

Министерство образования и науки Самарской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного профессионального образования Самарской области
«Региональный социопсихологический центр»

Методические разработки занятий
«Я – школьник», «Школьные правила», «Моя школа» для обучающихся
1-го класса в рамках профилактических занятий
по содействию школьной адаптации

Зайцева Н.А.,
педагог-психолог
ГБУ ДПО «Региональный
социопсихологический центр»

Публикуется в авторской редакции.

**Ответственность за соблюдение
законодательства об авторских правах
несет автор.**

Методические разработки занятий «Я – школьник», «Школьные правила», «Моя школа» для обучающихся 1-го класса используются педагогом-психологом ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр» на базе МБОУ Школа № 50 г.о. Самара с 2020 года. Такие занятия проводятся в начале учебного года (сентябре) перед диагностической деятельностью в рамках профилактической работы. Цель занятий — содействие успешной школьной адаптации учеников.

6 марта 2024 года на базе МБОУ Школа № 50 г.о. Самара педагогом-психологом Зайцевой Н.А. было проведено открытое мероприятие для молодых специалистов по данным методическим разработкам.

Основой для создания занятий послужила программа О. В. Хухлаевой «Хочу быть успешным». В результате поставленная цель данных занятий – содействие школьной адаптации реализуется посредством проработки потенциально проблемных сфер школьной жизни, когда дети закрепляют представление об уроках и переменах, осознают различия в позициях «дошкольник» и «школьник», закрепляют представление о школьных правилах.

Занятие состоит из трех частей: разминка, основная часть и заключение. В работе с детьми на занятиях педагогом-психологом используется мягкая игрушка – зайчик Ушастик с целью активизации поставленных целей и задач.

Разминка используется в начале урока и перед рисованием. В разминке в начале занятий проводятся упражнения с акцентом на имена детей и их настроение. В разминке перед рисованием используется пальчиковая гимнастика, которая способствует снятию эмоционального напряжения и повышению работоспособности детей.

В основной части занятия дети обсуждают предлагаемые психологом вопросы и создают рисунки по заданным темам («Я до школы» и «Я – школьник»; «Лесная школа по моим правилам»; «Что мне нравится в школе»). В завершении основной части презентация и выставка рисунков.

В заключение занятий проводится рефлексия проделанной работы.

Методические разработки занятий

«Я – школьник», «Школьные правила», «Моя школа»

для обучающихся 1-го класса в рамках профилактических занятий по содействию школьной адаптации

Занятие 1. «Я – школьник»

Цель: акцентировать внимание детей на отличиях дошкольного детства от школьного.

Задачи:

- 1) познакомить детей с понятием «настроение»;
- 2) ввести в процесс занятия цвета и предметы, символизирующие разные настроения;
- 3) способствовать осознанию различий в позициях «дошкольник» и «школьник».

Оборудование: игрушка Зайка-Ушастик, мячик, альбомные листы, цветные карандаши, магнитики.

Содержание

1. Приветствие. Знакомство с зайцем Ушастиком (мягкая игрушка), который тоже пошел в первый класс.

2. Упражнение «Имя и мое настроение». Ребята, наше настроение можно сравнить с цветом: яркие цвета говорят о хорошем настроении, темные цвета – о плохом настроении. Зайка Ушастик к вам пришел в хорошем настроении и похоже оно у него на оранжевый цвет, потому что он любит морковку. Сейчас каждый из вас, получив мячик в руки, называет свое имя и цвет своего настроения и отвечает, почему именно такого цвета. Дети произносят свое имя и делятся своим настроением.

3. Основная часть. Детям предлагается отгадать загадку:

Стоит дом: кто в него войдет,

Тот и ум приобретает. (Школа).

Обсуждаются вопросы:

- почему дети перестают ходить в детский сад и начинают ходить в школу?

- чем занимаются дети до школы и чем в школе?

В процессе обсуждения дети предлагают варианты отличия дошкольного детства от школьного и в заключении психолог, обобщая ответы детей, произносит основные отличия.

3.1 Разминка. Пальчиковая гимнастика:

— Растирание ладоней, массаж ручек.

— «Паровозик»: ладони сомкнуты перед грудью. Левая ладошка скользит вверх, пальцы левой руки обхватывают пальцы правой и крепко их сжимают. То же самое нужно сделать правой рукой. Повторить 20 раз.

— «Лягушка»: крепко сжать обе руки в кулачки, а потом с силой растопырить пальцы в стороны. Повторить 10 раз.

— «Вращение кулачков»: легко сжать обе руки в кулачки и медленно вращать кистями в одну сторону, потом в другую. Повторять по 10 раз.

3.2. Рисунок: «Я до школы» и «Я – школьник». Ребятам предлагается нарисовать два рисунка по выше указанным темам, разделив лист бумаги на две части. Инструкция: нарисуйте так, чтобы сразу можно было догадаться, где какой рисунок, но сами никому не говорите. Далее устраивается выставка рисунков детей на доске. Психолог показывает на рисунок, а дети должны угадать к какой теме относится данный рисунок.

4. Заключение-обобщение, рефлексия. Психолог подводит итоги темы «Кто такой школьник?», опираясь на детские рисунки с выставки. Что было интересным? Какой можно сделать вывод?

Занятие 2. «Школьные правила»

Цель: акцентировать внимание детей на необходимость соблюдения школьных правил.

Задачи:

- 1) закрепить представление об уроках и переменах;
- 2) закрепить представление об атрибутах школьной жизни;
- 3) закрепить представление о школьных правилах.

Оборудование: игрушка Зайка-Ушастик, мячик, альбомные листы, цветные карандаши, магнитики.

Содержание.

1. Приветствие. Добрый день! Я и Ушастик приветствуем вас.

2. Разминка. Упражнение «Мое имя и любимая игра». Ребята, предлагаю вам вспомнить, во что вы любите играть? Каждый из вас по очереди называет свое имя и любимую свою игру (передается мячик из рук в руки).

3. Основная часть. Обсуждение по вопросам. Ребята, а кто вспомнит, о чем мы говорили на прошлом занятии? Дети отвечают.

Ребята, опираясь на ваши рисунки с прошлого занятия, напоминаю вам, что школьник – это человек совсем взрослый, у которого новые дела и новые правила жизни. В ваших любимых играх есть же какие-то правила? Так и в школьной жизни есть правила, а наш друг Ушастик не знает, что это за правила. Помогите ему разобраться в школьных правилах, чтобы не получать замечания от учителя. Какие же есть школьные правила? Дети отвечают. Выслушиваются ответы детей, и в завершении беседы психолог произносит школьные правила:

- ученик должен быть готовым к уроку;
- ученик должен тихо сидеть на уроке (не разговаривать, не шуметь, не перебивать);
- ученик должен отвечать только тогда, когда спрашивает учитель;
- ученик должен поднимать руку, если хочет ответить на уроке;
- ученик на перемене не нарушает дисциплину (не бьет, не толкается, не кричит, не бегает).

Ребята, давайте подумаем, как устроен школьный день? В результате обсуждения, психолог подводит детей, что график типичного школьного дня состоит: гардероб, уроки, перемены, столовая, гардероб. Чем пользуется ученик на уроке, какие предметы относятся к школе? Дети отвечают.

3.1. Разминка. Пальчиковая гимнастика.

- Растирание ладошек, массаж ручек.
- «Паровозик»: ладони сомкнуты перед грудью. Левая ладошка скользит вверх, пальцы левой руки обхватывают пальцы правой и крепко их сжимают. То же самое нужно сделать правой рукой. Повторить 20 раз.
- «Лягушка»: крепко сжать обе руки в кулачки, а потом с силой растопырить пальцы в стороны. Повторить 10 раз.
- «Вращение кулачков»: легко сжать обе руки в кулачки и медленно вращать кистями в одну сторону, потом в другую. Повторять по 10 раз.
- «Коза-рожки»: сомкнуть в кольцо большой, средний и безымянный пальчики. Остальные максимально вытянуть в сторону (сделать козу). После

этого сомкнуть в кольцо большой, безымянный пальцы и мизинец (сделать «рожки»). Повторить эти фигуры по 5 раз каждой рукой.

— «Зайка улыбнулся - рассердился»: по очереди улыбаться и делать сердитое лицо.

— «Солнышко». Дети встают, поднимают руки вверх, как бы тянутся к солнышку, стараются до него достать, чувствуют его тепло, а затем, медленно опуская руки через стороны вниз, представляют, как их тело наполняется солнечным светом, теплом, положительной энергией, силой, добром.

3.2. Рисунок «Лесная школа по моим правилам». Ребята, наш друг Ушастик учится по правилам учителя лесной школы совы. Предлагаю вам нарисовать свою лесную школу: с учениками-зверятами и учителем-животным. Кто будет учиться в вашей школе, и кто будет учителем? Что будут изучать ваши ученики в лесной школе? Какие правила будут в вашей лесной школе?

3.3. Презентация и выставка рисунков. Дети, показывая свои рисунки, рассказывают о своей лесной школе. Психолог подводит детей к тому, что если не будет правил, то в школе будет беспорядок и что правила соблюдать необходимо.

4. Заключение-рефлексия. Что было интересным? Какой можно сделать вывод?

Занятие 3. «Моя школа»

Цель: способствовать формированию внутренней позиции школьника.

Задачи:

- 1) закрепить знания имен одноклассников;
- 2) способствовать положительному отношению к одноклассникам;
- 3) способствовать положительному отношению к школе.

Оборудование: игрушка Зайка, мячик, альбомные листы, цветные карандаши, магнитики.

Содержание.

1. Приветствие. Мы с Ушастиком приветствуем вас сегодня. Давайте все вместе улыбнемся друг другу.

2. Разминка. Упражнение «Хорошее настроение». Ведущий называет какую-нибудь букву, а те, чье имя начинается с этой буквы, встают и на счет «три» хором с улыбкой на лице говорят: «Желаем всем хорошего настроения!» Так все дети желают друг другу хорошего настроения.

3. Основная часть. Обсуждение по вопросам. Ребята, кто был внимательным на прошлом занятии и помнит, на какие вопросы мы отвечали, о чем мы говорили? Дети отвечают.

Ребята, помогите Ушастикку разобраться, кто же такой ученик? Дети отвечают.

Ребята, зайка Ушастик не знает, зачем дети ходят в школу, зачем надо учиться писать, читать, считать? Пригодится ли это в жизни и где именно? Поможем ему разобраться в этих вопросах? Дети отвечают.

3.1.Разминка. Упражнение «Сделай так»:

- поднимите правую руку те, кто любит писать;
- откройте рот те, кто любит кричать;
- закройте правый глаз те, кто вчера ел яблоко;
- положите правую руку на лоб те, кто любит читать;
- встаньте те, кто любит ходить в школу;
- надуйте щеки те, кто любит играть в компьютер;
- положите руки на живот те, кто все съедает в столовой;
- положите правую руку на левый глаз те, кто слушается родителей;
- закройте глаза те, кто умеет слушать учителя.

3.2. Рисунок «Что мне нравится в школе?» Ребята, предлагаю вам сегодня нарисовать то, что нравится в школе. Нашему другу Ушастикку нравится в школе урок письма, он с удовольствием пишет. А что вам нравится? Дети рисуют.

3.3. Презентация и выставка рисунков. Дети, показывая свои рисунки, рассказывают о том, что им нравится в школе.

4. Заключение-рефлексия. Что было интересным? Какой можно сделать вывод?

Список литературы

1. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах: система работы с детьми, родителями, педагогами/авт.-сост. С.А. Коробкина. — Волгоград: Учитель, 2010.

2. Пальчиковая гимнастика для младших школьников /сост. Ильина В.А, Макарова Т.А. — Ростов-на-Дону: Учебно-научно-исследовательский центр валеологии.

3. Хухлаева О.В. Хочу быть успешным. Методическое пособие для школьных психологов, учителей начальных классов, воспитателей групп продленного дня. — М., 2005.