**ЗНАКОМСТВО. ИГРА «ЦВЕТЫ»**

   «Я психолог. Меня зовут (называет имя и прикрепляет на доску цветок, вырезанный из цветной бумаги, на котором печатными буквами написано имя психолога)

Учитель: «Я ваш будущий учитель…

Посмотрите вокруг, как много ребят в классе. Вы еще не все друг друга знаете, не со всеми знакомы. Конечно у каждого свое имя, и сразу бывает трудно запомнить, как кого зовут. А мы будем вместе учиться, и поэтому надо знать всех ребят в классе.

Давайте познакомимся. Когда я скажу: «Три-четыре» - каждый по команде выкрикнет свое имя. Ну-ка попробуем! Ой-ой-ой!... Вроде бы громко кричали, а я ни одного имени не расслышала! А вы все имена расслышали?

Давайте попробуем по-другому. Если не получилось громко, давайте скажем свои имена шепотом. Опять что-то не то… Никто не кричал, а все равно ничего не понятно. А вы много имен услышали? Тоже нет?

Наверное, дело в том, ребята, что все говорят одновременно. Вместе работать хорошо, играть весело, петь здорово, а вот отвечать плохо: когда сразу все говорят разные слова, то ничего не понятно. Давайте попробуем поговорить по очереди, по одному и послушаем, как зовут мальчиков и девочек нашего будущего класса. Я буду подходить по очереди к каждому из вас, и тот, до чего плеча я дотронусь, громко и четко назовет свое имя. У меня в руке цветы с вашими именами, каждому я дам один из цветков. Спасибо! Теперь все имена были слышны.

Перед вами лежат цветы с вашими именами. Слушайте внимательно задание. Цветы могут вам их выполнить.

Психолог просит поднимать цветы тех, кого он назовет. Примеры заданий: «Мальчики, поднимите вверх цветы», «Девочки, поднимите цветы» «Поднимите цветы те, чьи имена начинаются на букву …»» (Называет по очереди несколько букв).

«Давайте вырастим на нашей доске большую цветочную поляну. Сделаем это так. Я буду звать к доске некоторых ребят, они выйдут сюда и прикрепят свои цветы на доску. Вам надо слушать внимательно,  не вас ли назову. Я прошу выйти к доске, все тех, кого зовут…

Учитель достает табличку с надписью «НАШ КЛАСС». «Ребята посмотрите, как много цветов у нас получилось, так же много, как и нас. И мы все один класс (помещает табличку над именами). Вот он, какой наш класс.

**УПРАЖНЕНИЕ «ЧУТКИЕ РУКИ»**

   Сейчас я попрошу подойти ко мне тех, кто сидит. Станьте, пожалуйста, рядом, в линеечку, лицом к классу. Молодцы! Я попрошу (называет имя) одного из детей потрогать у всех руки и определить, у кого самые теплые руки»

Другой ребенок определяет у кого самые теплые уши, лоб, нос и т.д.

**ЗАДАНИЕ «ПОДАРОК КЛАССУ»**

   «Давайте сделаем нашему классу подарок: украсим его золотистыми солнышками! Пусть каждый из вас нарисует солнышко, которое может согреть, развеселить и поднять настроение! Тогда наш класс станет самым светлым и самым уютным». (Используется тихая музыка во время выполнения задания).

«Кто закончил рисунок, положите карандаши на место, а рисунок перед собой. Я подойду, и вы мне тихонько скажете, какое место в классе понравилось вашему солнышку»

**ШКОЛЬНИК И ДОШКОЛЬНИК**

   Цель: Создание условий для предварительного осознания детьми своего будущего статуса школьника.

   Ход занятия:

Педагог и психолог приветствуют детей и начинается занятие с уже знакомого действия.

**ИГРА «РАЗ, ДВА, ТРИ – ШЕПНИ»**

   «Сейчас мы с вами поиграем в игру «Раз, два, три – шепчи» Сожмите руки в кулачки. Я буду задавать вопросы, а вы мне отвечать, но отвечать по-особому. Я задаю вопрос, а вы шепотом считаете до трех: раз, два, три, поднимаете большие пальцы и шепчете ответ. Давайте попробуем. Как зовут соседа по парте? И т.д.

**ШКОЛЬНИК И ДОШКОЛЬНИК**

   Ребята, как вас называют в садике? А как вас будут называть, когда вы пойдете в школу? Скажите, чем отличается школьник от дошкольника? Верно, школьник делает домашнее задание,  ходит в школу, учится на уроках. А что делают дошкольники? А может ли школьник играть и бегать? На самом деле школьник тоже может играть и бегать. Я вам открою маленький секрет: каждый из вас может вести себя как школьник, а иногда как – дошкольник. Нужно знать, когда вы можете вести себя как школьники, а когда можно вести как дошкольник. Сейчас я буду называть разные ситуации, а вы подумаете, как нужно себя вести в этой ситуации – как школьник или как дошкольник. – На уроке. - Дома.    -С друзьями. И т.д.

**ИГРА «МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ РАЗ…»**

   Большое спасибо, вы прекрасно справились с этим трудным заданием. Вы знаете, когда можно вести себя как школьнику, а когда как дошкольнику. А теперь, мы давайте посмотрим, сможете ли вы быстро превращаться из школьников в дошкольников и наоборот.. Сейчас мы с вами сыграем в игру, которую, наверное, многие из вас знают. Эта игра называется «Море волнуется раз…», но мы будем играть в нее по-особенному. Вместо морской фигуры мы будем изображать фигуры школьника и дошкольника. Водящий будут говорить: «Море волнуется раз, море волнуется два фигура школьник (или дошкольника) на месте замри». Пока море волнуется, можно ходить по классу, а анна слове «замри» нужно замереть, изображая названную фигуру. Водящий выбирает самого школьного школьника или самого дошкольного дошкольника. Первым водящим буду я. Встаньте, пожалуйста, и подойдите ко мне».

   Задание «что в портфеле»

   «А теперь скажите с чем ученики ходят в школу? Правильно, с портфелем. А что берет с собой в порфелье? А что захотят взять с собой дошкольники. Сейчас мы будем рисовать рисунки-загадки. Нарисуйте три предмета, которые взяли бы с собой школьники, и один предмет лишний, который бы взял с собой дошкольник, который в школе не нужен.

   (Дети рисуют)

   «Кто хочет загадать свою загадку классу?»

   «Спасибо, теперь мы много знаем про настоящих школьников. Настоящие школьники отличаются тем, что ходят в школу, делают дома уроки. В школе нужно вести себя как школьники, а дома, на улице, можно вести себя как дошкольники.

**ДЛЯ ЧЕГО ХОДЯТ В ШКОЛУ**

   Цель: создание условий для осознания детьми своего будущего нового статуса.

   Ход занятия:

   Педагог и психолог приветствуют ребят и начинают занятие уже с известного ритуала.

**ИГРА «НОС, РОТ, ПОТОЛОК»**

   «Ребята, а сейчас мы с вами узнаем новую игру. Она называется «Нос, потолок, рот». Для того чтобы в нее играть, нужно быть очень внимательными. Посмотрите наверх. Что находится у нас над головой? Давайте покажем пальцем и скажем: потолок. Отлично. Что под ногами? Покажем на него пальцем. А теперь показывает пальцем на свой нос и говорит: нос.

    А теперь я буду вас путать. Я буду называть одно, а показывать другое. Вы ничего не говорите, Только показываете на то, что я называю. Верьте тому, что вы слышите, а не тому, что видите. Будьте внимательны.

    Педагог: «Молодцы ребята. А я вам расскажу историю о зверятах-первоклассниках.

**САМЫЙ ЛУЧШИЙ ПЕРВОКЛАССНИК**. Ясным сентябрьским утром зверята пришли в лесную школу. На улице светило яркое солнышко, ветерок играл золотыми осенними листьями. Звонок еще не прозвенел, и зверята сидели за своими партами и разговаривали. Им очень нравилось ходить в школу, и каждый из них хотел стать самым лучшим первоклассником.

   - Давайте с вами попробуем помочь зверятам и каждый из вас получая рисунок зверенка будет говорить почему его подопечный самый лучший первоклассник.

**УПРАЖНЕНИЕ «ДЛЯ ЧЕГО ХОДЯТ В ШКОЛУ»**

   Я буду называть, для чего ходят в школу, если верно, то вы хлопнете в ладоши, а если неверно топнете ногами.

   В школу ходят, чтобы играть.

   В школу ходят, чтобы читать.

   В школу ходят, чтобы дружить. И т.д.

**ЗАДАНИЕ «РИСУНКИ-ЗАГАДКИ»**

   А теперь мы с вами снова нарисуем рисунки-загадки. Сейчас я раздам вам листы. На одной стороне нарисуйте школьника, а на другой – дошкольника так, чтобы можно было понять, сразу догадаться, кто, где нарисован».

   А сейчас вы возьмите свои рисунки и обменяйтесь с соседом по парте. Попробуйте угадать, где нарисован школьник, а где - дошкольник.

   Итак, сегодня мы узнали, что в школу ходят для того, чтобы, учиться, чтобы узнать много нового и т.д. Благодарю вас за работу.

**УЧИМСЯ РАБОТАТЬ ДРУЖНО**

   Цель: создание условий для знакомства будущих первоклассников с навыками учебного сотрудничества.

   Ход занятия:

   Учитель приветствует детей и предлагает начать занятие стихотворными строками, которые сопровождаются движениями детей и педагога.

   «В одной детской песне поется : «Вместе весело шагать по просторам и, конечно, припевать лучше хором». Конечно, иногда хочется поиграть одному, и есть дела, которые человек должен делать сам. Но часто бывает так, сто играть одному неинтересно, и есть дела,  которые лучше делать вместе. Сегодня на занятии мы будем работать дружно, когда надо будет выполнять задания не в одиночку. А с кем-то из ребят.

**ИГРА «РАЗНОЦВЕТНЫЕ ВАРЕЖКИ»**

    А сейчас мы поиграем в «Разноцветные варежки». Играть надо вдвоем. Я попрошу объединиться в пары соседей по парте. Возьмите на двоих ОДИН НАБОР КАРАНДАШЕЙ. Перед каждым из вас лежит рисунок варежки. Посмотрите, какие они бесцветные, без узоров. В каждой паре договоритесь друг с другом, как вы будете украшать эти варежки. Каждый из вас будет раскрашивать свою варежку, но узоры у двух варежек должны быть одинаковые и красивые. Вам понятно задание? Тогда можно начинать работать.

**УПРАЖНЕНИЕ «ОДИН ИЛИ ДВА»**

   Наше следующее упражнение для внимательных ребят, а вы ребята все можете быть внимательными. Упражнение называется «Один или два». Рассмотрите себя, свое тело, потрогайте лицо. Вы заметили, что у человека две руки, а лоб – один?

   Я буду называть какую-то часть тела, и если я назову что-то, что у человека только одно, например, лоб, то встают только девочки. А если я назову часто тела, которая не одна, а таких частей две, то встают мальчики. Всем понятно?

Нос

Нога

Рот

Глаз

Ухо

Язык

Плечо

колено

Волос

Палец

   Молодцы, мне очень приятно, что вы такие внимательные.

**ЗАДАНИЕ «РИСУЕМ ВМЕСТЕ»**

   У каждой пары будет только один листочек. Рисовать надо вдвоем, вместе держась за один карандаш. Нарисуйте вдвоем картину на любую тему, но на этой картинке обязательно должны быть нарисованы дом и дерево. Какими они будут, и что вы еще нарисуете на своей картинке, решайте сами. Во время выполнения задания помните, что вы должны работать дружно, без ссор и обид.

   (После окончания работы желающие могут рассказать классу, что они нарисовали)

**ИГРА «ЭХО»**

   Сейчас мы поиграем с вами в «Эхо». Начнет игру (8-9ребят).

   Я попрошу выйти к доске (называется ребенок по имени).  Слушай внимательно. Я сейчас прохлопаю ритм, а ты постарайся его точно повторить. Ты будешь моим эхом. Молодец ты справился, теперь позови себе помощника. Кого ты пригласишь? Ты можешь позвать сказав, «Помоги мне, пожалуйста, и имя.»

   А теперь попробуйте вдвоем, вместе повторить ритм, который я прохлопаю. Готовы? Слушайте внимательно.

   Молодцы, вы справились с заданием, а теперь вы можете пригласить еще одного помощника со словами «Помоги мне, пожалуйста…»

   (и так несколько человек)

**«ПЕРВОКЛАССНОЕ ПУТЕЩЕСТВИЕ»**

   Дорогие друзья, поздравляю вас с тем, что наши занятия подошли к концу. Вы хорошо познакомились друг с другом. Но на этом наши приключения не закончились, они только начинаются. Сегодня нам предстоит отправиться в большое путешествие по сказочной стране. Вот она (открывается карта). Желаю вам удачи. Вы готовы отправиться в путь? Тогда начнем.

   Итак, мы подходим к **острову незнакомцев**. Это испытание легче всего будет пройти тем, кто хорошо запомнил своих одноклассников. Вам нужно будет угадать, кто вышел из острова незнакомцев. Но, внимание: как только вы догадались, о ком идет речь, нив коем случае не выкрикивайте его имя, не показывайте на незнакомца рукой, а просто…  улыбнитесь. По вашей улыбке я пойму, что вы его узнали. Когда я скажу незнакомец, появись – тот, кто себя узнал, просто встанет со своего места (описание детей).

   Молодцы, вы узнали всех, кто появился в Роще незнакомцев, это были наши друзья. Но, может быть кто-то из вас сможет назвать имена всех ребят нас ведь так много.

   А теперь внимание! Что это за остров? Это **остров Дружбы**. Попасть на этот остров можно только вместе. Итак, мы попали с вами на остров, нам необходимо помочь песчинкам построить новый город. Стоит лоток с песком. Давайте все вместе построим город. Итак, если вы дружны и сплочены вместе как эти песчинки, то любое дело вам по плечу.

   Теперь давайте придумаем ему название.

   Нарисуем эмблему.

   И напишем пожелания для песчинок. Вот молодцы!  Испытания мы прошли, и город мы построили, и нарисовали герб. А ТЕПЕРЬ… Всех, кто осилил все испытания ожидает приз под ваши аплодисменты.

   Что ж занятия знакомства на этом подошли к концу. Н о само знакомство только еще начнется в сентябре, когда вы придете в школу. Вам предстоит узнать много нового, интересного и важного. Иногда мы будем вспоминать наши волшебные занятия, и играть в игры, которые сделают нас еще внимательнее, еще сообразительнее, еще умнее! До свидания, до новых встреч!

**РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ «КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ»**

   Первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребенка. В этот период школьник под руководством взрослых совершает чрезвычайно важные шаги в своем развитии.

   Начало школьного обучения является для каждого ребенка сильным стрессом. Поступление в школу вносит большие перемены в его жизнь. Все дети наряду с переполняющими их чувствами радости, гордости или удивления по поводу всего происходящего в школе испытывают тревогу, растерянность, напряжение. Некоторые могут быть очень шумными, без удержу носятся по коридорам, отвлекаются на уроках, даже могут вести себя развязно с учителем: дерзить, капризничать. Другие скованы, робки, стараются держаться незаметно, не слушают, когда к ним обращаются с вопросом, при малейшей неудаче, замечании плачут.

   У части детей нарушается сон, аппетит, появляются интерес к игрушкам, играм, книгам для очень маленьких детей.

   У первоклассников в первые дни (недели) посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышаться температура, обостряться хронические заболевания.

   Однако для родителей первоклашек процесс адаптации к школьной жизни может оказаться даже более сложным, чем для самих детей.

Рекомендации для родителей:

* СОЗДАЙТЕ РАБОЧИЙ НАСТРОЙ.

Как правило, первоклассники ждут первое сентября с волнением. Для семилетнего малыша школа – нечто новое и пугающее одновременно. Родители часто превращают школу в страшилку, либо представляют школу этаким парком развлечений. Задача родителей – помочь детям составить правильное представление о школьной жизни. Не стоит запугивать ребенка или сулить ему легкие победы. Объясните, что учеба – это увлекательное, но ответственное дело, ради которого ему придется измениться.

Маленький первоклассник сочетает в себе и школьника и дошкольника. Ребенку необходимо понять в каких ситуациях он должен быть школьником (н-р на уроке, во время выполнения домашнего задания и т.д.), а когда он имеет право вести себя как дошкольник. Подобные требования являются реальными и абсолютно выполнимыми для ребенка. От нас же требуется предъявить ему разумные ограничения.

* НЕ ПЕРЕГРУЖАЙТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМИ ЗАНЯТИЯМИ.

Состояние первоклассника в первые дни учебы сопоставимо лишь с состоянием космонавта в условиях экспериментальных перегрузок. Первые полтора месяца – период острой адаптации. Не стоит усугублять ситуацию и одновременно со школьными начинать занятия дополнительные.

* СОСТАВЬТЕ ПРАВЛИЬНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ.

Школьники должны гулять 3,5 часа в день. Нехватка свежего воздуха, умственное переутомление и хроническое недосыпание – основные причины неврозов. Избежать этого поможет правильно составленный режим дня, в котором должно найтись время не только для занятий, но и для игр, и для прогулок, и для хобби. Готовить домашнее задание нужно обязательно через 1,5-2 часа после возвращения из школы.

Желательно ограничить просмотр телевизора и время, проводимое за компьютером (не более 1,5 часа вдень).

Очень важно ограничить время приготовления уроков (1 час). Возможно задание выполнено не идеально, но что важнее: здоровье ребенка или безупречно написанная строчка.

* ДАЙТЕ ПОДВИГАТЬСЯ РЕБЕКУ ВО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЕ ДНЯ.

В школе двигательная активность ограничена.

* КОНТРОЛИРУЙТЕ, НО НЕ ОПЕКАЙТЕ.

Выполняя с ним ежедневно домашние задания, вы убеждаете его в том, что он не справиться с этим делом самостоятельно. Через пару месяцев ваш первоклассник перестанет даже приниматься за уроки в ваше отсутствие. Разумеется вы должны помогать, в случае необходимости, но ребенок должен понимать: уроки это его работа и за ее результаты отвечает он.

* ВАЖНО ПООЩРЯТЬ

Но хвалить первоклассника – это не просто называть его молодцом и умницей. Здесь есть несколько тонкостей:

* 1. Поощрение должно быть конкретным: мы хвалим ребенка не самого по себе, а какую-то черту его поведения, результат его деятельности.
	2. Бывает так, что иногда очень трудно найти, за что похвалить ребенка. В этом случае нужно непременно найти что-то такое, что у него все-таки получается хорошо.
	3. Если мы говоря о школе, прежде всего, расспрашиваем об оценках и бурно реагируем как на хорошие, так на плохие оценки, для ребенка оценка становится основной частью его школьной жизни. Для многих оценка – это оценка не его работы, а его самого. Если я получаю хорошие оценки, значит, я хороший и наоборот.

***Даже если у первоклассника не все получается, ни в коем случае нельзя показывать свое недовольство или разочарование. Он должен видеть, родители относятся к его трудностям как к временному и вполне преодолимому явлению. Отчитывая малыша, вы не только занижаете его самооценку, но и программируете его на последующие неудачи.***

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

   Следует отметить, что данная методическая разработка позволила выполнить все поставленные цели и задачи. В рамках данного исследования сделан сравнительный анализ уровня и характера адаптации  детей. Результаты сравнительного анализа показали, что у первоклассников наблюдалось сплоченность классного коллектива, повышение уровня школьной мотивации, эмоциональная стабильность, положительная самооценка, что так же отмечали и родители. Возможности продолжения работы. Предложенная развивающая работа может продолжена в первые дни ребенка в школе и носить более «школьный» характер. Где детей с помощью психологических занятий, игр можно познакомить с правилами школьной жизни, отметкой и т.д. Что так же приведет к более быстрому и качественному процессу адаптации первоклассника к школе. Предложенная программа может быть расширена.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Крюкова С. В., Слободяник Н. П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М. Генезис. 2002. – 208 с.
2. Цукерман Л. Г. Первые дни ребенка в школе. 2005. 116 с.
3. Интернет ресурсы.