориентированные или кинезиологические упражнения	6. РИТУАЛ ПРОЩАНИЯ
Номер занятия						
1-6	«Эстафета хороших известий»	«Давайте, познакомимся»	«Поменяйтесь местами», Выработка и принятие правил групповой работы	Выработка ритуала прощания	"Катушка"	
7-8		«Птица, рыба, зверь»	«Сказка о Маше и ее человечках»	"Кто Я?",	Кинезиологический комплекс упражнений №1	

9-10	«Рыцари и охранники»,	«Козленок Хрюпигав»	"Неоконченные предложения"	«Морские звезды»
11-12	«Дракон кусает свой хвост»	«Кто самый лучший»	"Главная учебная сила"	Кинезиологический комплекс упражнений №2
13-14	«Море волнуется»	«В одном лесу жила, была...»	"Помоги Сереже"	«Бревнышко»
15-16	«Атомы и молекулы»	«Туча»	"Ладощка"	Кинезиологический комплекс упражнений №3
17-18	«Птички и коршун».	«Кузя»	"Угадайка"	«Пирожок»
19-20	«Мышеловка»	«Про маленькую Бабу Ягу»	"Нужно ли уметь дружить?"	Кинезиологический комплекс упражнений №1
21-22	«Мячик»	«О Спиногрызкине»	"Об Алеше"	«Тоннель»
23-24	«Майские жуки»	«Про великана Гришку и недобрую фею»	"Должен и имею право: в школе, дома, на улице",	Кинезиологический комплекс упражнений №2
25-26	«Огонь вода земля воздух»	«Простить маму...»	"Неоконченные предложения"	«Паравозик»
27-28	«Платочек»	«Принц Эдгар»	"Не буду просить, прощения"	Кинезиологический комплекс упражнений №3
29-30	«Птицы, блохи, пауки»»	«Добрая память»	"Что такое сотрудничество"	«Ночной поезд»
31-32	«Сова и мыши»	«Лети вверх, Соня»	"Разыграй конфликт"	Кинезиологический комплекс упражнений №1
33-34	«Лисонька, ты где?»	«Я иду к своей звезде»	"Мусорное ведро"	«Катание на санках»
35-36	«Третий лишний»	«Жила-была девочка»	"Идеальное Я"	Кинезиологический комплекс упражнений №2

Тема «Я могу писать, считать, слушать, думать рассуждать...»

Этапы занятия	Структура и содержание нечетных занятий			Структура и содержание четных занятий	
	1. Ритуал приветствия	2. Психологическая разминка	3 Групповые игры и упражнения	4. Индивидуальные игры и упражнения	5. Упражнения на снятие эмоционального и мышечного напряжения
Номер занятия					
37-38	«Эстафета хороших известий»	«Рука»	Выработка ритуала приветствия Повторение правил групповой работы.	Придумай и нарисуй свою эмблему.	«Пылесос и пылинки»
39-40		«Кричалки-шепталки-молчалки»	«Ковер» «Ищем сокровище»	«Найди слова»	«Лимон»
41-42		«Гвалт»	«Кто тебя позвал, узнай».	«Звуковое лото»	Прогрессивная мышечная релаксация «Насос и мяч»

43-44	«Внимательный счет»	«Пишущая машинка»	«Развивай внимание»	Релакс "Зернышко"
45-46	«Цунами»	«Слушай команду»	«Шифровка»	«Мойка машин»
47-48	«Пчелы и змеи»	«Кто не на месте»	«Бессмысленные слова»	"Насос"
49-50	«Корова, кошка, собака»	«Баржа»	«Объедини по смыслу»	Релакс "Дерево"
51-52	«Медведи и пингвины»	«Собираем урожай фруктов»	«Смысловая память»	"Воздушный шарик"
53-54	«Кричалки-шепталки-молчалки»	«Ориентировка по памяти»	«Дополни фрагмент»	"Восковая свеча"
55-56	«Путаница»	«Найди общий признак»	Иллюстрация рассказа	«Сломанная кукла»
57-58	«Ассоциации»	«Причины и последствия»	«Светофор»»»	«Драка»
59-60	«Утка, заяц, слон»	«Поиск общих свойств»	«Существенные признаки»»»	«Травинки на ветру»
61-62	«Джеймс Бонд»	«Скрепка»	«20 точек»	Любопытная «Варвара»
63-64	«Болото»	«Придумай предложение»	Составь предложения с данными словами.	«Марионетки»
65-66	«Хвост ослика ИА»	«Объясни значение слов»	«Составь слова из слогов»	«Цветок»
67-68	«Ассоциации 2»	«Фантастический рассказ.»	«Преврати в предмет»	«Скала»
69-70	«Кричалки-шепталки-молчалки»	«Здравствуй, лето»	«Найди слова»	«Лимон»
71-72	«Вспоминаем, повторяем»	«Я и друг»	«Запомни слова»	«Ладочки пожеланий»

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей. - М.: «Ось-89», 2006
2. Агранович З.Е. Сборник домашних заданий в помощь логопедам и родителям для преодоления лексико-грамматического недоразвития речи у дошкольников с ОНР.- СПб.: « ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2001
3. Алифанова Е.А., Егорова Н.Е. Логопедические упражнения в рифмах. Пособие для родителей, логопедов, воспитателей. - М.: «Издательство «ГНОМ и Д», 2000
4. Артюхова И. Профилактика дезадаптации первоклассников. - М.: Чистые пруды, 2008
5. Астапов В.М., Микадзе Ю.В. Обучение и воспитание детей «группы риска». - М., 1996
6. Битянова М.Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка.- М.: Образоват. Центр «Педагогический поиск», 1997
7. Венгер А.Л., Цукерман Г.А. Психологическое обследование младших школьников. – М.: ВДАДОС, 2005
8. Волкова Г.А. Методика психолого-логопедического обследования детей с нарушениями речи. Вопросы дифференциальной диагностики: Учебно-методическое пособие.-СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2005

9. Волкова С.И., Пчёлкина О.Л. Альбом по математике и конструированию. - М.: Просвещение, 1993
10. Гильбух Ю.З. Учебная деятельность младшего школьника: диагностика и коррекция неблагополучий. - Киев, 1993
11. Диагностика школьной дезадаптации. - М.: Консорциум «Социальное здоровье России», 1995 г.
12. Елецкая О.В., Горбачевская Н.Ю. Логопедическая помощь школьникам с нарушениями письменной речи. / Под редакцией О.В. Заширинской. – СПб., 2005
13. Ефименкова Л.Н. Коррекция устной и письменной речи учащихся начальных классов. – М., 2006
14. Коваленко О.М. Коррекция нарушений письменной речи у учащихся младших классов общеобразовательной школы. – М., 2006
15. Коноваленко В.В., Коноваленко С.В. Правильное произношение и чтение. Книга для родителей. - М.: «Издательство «ГНОМ и Д», 2000
16. Корсакова Н.К., Микадзе Ю.В., Балшова Е.Ю. Неудачающие дети: нейропсихологическая диагностика трудностей в обучении младших школьников. - М., 1997
11. Костромина С.Н., Нагаева Л.Г. Как преодолеть трудности в обучении чтению. – М., 1999
12. Лапаева Р.И. Нарушения чтения и пути их коррекции у младших школьников. – С. Пб., 1998;
14. Локалова Н.П. Как помочь неуспевающему школьнику. - М.: «Ось-89», 2003
15. Лурия А.Р., Цветкова Л.С. Нейропсихология и проблемы обучения в общеобразовательной школе. - М., 1997
16. Маленкова Л.И. Педагоги, родители, дети (воспитателю, классному руководителю о работе с родителями). - М.: ТОО «Интел Тех», Правление о-ва «Знание» России, 1994
17. Мухина В.С. Психология детства и отрочества. — М., 1998
18. Николаева Е.И. Леворукий ребенок: диагностика, обучение, коррекция. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005
19. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. - М.: Просвещение, 1993
20. Оморокова М.И. Совершенствование чтения младших школьников, - М., 2001
21. Осипова А.А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М., 2000
22. Программы профилактики трудностей в учебе / Авт.-сост. Меттус.Е.М, Литвина. - Волгоград: Учитель, 2007.
23. Психологическая поддержка младших школьников: программы, конспекты, занятия / Авт.-сост. О.Н. Рудякова. – Волгоград: Учитель, 2008
24. Психолого-медико-педагогическая консультация: Методические рекомендации/ Науч.ред. Шипицына Л.М.-2^еизд., доп. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2002

25. Ратанова Т.А., Шляхта Н.Ф. Психодиагностические методы изучения личности. - М., 1998
26. Раттер М. Помощь трудным детям. - М., 1987
27. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие - М.: Владос, 1996
28. Российская Е.Н. Методика формирования самостоятельной письменной речи у детей. – М., 2004
29. Садовникова И.Н. Нарушения письменной речи и преодоление у младших школьников.- М., 2006
30. Светлова И.Е. Развитие речи. - М.: Изд-во ЭКСМО, 2005
31. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога. 2-е изд., испр. и доп. – М., 2001
32. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учеб. пособие для высш. учеб. заведений. - М., 2002
33. Стребелева Е.А. Формирование мышления у детей с отклонениями в развитии: Кн. Для педагога-дефектолога.-М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2005
34. Волкова С.И., Пчёлкина О.Л. Альбом по математике и конструированию. - М.: Просвещение, 1993
35. Степанова О.А. Профилактика школьных трудностей. - М: «ТЦ Сфера», 2003
36. Тихомирова Л.Ф. Развитие логического мышления детей. - Ярославль: ТОО «Гринго», 1995
37. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей школьника. – Ярославль: «Академия развития», 1996
38. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. - М.: Генезис, 2005
39. Цветкова Л.С. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста: Учебное пособие. - М., 2001
40. Цветкова Л.С. Нейропсихология счета, письма и чтения: нарушение и восстановление. - М., 1997
41. 1995
42. Эльконин Д.Б. Как учить детей читать. – М., 1976
43. Яворская О.Н. Игры, задания, конспекты занятий для развития письменной речи у школьников (7-10 лет): Практическое пособие для учащихся начальной школы, учителей, логопедов и родителей. _ СПб.: КАРО, 2007
44. Я работаю психологом... Опыт, размышления, советы / Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Сфера, 1999
45. Ясюкова Л.А. Закономерности развития понятийного мышления и его роль в обучении. – СПб: ГП ИМАТОН, 2005. – 256 с.
46. Ясюкова Л.А. Оптимизация обучения и развития детей с ММД. Диагностика и компенсация минимальных мозговых дисфункций. – СПб: ГП ИМАТОН, 2001. – 84 с.
47. Ясюкова Л.А. Прогноз и профилактика проблем обучения в начальной школе. Методическое руководство. СПб: ГП ИМАТОН, 2004. – 184 с.

48. Ясюкова Л.А. Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах. Методическое руководство. Спб: ГП ИМАТОН, 2007. – 200 с.