Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Сорская средняя общеобразовательная школа №1

РАССМОТРЕНО
педагогическим советом
протокол №1
от «28» августа 2026г.

УТВЕРЖДЕНО:
директор
_____
Риферт О.П.
Приказ № 15 от «28» августа 2026 г.

Профилактическая программа для обучающихся младших классов
«Я раньше – я сейчас»

г. Сорск, 2026 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Вид программы. Общеразвивающая психолого-педагогическая программа, направленная на формирование навыков сотрудничества и взаимодействия детей, профилактика буллинга детей младшего школьного возраста

Новизна программы. Методической новизной и, одновременно, методологическим достоинством программы является то, что можно назвать «рефлексивным подходом» к совершенствованию взаимодействия между детьми - развитие поведенческих навыков сотрудничества через деятельность, направленную на повышение осознанности и самостоятельности. Выбор подхода, обусловлен специфическими, совершенно новыми в истории человечества, особенностями социализации современных детей. В соответствии с данным подходом обоснован выбор методик и критериев оценки успешности реализации программы. Методологическое и высокое практическое значение этого подхода в том, чтобы выбором соответствующих средств способствовать формированию в будущем самостоятельного человека с активной и конструктивной жизненной позицией и способного договариваться с другими, а не просто человека способного эмпатийно и бесконфликтно, но конформно, следовать за групповой динамикой или лидером.

Таким образом, программа «Я раньше – я сейчас» помогает интегрировать свои знания ребёнку, выстраивать структуру его упорядоченной психологической и социальной действительности, помогает развивать младшему школьнику необходимые социальные и коммуникативные компетенции для дальнейшей успешной адаптации в коллективе.

Актуальность темы. Представленная программа актуальна по нескольким направлениям.

Во-первых, значимость формирования навыков сотрудничества и взаимодействия детей именно в младшем школьном возрасте, где ведущая деятельность (сюжетно-ролевая) создаёт благоприятную сензитивность для формирования универсальных учебных действий.

Во-вторых - это формирование необходимых предпосылок для успешной социальной адаптации в школьном коллективе.

В-третьих, это формирование основы эффективного, продуктивного и позитивного общения, что является одним из базовых навыков будущего, и необходимо для успешной социализации ребёнка.

Дети развиваются и учатся, вступая в отношения с окружающей их средой. У ребенка есть три учителя: взрослый, другой ребенок и среда, которая его окружает. Взаимодействуя с другими людьми, предметами и явлениями, исследуя их, свободно двигаясь в пространстве, прислушиваясь, присматриваясь к окружающей среде, ребенок строит свои собственные знания о мире и о себе. Окружающая ребёнка социокультурная-среда должна быть наполнена возможностями для творческих экспериментов и самовыражения.

Очевидно, что современные дети живут и развиваются в совершенно иных социокультурных условиях, чем их ровесники 25-30 лет назад. Чрезвычайная занятость родителей, разрыв поколений, маркетизация и технологизация детской субкультуры, отсутствие

«дворовой» социализации, изолированность ребёнка в семье и другие тенденции негативно отражаются на социализации современных детей. Нарастание негативных тенденций в подростковой среде (повышенная агрессивность, буллинг, дефицит гуманных форм поведения, отчужденность, изолированность и пр.) выдвигают на первый план задачу социализации детей, начиная с детства. Социальные психологи утверждают, что в современном мире ребёнку предстоит во многом самостоятельно определять стратегию поведения в той или иной ситуации, даже в младшем школьном возрасте. Поэтому эффективная социализация, то есть приобщение к общепринятым нормам, правилам и ценностям, существующим в обществе, — одно из главных условий жизни ребёнка в обществе.

В настоящее время перед школьными образовательными учреждениями стоит социальный заказ общества - воспитание грамотной личности, способной взаимодействовать с другими людьми. Особая роль в формировании этого навыка отводится периоду в начальной школе, где в процессе учебной деятельности, под руководством педагогов развивается навык сотрудничества,

взаимодействия со сверстниками.

Цель программы: формирование навыков сотрудничества и взаимодействия у детей младшего школьного возраста 7 – 9 лет.

Задачи:

1. Расширять поведенческий репертуар ребенка набором конструктивных способов взаимодействия в ситуациях конфликта, и совместной продуктивной деятельности.
2. Формировать у детей умение выражать свою индивидуальность и развивать понимание необходимости договорных отношений в группе
3. Развивать заинтересованность в сотрудничестве; доверие и взаимопонимание в группе
4. Развивать рефлексивные навыки детей, способности к оценке, контролю, планированию собственной деятельности.

Сроки реализации программы:

Программа рассчитана на 2 года с сентября по май. Занятия продолжительностью 35 - 40 минут 1 раз в четверть.

Поскольку программа носит развивающий характер занятия по программе проводятся со всей группой детей (в этом случае программа также работает и на профилактику буллинга, нарушений в социально- коммуникативной сфере детей) младшего школьного возраста 7 – 9 лет

Описание структуры программы

Общеразвивающая психолого-педагогическая программа «Я раньше – я сейчас» состоит из введения, актуальности, тематического планирования и списка использованной литературы.

Длительность занятий. Формы организации занятий.

Общеразвивающая психолого-педагогическая программа рассчитана на 2 года, содержит 8 занятий. Занятия проводятся 1 раз в четверть в течение года с группой детей.

Продолжительность занятий 35 - 40 минут, что оптимально для детей младшего школьного возраста 7 - 9 лет.

Для эффективной работы и поддержки детей используется как групповая (работа со всей группой) так и индивидуальная форма работы (если возникает необходимость более глубокой проработки цели и задач занятия). Предлагается просмотр мультфильмов с последующим обсуждением.

Ожидаемый результат. При условии успешной реализации данной программы у ребёнка формируются:

- навыки конструктивного сотрудничества, кооперативного взаимодействия со сверстниками, произвольная регуляция деятельности, рефлексивные навыки помогающие управлять процессами межличностного общениях.
- понимание, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, их физических и психических особенностей.
- умение следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со сверстниками и со взрослыми, может соблюдать правила безопасного поведения.
- автономность ребёнка, самостоятельный поиск ребёнком решения в проблемных ситуациях межличностного взаимодействия.

Список средств обучения

Атрибуты для проведения игр и игровых упражнений:

Мультимедийная установка

В занятиях используются следующие методические средства:

Релаксационные методы - использование упражнений, основанных на методе активной нервно-мышечной релаксации.

Использование эмоционально-символических методов - групповое обсуждение различных чувств: радости, гнева, направленное рисование, т.е. рисование на определенные темы.

Коммуникативные упражнения, при которых происходит тренировка способностей невербального воздействия детей друг на друга.

Игры, направленные на развитие воображения: вербальные игры, невербальные игры, «мысленные

Использование нейропсихологических и кинезиологических упражнений.

Использование приёмов ТРИЗ технологии.

Ролевые игры.

Рефлексивные методы: открытые вопросы. Вопросы, помогающие актуализировать собственный опыт, наблюдения ребёнка, вопросы, побуждающие к самоисследованию и активной мыслительной деятельности.

Принципы работы с детьми при реализации программы

1. Не навязывайте себя никому, в том числе и детям, с которыми вы хотите заниматься. Если по каким-то причинам детям не понравилось занятие, значит, отложите его до лучших времен, и попробуйте понять, что вы сделали не так.
2. Остановитесь - если не знаете, как воздействовать. В процессе занятий с детьми могут возникнуть трудности, устранить которые сразу не получается. Проигнорируйте это событие, продолжайте вести занятие так, как будто ничего не произошло.
3. Исключите неприязнь к детям и свои отрицательные эмоции на момент ваших занятий с ними.
4. Соблюдайте принцип равенства и сотрудничества с детьми. Помните, что вы взрослый, потому что ведете занятие, во всем остальном вы такой же участник, как дети. Вы так же ползаете с ними по полу, показываете различные эмоции, рисуете. Вы - образец того свободного творческого поведения, которому невольно подражают и к которому тянутся дети.
5. Не фиксируйте внимание на неудачах, не делайте замечаний, даже если вы искренне желаете в этот момент что-то исправить, кому-то помочь, кого-то больше подбодрить. Избыток вашего внимания или отрицательная оценка способны нарушить эмоциональное благополучие ребенка, а значит - навредить ему.
6. Давайте качественные оценки, если не можете удержаться от них. На занятиях не бывает правильных и неправильных действий, здесь у всех все получается, все проявляют себя, как могут и как хотят, не боясь заслужить порицание, осуждение.
7. Не сравнивайте детей с кем-либо в невыгодном свете, не ставьте никого в пример. Помните, что здесь главное - не результативные достижения, а внутренняя свобода, эмоциональное благополучие.
8. Используйте разные формы несловесной поддержки ребенку - улыбку, поглаживание по голове, обнимание за плечи и т д.

Научные, методологические и методические основания программы

1. Концепция культурно исторической теории Л.С. Выготского.

Все психические процессы в онтогенезе последовательны, закономерны и неразрывно друг с другом связаны. Высшие психические функции и связанные с ними коммуникативные навыки формируются в социальной деятельности (в первую очередь в ведущей), интериоризуются в процессе реальной практики социального взаимодействия.

2. Деятельностный подход к анализу психики ребенка (А. И. Леонтьев, П. Я. Гальперин, Д. Б. Эль конин).

Принцип единства деятельности и сознания. В самом понятии деятельности уже имплицитно содержится понятие ее предмета. Выражение «беспредметная деятельность», по А.Н, Леонтьеву, лишено всякого смысла. Предмет деятельности и есть ее действительный мотив. Деятельности без мотива не бывает. «Немотивированная» деятельность

— это деятельность, не лишенная мотива, а деятельность с субъективно и объективно скрытым мотивом. Деятельностный подход в образовании - это совсем не совокупность образовательных технологий или методических приемов. Это своего рода философия образования, методологический базис. На первом месте стоит не накопление детьми ЗУН в узкой предметной области, а становление личности.

Подход гештальт-терапии в отношении детской психотерапии и коррекции, картинки» предложенные В. Оклендер.

Дети, хотя и зависят от взрослых, тем не менее, ребёнок всегда обладает и некоторым ресурсом автономии и самостоятельности. Задача взрослого поддержать и создать условия для раскрытия этого ресурса в полной мере.

3. Исследования Д. Б. Эльконина, М. И. Лисиной, Л. И.

Божович, клиническая практика В. Е. Кагана, А. И. Захарова и О. С. Никольской. Данные исследовали, учёные утверждали представление о ребенке как о личности, формирующейся и развивающейся отношенияхс окружающими взрослыми и сверстниками.

Ориентация на гуманно-личностную технологию Ш.А. Амонашвили позволила использовать при составлении программы развития навыков сотрудничества и взаимодействия детей такие методические приёмы как: резервы семейной педагогики (родительские субботы, семинары, консультации, детско-родительские тренинги); оценивание деятельности детей - качественная оценка выполненной деятельности (характеристика результатов, обучение самоанализу, самооценка).

Тематический план
Занятие № 1. Портрет моего Я
Занятие № 2. Путешествие в страну эмоций
Занятие № 3. Не такой как все
Занятие № 4. Одинаково разные
Занятие № 5. Будем добрыми
Занятие № 6. Как научиться жить без драки
Занятие № 7. Закон сохранения доброты
Занятие № 8 Урок ДРУЖБЫ

Список литературы

1. Батищева Елена Ярославовна педагог-психолог МАДОУ д/с№158 г Тюмени Развивающая психолого-педагогическая программа «Соты»
2. О.А. Сидлецкая педагог-психолог ГБОУ Калужской области «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Ровесник» (отделение реабилитации для детей и подростков с ОВЗ), г. Сосенский Программа релаксационных занятий «Сбрось усталость»
3. Платформа-агрегатор «Гнездо» образовательных и просветительских проектов программ АНО «БО «Журавлик» https://portal.gnezdo.live/school
4. «Травли НЕТ»: проект профилактики буллинга детей в школе https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/
5. Журнал «Классный руководитель» (№ 4, 2006 г.), «Справочник классного руководителя» (№ 0, 2006 г.; № 11, 2007 г.; № 11, 2008 г.; № 8, 2009 г.)
6. Хасанова Лейсан Рихватовна Педагог-психолог ЛМР МАОУ СОШ№2 республика Татарстан, г.Лениногорск интегрированное занятие «Путешествие в страну Эмоций» https://nsportal.ru/nachalnaya- shkola/psikhologiya/2016/02/18/
7. Первишова Н.Н. учитель начальных классов с. Красногвардейское Красногвардейский район https://nsportal.ru/nachalnaya- shkola/vospitatelnaya-rabota/2015/01/08/
8. Сборник лучших практик профилактики травли в образовательных организациях «Каждый важен» 2020-2021 г.г.
9. Слободяник Н.П. *Я* учусь владеть собой. Коррекционно-развивающая программа формирования эмоциональной стабильности и положительной самооценки у детей. М., Генезис, 2000.
10. Хухлаева О.В., Хухлаева О. Е., Первушина И.М. Тропинка к своему я. М.: Генезис, 2004.
11. Чистякова М.И. Психогимнастика, М., Просвещение, 1995.