

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа села Дубовое  
Южно-Курильский район  
Сахалинской области**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора школы

Зачесова Е.А.

20\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Мокина А.С.

20\_\_

Рабочая программа  
по психологии  
для первого класса  
начального общего образования  
на 2023– 2024 учебный год.  
«Познай себя»  
Составлена педагогом-психологом  
Садуевой М.В.

с.Дубовое  
2023

## Пояснительная записка

Главная их особенность - первичное осознание позиции школьника, прежде всего через новые обязанности, которые ребенок учится выполнять. Присутствует острое желание быть успешным в учебе, а для ребенка это означает то же, что быть хорошим и любимым. Это наглядно выявляется при беседах с родителями в начале первого года обучения. Содержание родительских жалоб в это время обычно сводится к тому, что ребенок неряшливо пишет, не старается, либо старается, но, тем не менее, у него многое не получается. Ему трудно жить в атмосфере постоянной требовательности и контроля, он нуждается в помощи родителей при выполнении домашних заданий, во всяком случае, в присутствии взрослых. При этом родителям приходится жертвовать личным временем и досугом, мало времени остается для обычных домашних дел. Переход ребенка в школу часто превращается в настоящее испытание для любящих родителей.

Они быстро утрачивают праздничное настроение 1-го сентября, школьные уроки тяготят их, они жалуются на трудности и скуку. Дети с нетерпением ждут звонка на перемену, когда можно переключиться на привычные игры и общение со сверстниками. Первые дни в школе требуют целенаправленной работы по формированию установки на преодоление школьных трудностей и способности получать удовлетворение от процесса познания. Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Поэтому на групповых психологических занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость. Ребенок лучше всего запоминает информацию, когда не только слышит ее, но и видит ее наглядное отображение, имеет возможность потрогать изучаемый объект. Внимание и память пока еще в основном произвольны, то есть для концентрации ребенку требуется внешняя помощь (интересные картинки, звуковые сигналы, игровые ситуации). В силу этого отвлекаемость на занятиях довольно высока. В групповые занятия должны включаться игровые и двигательные задания. Первоклассники еще не могут контролировать свои действия (например, проверить наличие ошибок в написанном тексте). Поэтому главной задачей занятий становится содействие развитию рефлексии учащихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний.

Для первоклассников самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей. Детям кажется, что они занимают центральное место в жизни педагога, что все его беды и радости связаны только со школой и с ними. Поэтому полезно включать в занятия задания, которые дают возможность понять, что радовать и огорчать учителя могут не только их успехи или дисциплина на уроке, но и чтение книг, к примеру, или общение с собственными детьми. Это поможет учащимся справиться с возможным страхом перед учителем. Другая важная задача в работе с первоклассниками - установление атмосферы дружелюбия. Нужно учитывать, что большинство детей растут в атмосфере домашнего тепла и внимания и приходят в школу от любящих родителей, бабушек и дедушек. Те же, кто посещал детский сад, страдают от смены привычного окружения, от утраты налаженных дружеских контактов. В классе вокруг них много ровесников, но они все чужие, и общение нужно выстраивать заново, а далеко не каждый ребенок легко устанавливает новые привязанности.

**Цель:** формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

**Задачи:**

- содействовать осознанию позиции школьник;
- сформировать позитивную Я-концепцию;

- формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления;
- способствовать формированию дружеских отношений в классе;
- сформировать психологическую готовность к обучению;
- дать ребенку элементарные представления о внутреннем мире человека, о его месте в окружающем мире.

**Методы используемые на занятиях:**

- тренинги;
- беседы и дискуссии;
- игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками);
- релаксационные упражнения;
- работа с книгой;
- работа с притчами.

**Программа рассчитана на 31 час в год (1 час в неделю).**

**Календарно-тематическое планирование коррекционно-развивающих занятий для учащихся 1 класса (31 ч)**

№ п/п	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов
	планируемая	фактическая		
			<b>Раздел 1. Я - школьник</b>	<b>5</b>
1			Знакомство	1
2			Я теперь школьник	1
3			Что значит быть школьником?	1
4			Знаете ли вы себя	1
5			Знакомство с Пси-Магом	1
			<b>Раздел 2. Введение в мир психологии</b>	<b>7</b>
6			Королевство внутреннего мира	1
7			Сказка о волшебных зеркалах	1
8			Что такое «добро» и «зло»?	1
9			Что я знаю о себе?	1
10			Что я знаю о себе и других?	1
11			Ты и твои друзья	1
12			Я – это кто?	1
			<b>Раздел 3. Психика и познание мира</b>	<b>7</b>
13			Мир человеческих чувств	1
14			Мои ощущения	1
15			Мое восприятие мира	1
16			Мое внимание	1
17			Как быть внимательным?	1
18			Развиваем свое внимание	1
19			Я умею быть внимательным	1
			<b>Раздел 4. Темперамент и характер</b>	<b>4</b>
20			Типы темперамента	1
21			Разные люди – разные характеры	1
22			Какой у меня характер?	1
23			Мой характер: оценим недостатки	1
			<b>Раздел 5. Я и мои эмоции</b>	<b>8</b>
24			Что такое эмоции?	1
25			Какие бывают эмоции?	1
26			Что я знаю о своих эмоциях?	1
27			Что я знаю о своих эмоциях?	1
28			Море положительных Эмоций	1
29			Город Радости и Веселья	1
30			Кем я буду в будущем	1
31			Итоговое занятие	1