Программа внеурочной деятельности «Учусь с удовольствием»

Данная программа предназначена для реализации в группе детей одной возрастной категории и принадлежащих одной параллели классов. Программа рассчитана на 74 часа, первые 2 занятия и последние 2 занятия проводиться диагностика, диагностика рассчитана примерно на 5 часов, далее занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу.

**Цель программы**: формирование психологической готовности к обучению в основной школе посредством применения психокинезиологии..

**Задачи:**

* сформировать представление у обучающихся об основных кинезиологических упражнениях и первичные теоретическими знаниями о влиянии данных упражнений на способность обучаться;
* научить обучающихся выполнять кинезиологические упражнения;
* сформировать потребность обучающихся применять кинезиологические упражнения самостоятельно.

Занятия **по внеурочной деятельности** предполагают использование **игровых форм**, как основы занятий, с использованием **элементов тренинга**.

Каждое занятие строится по определенному алгоритму:

1. ритуал приветствия, организационный момент,
2. психологическая разминка,
3. кинезиологические методы с приемами рисования, пальчиковой гимнастики,
4. кинезиологические упражнения «Гимнастика мозга»,
5. релаксация,
6. ритуал прощания.

**Планируемые результаты**:

* приобретение обучающимися первичных знаний о правилах выполнения основных кинезиологических упражнениях, их влиянии на организм человека, его психическое состояние и возможность развития навыков необходимых в процессе обучения с применением данных упражнений;
* получение обучающимися опыта переживания позитивного общения в группе, собственной успешности в групповом общении и достижении результата при выполнении кинезиологических упражнений;
* получение обучающимися начального опыта самостоятельного применения кинезиологических упражнений на занятиях, а также в повседневной жизни.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают необходимые эффекты:

* на первом уровне обучающиеся развивают мелкую моторику рук, влияющую на скоординированное функционирование нервной, мышечной и зрительной системы;
* на втором этапе у обучающихся происходит стимуляция работы как крупной, так и мелкой моторики, стимуляция и интеграция связей между левым и правым полушарием головного мозга, возникает полноценное восприятие материала как на аналитическом уровне, так и на уровне обобщения;
* на третьем уровне снимаются негативные влияния различных рефлексов, обеспечивается необходимая скорость и интенсивность протекания между клетками и группами нервных клеток головного мозга, закрепляется позитивное отношение к реальной жизни, а также позитивное восприятие собственного «Я» личности, стабилизируются и ритмируются нервные процессы организма, что способствует спокойному, успешному учению.

**Оценка эффективности** программы внеурочной деятельности является составной частью реализации программы. Мониторинг представляет собой систему психолого-педагогических исследований, направленных на комплексную оценку эффективности программы внеурочной деятельности. Мониторинг осуществляется с применение методики «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах» Л. А. Ясюковой. Разработанный комплекс диагностических методик предназначен для психологического сопровождения учащихся 3-6 классов и дает возможность оценить вероятность и выявить причины затруднений в учебной деятельности детей при переходе из начальной школы в среднюю, осуществить мероприятия, направленные на их предупреждение и коррекцию. В состав комплекса включены специально адаптированный для детского возраста вариант теста структуры интеллекта Амтхауэра, тест Равена, модифицированный вариант детского личностного опросника Кеттелла, тест Тулуз-Пьерона, тест Люшера, рисуночная методика, методики для оценки навыков чтения и самостоятельности мышления.

В рамках внедрения программы внеурочной деятельности следует выделить три этапа:

**Этап 1.** Контрольный этап (начало учебного года) ориентирован на сбор данных и психолого-педагогического обследования обучающихся до реализации программы внеурочной деятельности.

**Этап 2.** Формирующий этап (в течении всего учебного года) предполагает реализацию программы внеурочной деятельности, при чем в процессе может происходить корректировка тематического планирования.

**Этап 3.** Интерпретационный этап (окончание учебного года) ориентирован на сбор данных психолого-педагогического обследования обучающихся после реализации программы внеурочной деятельности. Заключительный этап предполагает **исследование динамики** развития младших школьников и анализ выполнения календарно-тематического планирования.

Календарно-тематическое планирование

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов |
|  | Контрольная диагностика по методике «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах» Л. А.Ясюковой. | 5 |
|  | Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков чтения | 13 |
|  | Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков мышления | 13 |
|  | Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков письма | 3 |
|  | Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков самосознания | 13 |
|  | Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков выполнения домашнего задания | 17 |
|  | Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков заботы о личной экологии | 5 |
|  | Контрольная диагностика по методике «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах» Л. А.Ясюковой | 5 |
| Итого: | 68 |

Структура занятия

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Этапы занятия | Цель | Кол-во минут |
|  | Ритуал приветствия, организационный момент | Настрой на работу | 5 мин. |
|  | Психологическая разминка | Снятие эмоционального напряжения | 5 мин. |
|  | Кинезиологические методы с приемами рисования, пальчиковой гимнастики. | Развитие мелкой моторики | 12,5 мин. |
|  | Кинезиологические упражнения «Гимнастика мозга» | Развитие межполушарного взаимодействия | 12,5 мин |
|  | Релаксация  | Закрепление позитивного настроя | 5 мин |
|  | Ритуал прощания | Выход из рабочего состояния | 5 мин |
| Итого  |  | 45 минут |