

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением
иностранных языков № 4» г. Курчатова

РАССМОТРЕНО

На МО учителей начальных классов

Протокол № 1

От « 28 » 09 2023г.

Руководитель

_____ Е. М. Куценко

УТВЕРЖДАЮ

Директор Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения «Средняя
общеобразовательная школа с углубленным
изучением иностранных языков № 4» г. Курчатова
Приказ № 258
от «29» 08 2023г.

_____ Т.М. Буровникова

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Я – первоклассник!»

Уровень образования начальное общее

Направление внеурочной деятельности социальное

**Рабочая программа разработана на методическом объединении учителей
начальных классов**

г. Курчатов
2023

1. Пояснительная записка

Актуальность программы

Данная программа направлена на осуществление комплексного психолого-педагогического сопровождения детей в период адаптации к школе: обучающихся первых классов.

Программа дает возможность отслеживать процесс развития, заниматься глубокой и всесторонней как профилактической, так и развивающей работой в зоне ближайшего развития детей определенного возраста, осуществлять индивидуальную поддержку тех, кто в ней нуждается.

Психолог становится полноправным участником образовательного процесса. У него появляется возможность тесно сотрудничать с педагогами в решении проблем и задачах развития конкретных детей и ученического коллектива в целом, прежде всего - с классным руководителем.

Проблема адаптации первоклассника к обучению в школе является одной из самых важных для педагогики и психологии образования, так как от того, как ребенок адаптируется в школе, насколько успешно пройдут его первые месяцы и первый год в образовательном учреждении, зависит не только успешность его обучения, отношение к учению, учителю и сверстникам, но и способность к дальнейшему психическому, личностному и социальному развитию.

Школьная дезадаптация чаще всего проявляется в невозможности обучения ребенка по программе в соответствии с его способностями, в нарушениях учебы и поведения, в конфликтных отношениях со сверстниками и педагогами, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии.

Младший школьный возраст обещает ребенку новые достижения в новой сфере человеческой деятельности - учении. Этому возрастному периоду психологи уделяют достаточно много внимания, так как именно он особенно важен при формировании личности школьника, в нем закладывается потенциал дальнейшего развития ребенка. В этом возрасте ребенок проходит через кризис развития, связанный с объективным изменением социальной ситуации развития. Новая социальная ситуация вводит ребенка в строго нормированный мир отношений и требует от него организованной произвольности, ответственности за дисциплину, за развитие исполнительских действий, связанных с обретением навыков учебной деятельности, а также за умственное развитие.

С первых дней обучения ребенку предъявляются требования, касающиеся произвольности познавательных процессов, учебной мотивации, навыков, позволяющих успешно осваивать программу и т. д. У каждого ребенка, поступающего в школу, повышается психическая напряженность. Это отражается не только на физическом состоянии, здоровье, но и на поведении ребенка. К специфическим проблемам первоклассников можно отнести разновозрастный состав классов (6 и 7 лет) и неодинаковый уровень подготовки детей, что вызвано множеством программ подготовки к школе, не всегда согласованных с обучением в начальных классах. Даже хорошо подготовленные дети в период адаптации испытывают стресс, показывают не стабильные результаты. Дети с низким уровнем готовности способны потеряться, разочароваться в школе, в той школе, которую они так живо и красочно себе представляли. Таким образом, одним из главных направлений работы школьного психолога в начальной школе является помощь ученику в освоении учебной деятельности как в период адаптации в первом классе, так и на всем протяжении обучения в младших классах.

Традиционные уроки не могут обеспечить в равной доле решение образовательных и развивающих задач. Возникает необходимость в проведении развивающих занятий, помогающих младшему школьнику не только приобрести навыки работы в классе, принятия учебной задачи, самостоятельной деятельности, но и актуализировать познавательные процессы, расширить кругозор, получить новый деятельностный опыт.

Цель программы: помочь детям в адаптации к школе, в развитии саморегуляции, предупреждении и снижении тревожности, а также помочь учителю в создании условий, способствующих интенсивному развитию познавательных возможностей и коммуникативных способностей первоклассников.

Задачи программы:

- формировать у первоклассников реальные представления об особенностях обучения в школе;
- формировать и развивать общеучебные умения и навыки (умение самостоятельно работать в заданном темпе, умение контролировать и оценивать свою работу);
- развивать у детей различные виды памяти, внимания, воображения;
- развивать речь при работе над словом, словосочетанием, предложением;
- развивать мышления в ходе усвоения детьми таких приёмов мыслительной деятельности как умение анализировать, сравнивать, синтезировать, обобщать, выделять главное, доказывать и опровергать;
- развивать сенсорную сферу ребят (глазомера, мелких мышц кистей рук) и двигательную сферу;
- формировать навыки общения;
- корректировать трудности поведения и характера;
- формировать систему нравственных межличностных отношений (формирование «я-концепции»).

Курс предназначен для обучающихся 1-х классов; рассчитан на 1 час в неделю/34 часа в год в каждом классе.

2. Содержание учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля

Раздел I. Введение. Знакомство школьника с нормами школьной жизни. (16ч). Вводное занятие. С Днем Рождения группа. Я и моё имя. Школьные правила. Собираем портфель. Школьные оценки. Подсказки и списывание. Что такое хорошо?

Раздел II. Развитие эмоционально – волевой сферы. (30ч). Мои эмоции. Моё настроение. Радость и огорчение. Мои способности. Слышу, вижу, размышляю. Радость – одна на всех. Чудо – дерево. Наши страхи. Грусть и печаль. Учусь слышать и запоминать. Я контролирую себя. Я активен и внимателен. Слушай команду. Волшебная клетка. Планета эмоций.

Раздел III. Развитие коммуникативных умений и навыков. (18ч) Что такое общение. Путешествие в страну «Понимание». Я спокоен. Я – доброжелательный. Волшебные средства взаимопонимания. Я всё могу. Драки и обида. Мы поссорились и помирились. Застенчивость и уверенность.

Раздел IV. Заключительная часть. (4ч). Дерево дружбы. Что я знаю про свою школу.

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета курса внеурочной деятельности

Главная цель программы – благоприятное течение социально-психологической адаптации обучающихся 1 класса к школе, сформированность УУД. В результате проведения курса «Я - первоклассник» у обучающихся должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты

Личностные результаты изучения курса характеризуют готовность обучающихся руководствоваться традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и должны отражать приобретение первоначального опыта деятельности обучающихся в части:

Гражданско-патриотического воспитания:

– первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственного воспитания:

– проявление культуры общения, уважительного отношения к людям, их взглядам, признанию их индивидуальности;

– принятие существующих в обществе нравственно-этических норм поведения и правил межличностных отношений, которые строятся на проявлении гуманизма, сопереживания, уважения и доброжелательности.

Эстетического воспитания:

– использование полученных знаний в продуктивной и преобразующей деятельности, в разных видах художественной деятельности.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

– соблюдение правил организации здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни; выполнение правил безопасного поведения в окружающей среде (в том числе информационной);

– бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудового воспитания:

– осознание ценности трудовой деятельности в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

Экологического воспитания:

– проявление бережного отношения к природе;

– неприятие действий, приносящих вред природе.

Ценности научного познания:

– формирование первоначальных представлений о научной картине мира;

– осознание ценности познания, проявление познавательного интереса, активности, инициативности, любознательности и самостоятельности в обогащении своих знаний, в том числе с использованием различных информационных средств.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- 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.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения программы «Я-первоклассник»:

- развитие эмоционально-волевой сферы;
- развитие познавательных психических процессов (память, внимание, мышление, воображение) развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих отношений с педагогами, формирование коммуникативных УУД;
- развитие способности принимать и сохранять цели деятельности;
- развитие способности контроля в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона;
- 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;
- развитие таких логических операций как анализ, синтез, обобщение, классификация, установление аналогий, простых причинно-следственных связей;
- 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.

4. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы, возможности использования по этой теме ЭОРИ и ЦОР

№ п/п	Тема/раздел	Количество академических часов, отводимых на освоение темы	Электронные (цифровые) учебно-методические материалы	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Форма проведения занятий
1.	Раздел I. Введение. Знакомство школьника с нормами школьной жизни – 16 часов				
	Вводное занятие.	2	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2020/02/25/vvodnoe-zanyatie-s-dnem-rozhdeniya-gruppa-k-obrazovatelnoy	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа,
	С Днём Рождения группа!	2	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2020/02/25/vvodnoe-zanyatie-s-dnem-rozhdeniya-gruppa-k-obrazovatelnoy	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Я и моё имя.	2	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2014/11/01/zanyatie-po-vneurochnoy	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности	Беседа. Игра.

		deyatelnosti-ya-i-moe	адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	
Школьные правила.	2	https://infourok.ru/konspekt-vneurochnogo-zanyatiya-shkolnie-pravila-2133611.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
Собираем портфель.	2	https://infourok.ru/scenariy-kvest-igri-pomogi-pervoklassniku-sobrat-portfel-v-shkolu-3238528.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
Школьные оценки.	2	https://infourok.ru/klassnyj-chas-na-temu-pervaya-ocenka-4418580.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление	Беседа. Игра.

				интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	
	Подсказки и списывание.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayuschi-e-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-podskazki-spisivanie-2084283.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Что такое хорошо.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-o-vozpitatelnoe-zanyatie-na-temu-cto-takoe-horosho-cto-takoe-ploho-dlya-1-klasse-5398364.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
2.	Раздел II. Развитие эмоционально – волевой сферы – 30 часов				
	Мои эмоции.	2	https://multiurok.ru/files/konspekt-vneurochnogo-zaniatia-ia-i-moi-emotsii.html	Выявление учащихся, испытывающих трудности адаптации на первичном и вторичном этапе путём наблюдения.	Беседа. Игра.
	Моё настроение.	2	https://infourok.ru/otkritoe-vneurochnoe-zanyatie-na-temu-moyo-nastroenie-	Выявление учащихся, испытывающих трудности адаптации на первичном и	Беседа. Игра.

			klass-fgos-272930.html	вторичном этапе путём наблюдения.	
Радость и огорчение.	2		https://infourok.ru/razrabotka-vneurochnogo-zanyatiya-dlya-ogo-klassa-po-teme-radost-1815928.html	Выявление учащихся, испытывающих трудности адаптации на первичном и вторичном этапе путём наблюдения.	Беседа. Игра.
Мои способности.	2		https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2019/09/12/konspekt-zanyatiya-s-pervoklassnika-mi-moi-sposobnosti	Выявление учащихся, испытывающих трудности адаптации на первичном и вторичном этапе путём наблюдения.	Беседа. Игра.
Слышу, вижу, размышляю.	2		https://infourok.ru/konspekt-korrekcionnoro-zvivayuschego-zanyatiya-tema-v-mire-knig-1871613.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
Радость – одна на всех.	2		https://infourok.ru/korrekcionnoro-zvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-radost-odna-na-vseh-2084275.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в	Беседа. Игра.

				школе.	
	Чудо – дерево.	2	https://infourok.ru/urok_chudo_derevo_1_klass-184123.htm	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Наши страхи.	2	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2017/02/13/zanyatie-psiologii-v-1-klasse-na-temu-strah	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Грусть и печаль.	2	https://infourok.ru/korrekcionnoe-zanyatie-grust-v-klasse-3612876.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Учусь слышать и запоминать.	2	https://kopilkurokov.ru/vneurochka/prochee/korreksionnoe	Формирование психологического статуса школьника у	Беседа. Игра.

			razvivaiushche zaniatie uchimsia slushat i slyshat	первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	
	Я контролирую себя.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-ya-kontraliruyu-sebya-2084345.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Я активен и внимателен.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-s-uchaschimisya-klassov-uchimsya-bit-vnimatelnimi-1592152.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Слушай команду.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-s-uchaschimisya-klassov-uchimsya-bit-vnimatelnimi-1592152.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция	Беседа. Игра.

				эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	
	Волшебная клетка.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-volshebnoj-kletki-2084351.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Планета эмоций.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-plane-ta-emocij-2084359.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
3.	Раздел III. Развитие коммуникативных умений и навыков – 18 часов				
	Что такое общение.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-cto-takoe-obschenie-2084343.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы,	Беседа. Игра.

				преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	
	Путешествие в страну «Понимание».	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-putishestviya-v-stranu-ponimaniya-2084336.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Я спокоен.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-zastenchivost-i-uverennost-2084440.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Я – доброжелательный .	2	https://infourok.ru/konspekt-otkritogo-zanyatiya-yadobrozhelatelnyy-klass-2307203.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.

Волшебные средства взаимопонимания.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayuschi-e-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-volshebnie-sredstva-vzaimoponimaniya-2084325.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
Я всё могу.	2	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2016/03/05/korreksionno-razvivayushche-e-zanyatie-puteshestvie-na	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
Драки и обида.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayuschi-e-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-draki-i-obidi-2084331.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
Мы поссорились и помирились.	2	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2015/04/	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников,	Беседа. Игра.

			01/praktichesko-zanyatie-my-possorimsya-i	испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	
	Застенчивость и уверенность.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-zastenchivost-i-uverennost-2084440.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
4.	Раздел IV. Заключительная часть – 4 часа				
	Дерево дружбы.	2	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-derevo-druzhbi-2084446.html	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	Беседа. Игра.
	Что я знаю про свою школу.	24	https://infourok.ru/korrekcionn-orazvivayusche-zanyatie-po-adaptacii-pervoklassnika-zanyatiya-po-psihologii-igra-	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации,	Беседа. Игра.

			putishestviya-cto-ya-znayu-pro-svo-2084459.html	коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.	
Итого: 68					