

Уважаемые мамы и папы!

Мы начинаем занятия с детьми по программе «Солнышко» (1 раз в неделю). Цель этой работы психолога – облегчить адаптацию детей к школе, предупредить сложности вхождения в школьную жизнь, - поддержать психологическое здоровье школьников. В основе нашего курса - программа замечательного специалиста по детской психологии О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему я». Из самого названия понятно, что программа создана специально для помощи взрослеющей личности и направлена на решение определённых задач для каждого возраста.

Задачи работы в 1 классе следующие:

- Создание атмосферы дружелюбия и безопасности на занятиях.
- Формирование установки на взаимопомощь и участие; осознание для этого правил «общения» в школе.
- Освоение «эмоциональной азбуки» - расширение представлений о мире человеческих чувств, развитие умения осознавать свои чувства.
- Обучение детей доступным навыкам саморегуляции и решения проблем («светлые» и «тёмные» мысли, формула УСПЕХА).
- Расширение репертуара игр, тренирующих внимание и произвольность учеников, умение соблюдать правила.

В течение учебного года нам предстоит общение на следующие темы:

Месяц Предполагаемые темы

Сентябрь Вводное занятие: школьные правила. Тренируемся соблюдать правила в играх.

Октябрь Мои чувства: радость. Как доставить радость другому?

Ноябрь Мои чувства: страх. Я умею не бояться!

Декабрь Мои чувства: гнев. Польза и вред гнева.

Январь Мои чувства: стыд. Как поступать, чтобы не было стыдно?

Февраль Многообразие чувств. Относительность в оценке чувств.

Март Трудности первоклассника в школе. Навыки саморегуляции.

Апрель Трудности первоклассника вне школы.

Май Повторение и закрепление. Игры, которые нам понравились.

Все занятия по теме «Радость», многообразие игр призваны создать позитивный настрой с первых дней в школе, генерировать положительные эмоции. Дети узнают радость на фотографиях, изображают мимикой и пантомимикой, размышляют, что радует маму, учителя, ребёнка... Вместе мы ищем способы доставить радость другим людям. В ходе этой и др. тем постоянно создаются ситуации для дружеских проявлений

детей друг к другу (упражнения и игры «Интервью», «Варежки», «Самая дружная пара» и др.) Внимание! Очень важно закреплять знания на практике. Пожалуйста, стимулируйте детей к духовной работе в этом направлении! Очень надеюсь, что вы предоставляете детям хотя бы иногда возможность порадовать вас, других близких, приятелей найденными способами, и что сами вы дарите им радость дружеских объятий (учим бережным прикосновениям), сочувствия и участия (учим радовать словом, взглядом, жестом), совместной игры или иного занятия. Эти подарки дети ценят дороже самых дорогих вещей! За подробностями (и с пожеланиями) приглашаю вас на индивидуальные беседы. Мудрости и терпения всем нам!

Наталья Леонидовна