

Серия «Психологическая служба»

И.Л. Арцишевская

Психологический
тренинг
**ДЛЯ БУДУЩИХ
ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

Конспекты занятий



Москва
2015

ББК 88.8

А88

Арцишевская И.Л.

А88 Психологический тренинг для будущих первоклассников: Конспекты занятий. – М.: ООО «Национальный книжный центр», 2015. – 80 с. + CD-диск (Психологическая служба.)

ISBN 978–5–904827–40–3

В пособии даны подробные конспекты занятий-тренингов по подготовке к школе, в ходе которых дети 5–6 лет отрабатывают необходимые для школьного обучения коммуникативные и поведенческие навыки, привыкают к роли ученика, развивают познавательные процессы и моторику. Комплекс занятий представляет собой программу подготовки к школе, помогает развитию внимания и мышления у дошкольников, мелкой моторики рук, самооценки, пространственных представлений.

Содержание занятий соответствует целевым ориентирам Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО) на этапе завершения дошкольного образования.

Пособие сопровождается CD-диском, который поможет специалистам оснастить занятия необходимым демонстрационным и раздаточным картинным материалом.

Адресовано психологам и педагогам, занимающимся подготовкой детей к школе.

ББК 88.8

ISBN 978–5–904827–40–3

© И.Л. Арцишевская, 2010
© Оформление. ООО «Национальный книжный центр», 2014

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ ПО ПОДГОТОВКЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕЙ ГРУППЫ ДЕТСКОГО САДА К ШКОЛЕ	6
Занятие1	6
Занятие2	9
Занятие3	11
Занятие4	14
Занятие5	16
Занятие6	19
Занятие7	21
Занятие8	23
Занятие9	26
Занятие10	28
Занятие11	30
Занятие12	33
Занятие13	35
Занятие14	38
Занятие15	40
Занятие16	43
Занятие17	45
Занятие18	48
Занятие19	50
Занятие20	53
Занятие21	55
Занятие22	58
Занятие23	61
Занятие24	63
Занятие25	65
Занятие26	67
Занятие27	70
ЛИТЕРАТУРА	73

Введение

В связи с введением четырехлетнего начального образования многие дети переступают школьный порог уже в возрасте 6,5 лет. Часто эти дети не попадают в подготовительную группу детского сада, их дошкольное образование ограничивается программой старшей группы.

Данное пособие рассчитано на педагогов-психологов и призвано помочь воспитателям в подготовке детей 5–6 лет к обучению в школе, учитывая их возрастные особенности и познавательные способности.

Программа успешно апробировалась в течение нескольких лет и доказала не только свою эффективность, но и необходимость.

Последние исследования психологов показали, что о готовности ребенка к школе надо судить не только по его интеллектуальным умениям (умению читать и считать), но также и по другим показателям.

Поведенческий показатель, то есть умение ребенка регулировать свои эмоциональные и поведенческие реакции: сидеть в течение учебного часа за партой, внимательно слушать учителя и выполнять его требования. Далеко не все дети 6,5 лет достигают соответствующего уровня произвольной регуляции поведения, так как это зависит не только от воспитания, но и от темпов созревания коры головного мозга.

Мотивационный показатель, то есть желание ребенка учиться, принятие на себя «роли ученика», переход его внутренней позиции от дошкольника к школьнику. Чаще всего ребенок лично созревает к семи годам: к этому времени игровая мотивация уступает место учебной, происходит созревание лобных долей мозга, что сказывается и на поведении дошкольника – оно становится более уравновешенным и целенаправленным.

Показатель познавательного развития, который включает в себя знания об окружающем мире, а также уровень развития психических процессов: произвольного внимания, памяти, восприятия, мышления и речи (способность к обобщению, сравнению, проведению аналогий как в наглядном, так и в речевом плане). Сюда можно отнести и уровень развития мелкой моторики, способность к зрительно-моторной и слухо-моторной координации, что на практике проявляется в способности ребенка без особых затруднений списать с доски или написать то, что говорит учитель.

Если ребенок к 6,5 годам способен сохранять внимание и работоспособность в течение 30 минут в коллективе сверстников, подчинять свои игровые мотивы учебным, если его познавательная мотивация выходит за рамки дошкольного уровня, мы можем говорить о его готовности к школьному обучению. А недостаток знаний и умений,

как правило, быстро ликвидируется уже к концу первого класса, программа которого рассчитана на детей, не умеющих читать, считать и писать.

Авторская программа состоит из 27 занятий, приступать к которым следует в октябре, а заканчивать в апреле следующего года. Как показывает практика, проведение в сентябре и мае занятий, требующих от детей сосредоточенности и усидчивости, затруднительно. Эти месяцы рекомендуется использовать для диагностической и индивидуальной работы.

Занятия носят форму тренингов: дети отрабатывают на них поведенческие и школьно-необходимые навыки без усвоения новых знаний. Тем не менее, «занятия-уроки» вызывают у детей интерес, так как представляют для них новую форму работы: на них дети выполняют необычные задания, играют в подвижные игры, учатся думать, видеть, запоминать.

Большинство занятий не требует специального оборудования. Однако перед началом работы следует изготовить необходимые плакаты и пособия, представленные на рисунках в тексте, а также подготовить следующее оборудование и материалы:

- колокольчик;
- доска, одна сторона которой расчерчена в клетку, мел или специальные фломастеры;
- магнитная доска с магнитами;
- указка;
- сшитая концами узкая лента длиной 6–9 метров;
- мяч средних размеров;
- листы бумаги формата А4;
- пуговицы или фишки (по количеству детей);
- набор предметных картинок из разных понятийных групп;
- разрезные картинки;
- тетради в крупную клетку с полями (по количеству детей);
- наборы из шести цветных карандашей, простые мягкие карандаши (по количеству детей);
- наборы счетных палочек (по количеству детей);
- наборы геометрических фигур «Учись считать» (по количеству детей).

Занятия продолжительностью 25–30 минут рекомендуется проводить во второй половине дня один раз в неделю с подгруппой из 8–10 человек. В помещении должны быть столы для сидячей работы, а также достаточно места для проведения подвижных игр. Примерная продолжительность каждого упражнения указана в пособии, но следует помнить, что многие задания можно изменять, дополнять – словом, проявлять творческую инициативу.

Успешной работы!

ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ ПО ПОДГОТОВКЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕЙ ГРУППЫ ДЕТСКОГО САДА К ШКОЛЕ

Занятие 1



Задачи:

развитие групповой сплоченности и положительного эмоционального отношения участников друг к другу;
знакомство со школьными правилами;
развитие произвольного поведения;
диагностика тонкой моторики, произвольности и зрительно-моторной координации.

Материалы:

мяч, колокольчик, бланки с методикой Н.И. Гуткиной «Домик», подписанные листы бумаги формата А4, простые карандаши.

Ход занятия

5-7 мин.

Упражнение «Вежливые слова»

Все встают в круг.

Психолог, передавая мяч стоящему справа от него ребенку, вежливо говорит что-нибудь, например: «С добрым утром, Витя!». Ребенок берет мяч и передает его соседу, произнося при этом любые «вежливые слова».

В ходе игры детям нужно вспомнить как можно больше вежливых или просто добрых слов.

После того, как каждый ребенок выполнит задание, психолог звонит в колокольчик и произносит:

– У меня в руках звонок,
Начинается урок.
Мы за парты тихо сядем,

*Баловство свое оставим,
Нет, игрушки не бери,
Нам нужнее «Буквари»!
Дети садятся за столы.*

2-3 мин.

Упражнение «Школьные правила»

Психолог читает рифмовку:

*– Учитель входит – надо встать,
Когда он сесть позволит – сядь.
Ответить хочешь – не спеши,
А только руку подними.*

Затем дети, произнося слова рифмовки, выполняют описываемые в ней действия.

4-5 мин.

Игра «Трутень и пчелы»

Психолог говорит:

– Сейчас мы поиграем в одну игру, а заодно посмотрим, умеете ли вы считать до трех.

Вы, наверное, знаете, что когда пчелы летают и собирают мед, они жужжат, а если появится трутень, они начинают жужжать сильнее, чтобы его прогнать. Когда пчелы видят медведя, они замолкают, чтобы медведь не смог найти мед. Представьте, что вы – пчелки. Будьте внимательны: если я хлопну в ладоши один раз, вы должны жужжать не очень громко, если хлопну два раза – значит, летит трутень, и вы зажужжите громче, а если хлопну три раза – значит, появился медведь, вы перестанете жужжать и будете сидеть тихо-тихо. Приготовились, начинаем!

Игру следует повторить несколько раз. Участники могут как сидеть за столами, так и стоять по кругу или в произвольном порядке.

2 мин.

Физкультминутка

*Буратино потянулся,
Раз нагнулся, два нагнулся,
Руки в стороны развел:*

*Ключик, видно, не нашел.
Чтобы ключик нам достать,
Надо на носочки встать.*

7 мин.

**Задание для диагностики тонкой моторики,
произвольности и зрительно-моторной координации**

Дети садятся за столы.

Психолог раздает им подписанные листы бумаги формата А4, простые карандаши, бланки с методикой Н.И. Гуткиной «Домик» и предлагает «скопировать» рисунок:

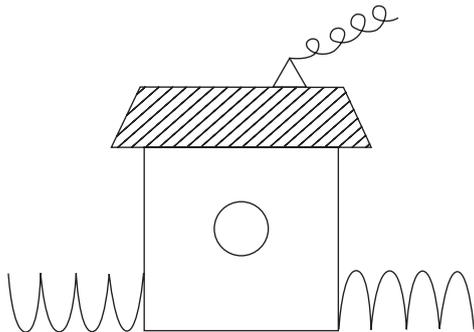


Рис. 1

Заключительный этап

По окончании занятия психолог звонит в колокольчик и говорит:

*– Вот опять звенит звонок
И кончается урок.
Все мы славно потрудились,
И чему-то научились.
А теперь пора домой,
Все устали: ой-ой-ой!*

Всем спасибо, все были сегодня молодцы! Не спеша встаем из-за столов, оставляем на них листики, задвигаем стульчики и дружно друг за другом идем в группу. До свидания!

Занятие 2



Задачи:

повторение школьных правил;
развитие произвольного поведения;
развитие внимания и мышления;
развитие зрительно-моторной координации, пространственного восприятия и тонкой моторики.

Материалы:

мяч, колокольчик, фишки, подписанные листы бумаги формата А4, простые карандаши, плакат «Фигурки из счетных палочек – 1», наборы счетных палочек.

Ход занятия

3 мин.

Упражнение «Вежливые слова – вежливые ответы»

Все встают в круг.

Психолог поочередно бросает детям мяч и произносит слова, требующие какого-либо вежливого ответа, например: «*Спасибо! – Пожалуйста!*», «*Извините! – Ничего страшного!*», «*Здравствуйтесь! – Здравствуйте!*», «*Апчхи! – Будьте здоровы!*» и т.д.

Ребенок ловит мяч, произносит нужные слова и возвращает мяч психологу.

По окончании психолог звонит в колокольчик, дети садятся за столы.

2 мин.

Упражнение «Школьные правила» (см. Занятие 1)

2 мин.

Упражнение «Отгадывание загадок»

Психолог предлагает детям отгадать загадки:

*С хозяином дружит,
Дом сторожит.
Живет под крылечком,
Хвост колечком. (Собака)*

*Не лает, не кусает,
А в дом не пускает. (Замок)*

*Красная девица
Сидит в темнице,
А коса на улице. (Морковь)*

*Вот так дом:
Одно окно,
Каждый день
В окне кино. (Телевизор)*

За каждый правильный ответ ребенок получает фишку.

4-5 мин.

Игра «Пол – нос – потолок»

Психолог говорит:

– Сейчас мы поиграем. Будьте очень внимательны! Я стану произносить «пол», «нос» или «потолок» и указывать на них. И вы – указывать вместе со мной. Сначала я буду делать это правильно: произносить, например, «пол» и указывать на пол, а потом буду вас путать – говорить «пол», а указывать на что-то другое. Вы же должны указывать на то, что я называю, а не на то, что показываю. Попробуем? Начали!

2 мин.

Физкультминутка (см. Занятие 1)

4-5 мин.

Упражнение «Фигурки из счетных палочек – 1»

На столе каждого ребенка – набор счетных палочек. На доске – плакат «Фигурки из счетных палочек – 1».

Психолог объясняет, что с помощью счетных палочек можно не только считать, но и выложить фигурки.

Дети выкладывают фигурки, а затем считают, сколько палочек использовано в каждой из них.

7-10 мин.

Диагностическое задание «Рисунок человека»

Психолог раздает детям подписанные листы бумаги формата А4, простые карандаши и просит их нарисовать любого человека.

Если кто-то из детей справился с заданием быстрее остальных, можно предложить ему нарисовать что-нибудь на оборотной стороне листа.

Заключительный этап (см. Занятие 1)

Занятие 3



Задачи:

- развитие произвольного поведения;
- тренировка тонкой моторики;
- диагностика работоспособности, внимания и пространственного восприятия;
- развитие фонематического восприятия.

Материалы:

колокольчик, бланки «Корректирующая проба», простые карандаши, доска, мел, часы с секундной стрелкой или секундомер.

Ход занятия

3-4 мин.

Упражнение «Вежливость»

Дети встают вокруг психолога.

Психолог демонстрирует движения (руки вверх, в стороны, прыжки, наклоны и т.д.), дети их повторяют, но только в том случае, если психолог скажет «пожалуйста».

По окончании психолог звонит в колокольчик, дети садятся за столы.

2-3 мин.

Упражнение «Школьные правила» (см. Занятие 1)

2-3 мин.

Пальчиковая гимнастика

*Пальчик-мальчик, где ты был?
С этим пальцем в лес ходил,
С этим пальцем щи варил,
С этим пальцем песни пел,
С этим пальцем кашу ел,
Оттого и потолстел.
Наелся!*

4-5 мин.

Тест «Корректирующая проба»

На столе каждого ребенка – бланк с тестовым материалом и простой карандаш.

Психолог просит детей посмотреть на доску и объясняет:

– У вас на листах нарисованы разные фигурки: треугольники, кружочки, квадратики, стрелки, флажки. Вам нужно, просматривая строчку за строчкой, в треугольнике ставить черточку, в кружочке – крестик, а во флажках – точку. В остальных фигурках ничего ставить не надо. Давайте повторим: что мы ставим в кружках? А во флажках? В треугольниках? Возьмите карандаши и потренируйтесь.

Образец выполнения задания дается на доске.

Первую строчку дети выполняют под руководством психолога, который затем ее проверяет.

После этого задание повторяется еще раз, и детей предупреждают, что теперь по сигналу психолога в течение двух минут они будут работать самостоятельно, пока не услышат: «Стоп!». Следует обратить внимание детей на то, что нужно постараться поставить как можно большее количество значков, ничего при этом не пропустив и не перепутав.

Представленный на доске образец через минуту стирают, и оставшееся время дети работают по памяти.

Иногда дети начинают искать фигурки одного вида по всему листу и расставлять в них нужный знак. В таком случае нужно еще раз объяснить задание. Если ребенок продолжит выполнять задание неправильно, это может свидетельствовать о его неподготовленности к переходу на планомерную работу.

По истечении двух минут психолог дает детям команду отложить карандаши и перевернуть лист чистой стороной вверх.

Если некоторые дети будут продолжать работу, можно дать им время для ее завершения, но отметить этап, на котором оно истекло.

Обработка результатов проводится по формуле:

$$Q = C / C+D,$$

где Q – коэффициент работоспособности;

C – количество просмотренных строчек;

D – количество ошибок.

Пропущенная строка считается одной ошибкой. Чем выше коэффициент работоспособности, тем выше уровень концентрации внимания ребенка.

Как показывает практика, дети 6–6,5 лет с высокой умственной работоспособностью и вниманием за две минуты успевают просмотреть 10–12 строк, сделав при этом 1–2 ошибки. Такие дети, как правило, отличаются хорошим интеллектуальным развитием и высокой готовностью к школьному обучению.

3–4 мин.

Задание для диагностики пространственных представлений

Психолог дает задание:

– А теперь нарисуйте, пожалуйста, в центре листа домик, в правом верхнем углу – солнышко, в левом нижнем – елочку, в правом нижнем – дерево, а в левом верхнем – облачко.

(Образцы схематичных рисунков рекомендуется дать на доске.)

Таким образом можно получить представление не только об уровне концентрации внимания детей, их умении понимать и выполнять инструкцию, но и об уровне развития пространственных представлений и умении ориентироваться на листе бумаги.

2 мин.

Физкультминутка

Раз, два, три, четыре.

Мыши дернули за гири.

Вдруг раздался страшный гром,

Убежали мышки в дом.

Хлопают в ладоши.

Соответствующие движения руками.

Закрывают уши ладонями и покачивают головой.

Бег на месте.

4 мин.

Упражнение «Звуковые прятки»

Дети садятся за столы.

Психолог говорит:

– А теперь поставьте локти на стол и приготовьте ладошки. Я буду произносить слова, а вы – хлопать в ладоши, но только если услышите в словах звук «О». Попробуем? Начали: лодка, заяц, ослик, стол, стул, цветок, глаза. Молодцы! А теперь будем искать звук «А»: мята, цветок, заяц, стул, аист, лампа, забор. Теперь ищем звук «Т»: стол, забор, стул, дача, табурет, зонт, ложка, глаз.

Следует использовать слова, в которых выделяемые звуки произносятся, как на письме.

Заключительный этап (см. Занятие 1)

Занятие 4



Задачи:

- развитие внимания и произвольности;
- повышение уровня школьной компетентности;
- развитие восприятия и мышления;
- диагностика зрительно-моторной координации.

Материалы:

колокольчик, доска, мел, наборы счетных палочек, простые карандаши, бланки «Выявление уровня зрительно-моторной координации».

Ход занятия

3–4 мин.

Игра «Трутень и пчелы» (см. Занятие 1)

2 мин.

Тренинг навыков школьного поведения

Звонит колокольчик, дети занимают свои места.

Психолог объясняет: