**муниципальное бюджетное дошкольное**

**образовательное учреждение г. Мурманска № 120**

|  |  |
| --- | --- |
| Решение педсовета № 1  Протокол от 01.09.2021  с учетом мнения родителей (законных представителей) | УТВЕРЖДАЮ  Приказ № 135 (ОД) от 01.09. 2021  заведующий МБДОУ г. Мурманска № 120  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.А. Грищенко |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**«СКОРО В ШКОЛУ»**

**по профилактике школьной дезадаптации детей подготовительной группы**

Срок реализации 1 год

Возраст детей с 6 до 7 лет

Составитель:

*Минабилова Ксения Саидовна*, педагог-психолог

Мурманск

2021

**Пояснительная записка**

Целевые ориентиры дошкольного образования предполагают формирование у детей дошкольного возраста ***предпосылок учебной деятельности***. Стандартизация содержания дошкольного образования особенно важна, так как сможет обеспечить каждому ребенку равные стартовые возможности для успешного систематического обучения в школе. В рамках данной программы рассматривается формирование такой предпосылки учебной деятельности как обучение детей старшего дошкольного возраста контролю за способом выполнения своих действий.

Психолого-педагогические исследования последних лет дают основание считать, что подготовку к учебной деятельности рационально начинать с формирования умений контролировать и оценивать свои действия. Также в программе особое внимание уделяется основному компоненту учебной деятельности – личностному (мотивационному).

Переход из детского сада в школу – важная ступень в жизни каждого ребенка. Оказываясь на этом этапе в новых социальных условиях, дети часто бывают к ним не готовы, что, безусловно, сказывается на их [эмоциональной сфере](http://www.resobr.ru/tools/?q=%fd%ec%ee%f6%e8%ee%ed%e0%eb%fc%ed%ee%e9%20%f1%f4%e5%f0%e5). Поэтому так важно, чтобы [дошкольники](http://www.resobr.ru/tools/?q=%e4%ee%f8%ea%ee%eb%fc%ed%e8%ea%e8) имели представление о школе еще до того, как переступят ее порог. Психическое здоровье детей при переходе из детского сада в школу долгое время не привлекало внимания взрослых. Между тем поступление в школу полностью перестраивает жизнь ребенка.

В школе ребенок попадает в новые социальные условия, меняется его обычный образ жизни, возникают новые отношения с людьми. Смена окружения может сопровождаться повышением тревожности, снижением активности. Результатом этого может стать появление неадекватных механизмов приспособления, которые принято называть школьной дезадаптацией. Одно из основных ее проявлений – повышенный уровень тревожности. При неблагоприятных условиях (тревоги у детей, страхи у взрослых) тревожность превращается в устойчивую черту характера. Ближе к 7–8 годам можно говорить об определенном эмоциональном настрое с преобладанием чувства беспокойства и боязни сделать что-то не так. В связи с этим остро стоит вопрос успешного приспособления ребенка в школе.

Основываясь на результатах современных исследований, можно установить сильную зависимость между нарушением психического здоровья и учебной успешности детей. К моменту поступления в школу ребенок должен иметь представление о том, что его ждет, каким образом происходит обучение. И самое главное, у него должно быть желание учиться.

Учеными Л. И. Божович выделяется такое новообразование как «внутренняя позиция школьника», Д.Б.Элькониным - умение ориентироваться на систему правил в работе, умение слушать и выполнять инструкции взрослых, работать по образцу, А. В. Запорожец отмечает, что психологическая готовность складывается из определенного уровня развития мыслительной деятельности и познавательных процессов, способности к произвольной регуляции поведения, а также определенной социальной позиции ребенка.   
Многочисленные опросы старших дошкольников и наблюдения за их играми свидетельствуют о стремлении пойти в школу, но детей привлекает лишь внешняя сторона школьной жизни. Атрибуты школьной жизни, желание сменить обстановку кажутся им заманчивыми, но это не может быть главным. Если ребенок не готов к новому социуму, то даже при наличии необходимого запаса умений и навыков ему будет трудно. Часто детям сложно проанализировать свои переживания и свое отношение к школьному обучению.

Для профилактики тревожности важно заранее готовить детей к подобным событиям, обсуждать с ними возможные затруднения, обучать конструктивным способам решения возникающих проблем.

Наиболее эффективно решить проблему дезадаптации к школьному обучению можно путем проведения **профилактической** работы с детьми старшего дошкольного возраста.

Основные **цели** занятий:

* ввести ребенка в школьную жизнь через сказку;
* помочь ребенку выстроить модель возможных отношений с учителем, одноклассниками в новой жизненной ситуации;
* опробовать в безопасной форме разные варианты поведения в значимых для детей ситуациях общения;
* формирование предпосылок учебной деятельности.

 Основные **задачи** занятий:

* формирование положительного отношения к школе;
* тренировка положительной школьной учебной мотивации;
* предупреждение и снятие страха перед школой;
* создание у ребенка готовности к принятию новой социальной позиции «школьника»;
* обучение детей старшего дошкольного возраста контролю за способом выполнения своих действий.

Формирование осознанного отношения к школе определяется способом подачи информации о ней. Важно, чтобы сообщаемые детям сведения были не только поняты, но и прочувствованы ими. С этой целью в занятия включаются беседы о школе, экспрессивные этюды.

В   основу программы положены «Коррекционные сказки М. А. Панфиловой «Лесная школа». Через сказки происходит знакомство со школьными атрибутами, правилами поведения, ролью учителя в школе. Ребенок учится взаимодействовать с другими детьми, уступать в одних обстоятельствах, и не уступать в других. Так же в программу включены игры и упражнения, способствующие адаптации к новым условиям жизни ребенка, развитию произвольного внимания и поведения.

Занятия проводятся один раз в неделю. Их длительность – 20–25 мин. В группе не более 6 детей. Всего 15 занятий.

В ходе проведения занятий используются следующие **методы и техники:**

· элементы арттерапии (чтение психологических сказок);

· элементы игротерапии;

· релаксация (подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своем внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения);

· беседы;

· рисование;

· экспрессивные этюды;

· подвижные, развивающие игры.

Технология проведения игрового занятия включает:

* ритуал приветствия друг друга;
* ритуал вхождения в сказку;
* представление истории (сказки);
* развивающие игры, экспрессивные этюды;
* рисование, подвижная игра;
* обсуждение в кругу;
* ритуал прощания друг с другом и сказкой.

***Планируемые результаты*** психолого-педагогической работы в группе в виде, допускающем их экспертную проверку. Психологические занятия по данной программе повышают коммуникативную компетентность детей, формируют положительное отношение к школе, снижают страх перед школой, то есть формируют личностный (мотивационный) компонент учебной деятельности.

Перед началом цикла занятий необходимо провести первичное диагностическое обследование детей, также по окончании занятий проводится заключительно обследование детей. В качестве диагностического материала могут быть использованы: ознакомительная беседа; методика «Беседа о школе» (автор Т.А. Нежнова); методика «Определение мотивов учения» (автор М.Р. Гинзбург); беседа «Готов ли ребенок к школе» (определение школьной зрелости), диагностическая программа в системе предшкольного образования» (Ю.А. Афонькина).

**Тематическое планирование по программе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Задачи** | **Количество занятий** |
| Адаптация к школе | Коррекция негативных чувств по отношению к школе, формирование произвольного поведения | 6 |
| Отношения к школьным вещам | Научить адекватно относиться к школьным вещам, правильно обращаться со школьными предметами, проявлять аккуратность и самостоятельность | 3 |
| Отношения к урокам и знаниям | Научить адекватно относиться к урокам, отметкам, коррекция школьных страхов, связанных с оценкой | 3 |
| Школьные конфликты | Коррекция агрессивности, развитие коммуникативных навыков | 3 |
|  | Всего занятий | 15 |

**Описание основных разделов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ Занятия** | **Задачи** | **Ход занятия** | **Оборудование** |
| ***1. «Создание Лесной школы»*** | Расширение коммуникативных навыков.  Введение в сказку, коррекция негативных чувств по отношению к школе:   * развитие интереса к школе, * расширение социальных представлений детей о школе, * развитие положительного образа школы) | Приветствие друг друга  Чтение стихотворения о школе  Знакомство со сказкой  Упражнение «Что такое школа?».  Развивающая игра «Школьные принадлежности»  Прощание со сказкой | Бумага для рисования, цветные карандаши. |
| ***2. «Мой учитель»*** | Проработка идеального образа учителя, соотнесение с реальным.  Закрепление основных правил поведения. Расширение представлений детей о времени (режим школьного дня).  Знакомство детей с функциями учителя.  Развитие доброжелательного  отношения к учителю.  Снятие страха перед школой. | Приветствие «Волшебный клубочек»  Чтение стихотворения Г.П. Шалаевой «Учитель»  Упражнение «Учитель делает…»  Упражнение «Школьные правила» (пиктограммы)  Знакомство со сказкой «Букет для учителя»  Упражнение «Мой учитель»  Обсуждение в кругу  Прощание «Солнечные лучики» | Бумага для рисования, цветные карандаши. |
| ***3. «Смешные страхи»*** | Обогащение понимания эмоции страха за счет осознания того, что страх – может быть, результат незнания.  Учить различать и понимать эмоции радости, страха и их экспрессивные выражения.  Коррекция школьных страхов, тревожности. | Приветствие друг друга  Знакомство со сказкой «Смешные страхи»  Экспрессивный этюд «Учитель встречает учеников»  Экспрессивный этюд «Испуганный зайка»  Упражнение «Чего мы боимся в школе»  Обсуждение в кругу  Рисование «Смешные страхи».  Прощание со сказкой | Бумага для рисования, цветные карандаши. |
| ***4. «Игры в школе»*** | Повышение учебной мотивации.  Развитие экспрессивной грамотности через экспрессивные  этюды.  Коррекция школьных страхов, тревожности. | Приветствие друг друга  Знакомство со сказкой  «Игры в школе»  Экспрессивный этюд «Растерянный волчонок»  Игра «Поменяйтесь местами…»  Обсуждение в кругу  Прощание со сказкой | Бумага для рисования, цветные карандаши. |
| ***5. «Школьные  правила»*** | Снижение школьной тревожности, формирование позитивной модели поведения в реальной жизни.  Повышение работоспособности, сплоченности группы.  Формирование произвольного поведения. | Приветствие «Добрый клубок»  Развивающее упражнение «Лесные герои»  Упражнение «Что может быть трудным в школе»  Знакомство со сказкой «Школьные правила»  Знакомство с правилами и их зарисовка (пикто-граммы)  Речедвигательная игра «Ежик»  Прощание со сказкой | Бумага для рисования, цветные карандаши, доска. |
| ***6. «Как собрать портфель»*** | Снижение школьной тревожности.  Развитие положительной мотивации | Приветствие «Здравствуй»  Знакомство со сказкой  Беседа  Игровое упражнение «Ваню в школу провожать – надо нам поколдовать»  Прощание со сказкой | Портфель, карандаш, тетрадка, учебник, пенал, ручка, игрушки 2-3 шт., книга «Сказки», мяч. |
| ***7. «Жадность»*** | Снижение школьной тревожности.  Развитие положительной мотивации | Приветствие «Здравствуй»  Знакомство со сказкой.  Беседа  Упражнение «Мир и Я»  Упражнение «Путаницы»  Прощание со сказкой и друг с другом |  |
| ***8. «Домашнее задание»*** | Снижение школьной тревожности. | Приветствие «Здравствуй»  Знакомство со сказкой  Беседа  Упражнение «Правила первоклассника»  Прощание со сказкой | Мяч |
| ***9. «Школьные оценки»*** | Снижение школьной тревожности, формирование позитивной модели поведения в реальной жизни. | Приветствие  Знакомство со сказкой.  Рисование «Каким я вижу себя в школе»  Игра «Как мы одеваемся»  Прощание со сказкой | Бумага для рисования, цветные карандаши. |
| ***10. «Ленивец»*** | Формирование мотивации к школьному обучению.  Развитие коммуникативных навыков. | Приветствие  Знакомство со сказкой  Беседа.  Упражнение «Хвалюшка!»  Прощание со сказкой |  |
| ***11. «Школьные  конфликты»*** | Осознание причин конфликтности; понимание необходимости сосуществования, сотрудничества и взаимопонимания | Приветствие «Доброе животное»  Знакомство со сказкой «Ябеда»  Беседа  Упражнение «Сердитая подушка»  Игра «Волшебный стул»  Прощание со сказкой |  |
| ***12. «Школьные  конфликты»*** | Осознание причин конфликтности; понимание необходимости сосуществования, сотрудничества и взаимопонимания | Приветствие «Доброе животное».  Знакомство со сказкой «Обида»  Беседа  Упражнение «Ситуации»  Упражнение «Ледышки и веснушки»  Прощание со сказкой |  |
| ***13. «Трудности в школе»*** | Коррекция агрессивного поведения детей.  Формирование позитивной модели поведения | Приветствие друг друга  Знакомство со сказкой «Драки»  Экспрессивный этюд «Злые друзья»  Экспрессивный этюд «Сильнее, сильнее, сильнее!»  Обсуждение в кругу.  Рисование «Ссора Волчонка и Лисенка».  Прощание со сказкой и друг с другом | Бумага для рисования, цветные карандаши. |
| ***14. «Гордость школы»*** | Закрепление имеющихся знаний о школе.  Снятие страха перед школой.  Развитие положительной мотивации | Приветствие «Комплименты»  Знакомство со сказкой «Гордость школы»  Игровое упражнение «Собери портфель»  Упражнение "Что такое школа?"  Беседа  Прощание с героями сказок  Прощание друг с другом |  |
| ***15. «Скоро в школу»*** | Закрепление имеющихся знаний о школе.  Снятие страха перед школой.  Развитие положительной мотивации | Приветствие «Комплименты»  Игра «Урок»  Рисование «Дошкольник-первоклассник»  Упражнение «Наши встречи»  Упражнение «Сердце группы»  Прощание друг с другом | Бумага для рисования, цветные карандаши, доска. |

**Описание материально- технического обеспечения**

1. Просторное, светлое помещение для совместных занятий, упражнений, игр.

2. Стулья детские.

3. Столы-парты детские.

4. Доска, мел.

Особенности организации предметно - развивающей среды.

1. Картотека упражнений на релаксацию.

2. Картотека подвижных игр.

3. Картотека психологических упражнений.

4. Портфель, карандаш, тетрадки, учебник, пенал, ручки, игрушки 2-3 шт.

5. Наборы для рисования (карандаши, бумага, мелки…).

**Литература**

* 1. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка: Сб. метод. мат. для админ., педагогов и шк. психол. / Битянова М.Р. – М.: Образоват. центр «Педагогический поиск», 1997.
  2. Ананьева Т.В. Программа психологического сопровождения дошкольника при подготовке к школьному обучению. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСВТО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.
  3. Войтенко Г.П. Как сделать ребенка стрессоустойчивым? Справочник педагога-психолога. – 2015. - № 7. – С. 16-22.
  4. Грабенко Г., Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов. Тренинг по сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2000.
  5. Елизарова О.Ю. Учимся решать конфликты // Справочник педагога-психолога. – 2015. - № 3. – С. 53-57.
  6. Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения. – СПб: Речь, 2004.
  7. Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. М.: Педагогика, 1991.
  8. Кремлякова А.Ю. Диагностика мотивационной сферы у старших дошкольников // Справочник педагога-психолога. – 2015. - № 1. – С. 13-25.
  9. Марцинковская Т.Д. Диагностика психического развития детей. Пособие по практической психологии. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1998.
  10. Монина Г.Б., Панасюк Е.В. Предшкольный бум, или Что нужно знать родителям будущего первоклассника. – Екатеринбург: У-Фактория, 2007.
  11. Панфилова М. Лесная школа // Школьный психолог. – 2002. – №20.
  12. Пасечник Л.В. Диагностика психологической готовности детей 6-7 лет к обучению в школе. – М.:Издательство «Скрипторий 2003», 2009.
  13. Психодиагностика детей в дошкольных учреждениях (методики, тесты, опросники) / авт.-сост. Е.В. Доценко. – Волгоград: Учитель, 2010.
  14. Фоминова М.Н. Программа «На пороге школы» для детско-родительской группы // Справочник педагога-психолога. – 2015. - № 3. – С. 40-55.
  15. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. М., 2003.

**Диагностический инструментарий**

1. Беседа «Готов ли ребенок к школе» (ист. Е.В. Доценко).
2. Диагностическая программа в системе предшкольного образования» (Ю.А. Афонькина).
3. Методика «Беседа о школе» (Т.А. Нежнова).
4. Методика «Определение мотивов учения» (М.Р. Гинзбург).
5. Анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к школе».