

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 15 имени Героя Советского Союза Д.Я.Старостина»

Согласовано

Заместитель директора по УВР

_____ И.Ю. Лондарева

«30» августа 2023г.

Утверждаю

Директор МБОУ СШ №15

_____ Данилова Л.В.

Приказ № _____

От «01» сентября 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Учись Учиться»
направление общеинтеллектуальное
для 3 классов

Количество часов по учебному плану:

всего часов в год: 34

Всего часов в неделю: 1

на 2023-2024 учебный год

Составитель: Ткаченко Юлия Николаевна, педагог-психолог

Рассмотрено

на заседании ШМО учителей
социально-гуманитарного цикла

Протокол №1 от 24.08.23 г.

Руководитель ШМО социально-
гуманитарного цикла

_____ /В.А.Чалмаева/

Рассмотрено

на методическом совете

МБОУ СШ №15

Протокол № 1 от 25.08.2023г.

Председатель методического совета

_____ /И.Ю.Лондарева/

Ульяновск, 2023 г.

Пояснительная записка

Актуальность и назначение программы. С первых дней обучения ребенку предъявляются требования, касающиеся произвольности познавательных процессов, учебной мотивации, навыков, позволяющих успешно осваивать программу и т. д. Даже хорошо подготовленные дети в период адаптации испытывают стресс, показывают не стабильные результаты. Дети с низким уровнем готовности способны потеряться, разочароваться в школе, в той школе, которую они так живо и красочно себе представляли. Таким образом, одним из направлений работы учителя в начальной школе является помощь ученику в освоении учебной деятельности как в период адаптации в первом классе, так и на всем протяжении обучения в младших классах. Причем учебная деятельность понимается не только как проявление интеллектуально-познавательной активности детей, а как «...явление целостной и полноценной жизни детей в школьный период развития.» (В. В. Давыдов).

Данная рабочая программа внеурочного курса «Учись учиться» разработана на основе образовательной программы « Учись учиться» по авторскому учебно-методическому комплексу « Развивающие задания. Тесты, игры, упражнения», автором-составителем которого является Языканова Е.В.- учитель начальных классов, педагог-психолог высшей квалификационной категории.

Успешность освоения учебной деятельности, прежде всего, заложена не в ранней программной подготовке дошкольника, а в полноценном освоении игровой деятельности. Так, в частности, в процессе развития сюжетной игры расширяется кругозор, формируется воображение, произвольность поведения, вырабатываются умения

принимать правила, инструкцию, следовать заданному алгоритму, формируются познавательные интересы. В дальнейшем обучении, совместной работе с учителем у школьников, на основе познавательных интересов, формируются потребности в теоретических знаниях, что, в свою очередь, преобразуется в многообразие мотивов учебной деятельности. В контексте психологической готовности к школе и формирования учебной мотивации необходимо упомянуть понятия, введенные в психологию Л. С. Выготским — спонтанное и реактивное обучение. Спонтанное обучение, прежде всего, характерно для детей, организующих свою деятельность по своей программе, по своему желанию, стремлению. Такие стремления возникают непроизвольно, желание чему-то научиться зависит от многих субъективных факторов. Школьная практика опирается на реактивное обучение, т. е. на способность ребенка организовывать свою деятельность по чужой программе, но наличие способности к реактивному обучению вовсе не означает, что ребенок психологически готов учиться в школе. Важно понять, что умение учиться только по чужой программе ставит перед учителем проблем не меньше, чем умение учиться, подчиняясь только сиюминутным интересам, т. е. спонтанно. Зачастую подача содержания урока является приоритетной задачей для учителя, а задачи развития уходят на второй план или опускаются вовсе. На традиционных уроках в большей степени *используются* интеллектуальные, психологические ресурсы ребенка, и в меньшей степени - *подкрепляются*.

Таким образом, традиционные уроки не могут обеспечить в равной доле решение образовательных и развивающих задач. Возникает необходимость в проведении развивающих занятий, помогающих младшему школьнику не только приобрести навыки работы в классе, принятия учебной задачи, самостоятельной

деятельности, но и актуализировать познавательные процессы, расширить кругозор, получить новый деятельностный опыт.

Данная программа направлена на снятие эмоционального дискомфорта у младших школьников, создание ситуации успеха, а также на коррекцию и развитие школьно-значимых психофизиологических и социальных функций в процессе учебной, изобразительной и игровой деятельности. Таким образом, система представленных на занятиях задач и упражнений позволяет решать все три аспекта учебной цели: познавательный, развивающий и воспитывающий.

Познавательный аспект

- формирование и развитие различных видов памяти, внимания, воображения.
- формирование и развитие общеучебных умений и навыков (умение самостоятельно работать с книгой в заданном темпе, умение контролировать и оценивать свою работу).

Развивающий аспект

- Развитие речи при работе над словом, словосочетанием, предложением.
- Развитие мышления в ходе усвоения детьми таких приёмов мыслительной деятельности как умение анализировать, сравнивать, синтезировать, обобщать, выделять главное, доказывать и опровергать.
- Развитие сенсорной сферы ребят (глазомера, мелких мышц кистей рук).
- Развитие двигательной сферы.

Воспитывающий аспект

- Воспитание системы нравственных межличностных отношений (формирование «я-концепции»).

Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС НОО, на основе программы «Учись учиться» (авт. Е. В. Языканова)

Цель: создание эмоционально-комфортной образовательной среды для успешного формирования и развития учебных, социальных и познавательных навыков обучающихся.

Задачи:

1. Развитие у детей когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе.

2. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной Я-концепции детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

3. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.

На изучение курса внеурочной деятельности в 3 классе выделяется 1ч. в неделю, 34 ч.

1. Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.

В результате освоения программы «Учись учиться» формируются следующие УУД:

Регулятивные:

- овладевать навыками самоконтроля, самооценки, искать и исправлять свои ошибки
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме
- концентрировать, переключать своё внимание

Познавательные:

- уметь логически рассуждать, пользуясь приёмами анализа, сравнения, обобщения, классификации, систематизации
- выделять существенные признаки и закономерности предметов
- развить вербально-логическое мышление
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя
- улучшить уровень пространственной сообразительности, зрительно-моторной координации, уровень внимания и ассоциативной памяти

Коммуникативные:

- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят

- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

Личностные результаты

Знать:

- о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;

- правила общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к успеху, неудачам

Уметь:

- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели

- налаживать контакт с людьми;

- правильно взаимодействовать с партнерами

- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.

Содержание курса внеурочной деятельности «Учись учиться»

3 класс

Упражнения на развитие умения классифицировать предметы и слова. «Допиши по аналогии», «Раздели на группы», «Нарисуй по точкам».

Упражнения на развитие умения обобщать, анализировать, сопоставлять понятия. «Найди слово в слове», «Шифровальщик», «Повтори фигуру».

Упражнения на развитие умения владеть операциями анализа и синтеза. «Преврати одни слова в другие», «Вставь слово», «Нарисуй по точкам».

Упражнения на развитие зрительно-моторной координации. «Восстанови порядок», «Нарисуй по точкам», «Найди слова».

Упражнения на развитие понятийного мышления (умение обобщать). «Найди общее название», «Соедини половинки слов», «Нарисуй по точкам».

Упражнения на развитие способности к классификации, абстрагированию. «Замени одним словом», «Найди лишнее слово», «Нарисуй по точкам».

Упражнения на развитие умения устанавливать связи между понятиями. «Подчеркни «наоборот», «Вставь числа», «Нарисуй по точкам».

Упражнения на развитие понятийного мышления (умение обобщать). «Найди общее название», «Шифровальщик», «Нарисуй по точкам».

Упражнения на развитие умения устанавливать связи между понятиями. «Найди лишнее слово», «Допиши по аналогии», «Нарисуй такую же фигуру».

Упражнения на развитие умения устанавливать связи между понятиями. «Допиши по аналогии», «Допиши «наоборот», «Нарисуй такую же фигуру».

Упражнения на развитие внимания, наблюдательности, навыков устного счёта. «Тренируй внимание», «Соедини половинки слов», «Раскрась картинку».

Упражнения на развитие внимания. «Тренируй внимание», «Найди пару», «Раскрась картинку».

Упражнения на развитие внимания, ассоциативной памяти. «Собери слова», «Шифровальщик», «Раскрась картинку».

Упражнения на развитие умения владеть операциями анализа и синтеза. «Преврати одни слова в другие», «Составь слова», «Раскрась картинку».

Упражнения на развитие зрительно-моторной координации. «Выбери правильный ответ», «Найди слова», «Раскрась картинку».

Упражнения на развитие понятийного мышления (умение обобщать). «Продолжи ряд слов», «Соедини половинки слов», «Нарисуй такую же фигуру».

Итоговое занятие. Диагностика, тестирование.

Календарно – тематическое планирование

«Учись учиться» 3 класс

№ п / п	Задачи	Содержание	Количество часов	Дата по плану	Дата фактически
1	<p>Обсуждение планов на будущее.</p> <p>Постановка целей и задач на учебный год.</p> <p>Развитие произвольности восприятия</p>	<p>- Вводная беседа.</p> <p>- Психотехнические игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, (психогимнастика, «снежный ком», «улыбка», «нос, пол, потолок», «запрещенное движение», «Перекличка»).</p> <p>- «Графический диктант» .</p>	1		
2	<p>Развитие концентрации и внимания.</p> <p>Совершенствование мыслительных операций.</p> <p>Анализ текстов.</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Саймон сказал», «Хор») .</p> <p>- «Простая задача», «Запомни и</p>	1		

		ответь», «Классификация» .			
3	Тренировка внимания Совершенств ование мыслительн ых операций. Развитие аналитическ их способносте й и способности рассуждать. Развитие воображения .	- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы) - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Животные - растения», «Сосед справа», «Смена имен») - « Комиксы», «Слово- подсказка».	1		
4	Тренировка слуховой памяти. Совершенств ование мыслительн ых операций. Анализ текстов.	- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Незнайки», «Перекличка») -«Двойные рисунки»,	1		

		«Сравни пару», «Графический диктант», «Простая задача» .			
5	Тренировка зрительной памяти. Совершенствование мыслительных операций. Развитие воображения .	- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Саймон сказал» «Закончи слово») . -«Запомни и ответь», «Комиксы».	1		
6	Развитие логического мышления. Развитие умения решать нестандартные задачи. Анализ текстов.	- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Запрещенное движение», «Четвертый лишний») . -«Двойные	1		

		рисунки», «Смешанный рассказ», «Фраза (слово) в цифрах».			
7	Совершенство воображения Развитие наглядно- образного мышления.	- Психогимнастика - Разминка (вопросы – ответы) - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Четыре стихии», «Что можно сделать из...») - «Двойной диктант».	1		
8	Развитие быстроты реакции. Совершенство мыслительн ых операций. Анализ текстов	- Психогимнастика - Разминка (вопросы – ответы) - Работа в тетради. - Динамическая пауза («Перекличка», «Слушай и исполняй») . -« Нарисуй и опиши».	1		

		-« Симметричный рисунок».			
9	<p>Развитие концентрации и внимания.</p> <p>Развитие умения решать нестандартные задачи.</p> <p>Развитие речи.</p> <p>Анализ текстов.</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Запрещенное движение», «Преобразование слов») .</p> <p>- «Двойные рисунки», «Мысль другими словами», «Простая задача», «Классификация».</p>	1		
10	<p>Тренировка внимания.</p> <p>Совершенствование мыслительных операций.</p> <p>Развитие речи.</p> <p>Развитие воображения .</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Гимнастика в</p>	1		

		зоопарке», «Закончи слово»).			
		-« Смешанный рассказ», «Нарисуй и опиши».			
11	Тренировка слуховой памяти. Совершенств ование мыслительн ых операций. Развитие внимания. Развитие речи.	- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Правильно услышим и покажем, что услышали», «Будь внимателен») . - « Спрятанное слово», «Конструктор», « Двойной диктант», «Нелепицы».	1		
12	Тренировка зрительной памяти. Совершенств ование мыслительн ых операций. Анализ	- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы). - Выполнение упражнений и	1		

	<p>текстов.</p> <p>Развитие воображения .</p>	<p>заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Четыре стихии», «Рыба, птица, зверь»).</p> <p>-«Фраза(слово) в цифре», «Сравни пару», «Комиксы».</p>			
13	<p>Развитие логического мышления.</p> <p>Развитие умения решать нестандартные задачи.</p> <p>Развитие речи.</p> <p>Развитие воображения .</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Гимнастика в зоопарке», «Перечисли предметы на букву..») .</p> <p>-« Симметричный рисунок», «Мысль другими словами», «Угадай по описанию».</p>	1		
14	<p>Совершенствование воображения .</p> <p>Развитие</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы –</p>	1		

	наглядно-образного мышления. Развитие речи.	ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Саймон сказал», «Скульптор») - «Двойные рисунки», «Классификация», «Нарисуй и опиши».			
15	Развитие быстроты реакции. Совершенствование мыслительных операций. Развитие речи. Развитие воображения	- Психогимнастика - Разминка (вопросы – ответы). - Работа в тетради. - Динамическая пауза («Нос, пол, потолок», «Животные - растения») . -«Слово-подсказка», «Симметричный рисунок», «Конструктор».	1		
16	Развитие концентрации и внимания. Развитие умения решать	- Психогимнастика - Разминка (вопросы –	1		

	<p>нестандартные задачи. Развитие речи.</p>	<p>ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Запрещенное движение», «Сосед справа») . -«Запомни и ответь», «Интервью», «Смешанный рассказ».</p>			
17	<p>Тренировка внимания. Тренировка слуховой памяти. Совершенствование мыслительных операций .</p>	<p>- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Зеркало», «Незнайки»). -«Нелепицы», «Графический диктант», « Мысль другими словами».</p>	1		
18	<p>Тренировка зрительной памяти. Совершенствование</p>	<p>- Психогимнастика . - Разминка (вопросы –</p>	1		

	мыслительных операций. Развитие внимания.	ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Четыре стихии», «Футбол») -«Нарисуй и опиши», « Угадай по описанию».			
19	Развитие логического мышления. Развитие умения решать нестандартные задачи. Развитие речи.	- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Что изменилось», «Хор») . -«Пара по образцу», «Двойной диктант», « Интервью».	1		
20	Совершенствование воображения . Развитие наглядно-	- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы).	1		

	<p>образного мышления.</p> <p>Развитие речи.</p>	<p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Четыре стихии», «Заверши предложение»).</p> <p>- « Спрятанное слово», « Слово-трансформер», «Фраза(слово) в цифрах».</p>			
21	<p>Развитие быстроты реакции.</p> <p>Совершенствование мыслительных операций.</p> <p>Развитие внимания.</p> <p>Развитие речи.</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Работа в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Нос, пол, потолок», «Смена имен»).</p> <p>-«Двойные рисунки», «Конструктор», « Графический диктант», «Балда»</p>	1		
22	<p>Развитие концентрации и внимания.</p> <p>Развитие умения решать</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы –</p>	1		

	<p>нестандартные задачи.</p> <p>Развитие речи.</p> <p>Развитие воображения .</p> <p>Развитие внимания.</p>	<p>ответы)</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Запрещенное движение», «Зеркало»).</p> <p>-«Нелепицы», «Инопланетянин», «Двойной диктант».</p>			
23	<p>Тренировка внимания.</p> <p>Совершенствование мыслительных операций.</p> <p>Развитие аналитических способностей и способности рассуждать.</p> <p>Развитие воображения .</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Гимнастика в зоопарке», «Саймон сказал...»).</p> <p>- «Ищем общее», «Симметричный рисунок», «Мысль другими словами».</p>	1		
24	<p>Тренировка слуховой памяти.</p>	<p>- Психогимнастика .</p>	1		

	<p>Совершенствование мыслительных операций.</p> <p>Развитие внимания.</p> <p>Развитие речи.</p>	<p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Зеваки», «Будь внимателен») .</p> <p>-«Небылицы», «Балда», «Угадай по описанию».</p>			
25	<p>Тренировка зрительной памяти.</p> <p>Совершенствование мыслительных операций.</p> <p>Развитие внимания.</p> <p>Развитие речи.</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Четыре стихии», «Хор»)</p> <p>-« Спрятанное слово», « Интервью», « Фраза(слово) в цифрах».</p>	1		
26	<p>Развитие логического мышления.</p> <p>Развитие умения решать</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы –</p>	1		

	<p>нестандартные задачи.</p> <p>Развитие речи.</p> <p>Развитие внимания.</p>	<p>ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Разведчики», «Да - нет»).</p> <p>- «Инопланетянин», «Графический диктант», «Пара по образцу».</p>			
27	<p>Совершенствование воображения</p> <p>Развитие наглядно-образного мышления.</p> <p>Развитие речи.</p> <p>Развитие внимания.</p>	<p>- Психогимнастика</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Четыре стихии», «Что можно сделать из...»).</p> <p>- «Лишнее условие», «Слово-трансформер», «Нелепицы».</p>	1		
28	<p>Развитие скорости реакции.</p> <p>Совершенств</p>	<p>- Психогимнастика</p> <p>- Разминка</p>	1		

	<p>ование мыслительных операций.</p> <p>Развитие речи.</p> <p>Развитие памяти.</p>	<p>(вопросы – ответы).</p> <p>- Работа в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Нос, пол, потолок», «Зернышки») .</p> <p>-«Двойные рисунки», «Вспомни по описанию», «Небылицы».</p>			
29	<p>Развитие концентрации и внимания.</p> <p>Развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации .</p> <p>Развитие мышления.</p> <p>Развитие воображения .</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Запрещенное движение», «Зеркало») .</p> <p>-«Превращения», «Симметричный рисунок», « Пара по образцу».</p>	1		
30	<p>Тренировка внимания.</p> <p>Совершенствование мыслительных операций.</p>	<p>- Психогимнастика .</p> <p>- Разминка (вопросы –</p>	1		

	<p>ых операций.</p> <p>Развитие аналитических способностей и способности рассуждать.</p> <p>Развитие воображения</p> <p>·</p> <p>Развитие речи.</p>	<p>ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Закончи слово», «Саймон сказал»).</p> <p>-«Монолог предметов».</p> <p>-«Балда».</p>			
31	<p>Тренировка слуховой памяти.</p> <p>Совершенствование мыслительных операций.</p> <p>Развитие воображения</p> <p>·</p> <p>Развитие речи.</p>	<p>- Психогимнастика</p> <p>·</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в тетради.</p> <p>- Динамическая пауза («Сосед справа», «Будь внимателен»).</p>	1		
32	<p>Тренировка зрительной памяти.</p> <p>Совершенствование мыслительных операций.</p> <p>Развитие речи.</p>	<p>- Психогимнастика</p> <p>·</p> <p>- Разминка (вопросы – ответы).</p> <p>- Выполнение упражнений и заданий в</p>	1		

		тетради. - Динамическая пауза («Четыре стихии», «Да-нет») -« Двойные рисунки», « Вспомни по описанию», «Инопланетянин» .			
33	Развитие логического мышления. Развитие умения решать нестандартные задачи.	- Психогимнастика . - Разминка (вопросы – ответы). - Выполнение упражнений и заданий в тетради. - Динамическая пауза («Перечисли предметы », «Хор») .	1		
34	Подведение итогов. Выявление уровня развития внимания, памяти, воображения , мышления.	- Психогимнастика . - Психодиагностика. - Подведение итогов, планы на будущее.	1		
Всего часов:			34		

Учебно – методическое сопровождение

1. Глазунов, Д.А. Психология. 1 класс. Развивающие занятия. Методическое пособие с электронным приложением/авт.-сост. Д.А. Глазунов.- 2-е изд., стереотипн.-М.: Планета, 2011.-240 с.-(Школьный психолог).

2. Глазунов, Д.А. Психология. 2 класс. Развивающие занятия. Методическое пособие с электронным приложением/авт.-сост. Д.А. Глазунов.- 2-е изд., стереотипн.-М.: Планета, 2013.-240 с.-(Школьный психолог).

3. Глазунов, Д.А. Психология. 3 класс. Развивающие занятия. Методическое пособие с электронным приложением/авт.-сост. Д.А. Глазунов.- М.: Издательство «Глобус», 2010. – 190 с. -(Школьный психолог).

4. Языканова, Е.В. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения: 1 класс/ сост. Е.В. Языканова.-8-е изд., перераб. и доп.- М.: издательство «Экзамен», 2018.-79 с. (Серия « Учебно-методический комплекс»)

5. Языканова, Е.В. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения: 2 класс/ сост. Е.В. Языканова.- М.: Издательство «Экзамен», 2018.- 6-е изд., стереотип.-109 с.(Серия « Учебно-методический комплекс»)

6. Языканова, Е.В. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения: 3 класс/ сост. Е.В. Языканова.-7-е изд., перераб. и доп.- М.: Издательство «Экзамен», 2018.-125 с. (Серия « Учебно-методический комплекс»)

7. Языканова, Е.В.Развивающие задания: тесты, игры, упражнения: 4 класс/ сост. Е.В. Языканова.- 4-е изд.,стереотип.- М.: издательство « Экзамен»,2018.-126 с.(Серия « Учебно-методический комплекс»)

Приложение

Описание психотехнических игр и упражнений

Упражнения, направленные на развитие навыков саморегуляции, развития свойств внимания, снятия эмоционального напряжения

1. «Нос, пол, потолок»

По команде дети показывают рукой направления: пол, окно, потолок, дверь, нос. Педагог сначала, проговаривая команду, показывает правильно, а затем называет одно направление, а показывает другое. Задача детей не ошибаться, выполнять только словесные команды, независимо от того, что показывает ведущий.

2. «Гномы – великаны»

По команде «Гномы» дети приседают, по команде «Великаны» встают. Ведущий сначала правильно показывает команды, затем произносит команду «Гномы», но не приседает и т.д. Задача детей не ошибаться, выполнять только словесные команды, независимо от того, что показывает ведущий.

Подобная игра «**Четыре стихии**». Команды: Земля, воздух, вода, огонь.

3. «Саймон сказал...» или «Пожалуйста...»

Ведущий произносит команду выполнить какое – либо действие (подпрыгнуть, повернуться, поднять правую руку). Если в начале команды звучит фраза «Саймон сказал...» или «Пожалуйста...» ее нужно выполнять, если нет, то не стоит. Главное не ошибиться и выполнять команды только с этими фразами.

4. «Запрещенное движение»

Предварительно договариваются, какие движения будут «запрещенными». Ведущий показывает какое-либо движение, а остальные его повторяют. Нельзя выполнять «запрещены» движения.

5. «Зеркало»

Ведущий показывает какое - либо движение или образ, остальные должны как зеркало точно его скопировать и показать. Выбирается «лучшее зеркало», которое продолжает игру.

6. «Веселый счет»

Возможны различные варианты проведения: счет до 10-20 в прямом и обратном порядке, сопровождающийся движениями (мотаем веревочку, поднимаемся по лесенке и т.д.)

- назови «соседей» цифры...

- «да» - «нет». Производится действие с числами, дается ответ, верен он или нет ($2+1=5$ «да» – хлопок, «нет» – тишина, можно и покричать)

7. «Зоопарк»

Каждый превращается в любое животное, героя сказок, сего характерными движениями, повадками. Остальные пытаются угадать.

Упражнения, направленные на развитие памяти

1. «Мы собирались в поход...»

Обыгрывается ситуация сбора в поход. Игра идет по кругу. Первый называет свой предмет, который возьмет с собой, следующий повторяет названный предмет и добавляет свой, и так дальше продолжается по кругу.

2. «Что изменилось»

Множество вариантов. Например.

- выложить предметы, картинки. Попросить запомнить. Отвернулись или опустили головы, меняем расположение, количество, состав и т.д. предметов. Затем вопросы о характере изменений.

- 5-6 человек строятся в шеренгу, потом меняется их местоположение. Запомнить кто где стоял и вернуть на места.

3. «Повтори за мной»

Задание выслушать, запомнить и повторить или продолжить. Зачитываются слова, пары слов, словосочетания, предложения, скороговорки.

4. «Кто больше увидит и запомнит»

Детям предлагается за определенный промежуток времени осмотреть и запомнить все предметы, которые есть в комнате. Затем каждый по очереди называет любой предмет обстановки, не повторяясь. Выигрывает тот, кто последним называет предмет. Игру можно усложнять, например, называть предметы только на букву..., в которых два слога, и т.д.

Упражнения, направленные на развитие мышления

1. «Закончи слово, предложение»

Произносится часть слова, предложения. Нужно его продолжить.

2. «Назови одним словом»

Предлагается ряд слов, нужно подобрать обобщающее.

3. «Превращения слов»

Предлагается ряд слов, их нужно :

-превратить в «большие» (рука - ручище), «маленькие» (дом – домик),

- превратить в похожие слова по смыслу (красивый – прекрасный)

- превратить в «слова – наоборот» (белый- черный)

- «смягчить» (мол – моль) и т.д.

4. «Бывает – не бывает»

Предлагается ряд действий, ситуаций. Бывает – хлопок, не бывает – тишина.

5. «Что можно сделать с ...»

Предлагается любой предмет Нужно придумать как можно больше вариантов его применения, даже самых фантастических

6. «Животные – растения»

Называются слова. Если это название растения нужно поднять руки вверх, если животного – хлопок, посторонний предмет – тишина. Возможны варианты.(птица, звери, рыбы; и т.д.)