

Муниципальное бюджетное учреждение
Злынковский центр
психолого – педагогической, медицинской и социальной помощи

«РЕКОМЕНДОВАНО»
Совет МБУ Злынковского центра
ППМС помощи
Протокол № 1
от « 27 » 09 20 23 г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ Злынковского центра
ППМС помощи
Г.И. Сахнова
от « 27 » 09 20 23 г.

Рабочая программа
«Школьная тревожность»
Социально-гуманитарная направленности

Составитель :
Канышева Г.П.
педагог-психолог

Срок реализации : 1год
Возраст обучающихся : 7 - 8 лет

Злынка
2023 г.

Содержание

1. Пояснительная записка: актуальность, обоснованность, цели и задачи программы	3-4
2. Структура и содержание программы	4
3. Сроки и этапы реализации	4-5
4. Методы, используемые при реализации программы	5
5. Адресат. Показания и обоснованные критерии ограничения и противопоказания на освоение программы	5
6. Гарантии прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы	5- 6
7. Требования к условиям реализации программы	6- 8
8. Ожидаемые результаты реализации программы	8
9. Система организации контроля за реализацией программы	8- 9
10. Система оценки достижений планируемых результатов	9
11. Критерии оценки достижения планируемых результатов	9
12. Литература	9- 10

1. Пояснительная записка: актуальность, обоснованность, цели и задачи программы

Актуальность и перспективность программы

Школьная тревожность- это одна из типичных проблем, с которыми сталкивается школьный психолог. Особое внимание она привлекает потому, что выступает ярчайшим признаком школьной дезадаптации ребёнка, отрицательно влияя на все сферы его жизнедеятельности: не только на учёбу, но и на общение, в том числе и за пределами школы, на здоровье и общий уровень психологического благополучия. Проявление тревожности в поведении проследить довольно сложно. Тревожность часто маскируется под поведенческие проявления других проблем, таких как агрессивность, зависимость и склонность к подчинению, лживость, лень как результат «выученной беспомощности», ложная гиперактивность, уход в болезнь и т. д.

Для каждого возраста существуют определённые области действительности, которые вызывают повышенную тревогу у большинства детей, вне зависимости от реальной угрозы или тревожности как устойчивого образования. Эти «возрастные пики тревожности» детерминированы возрастными задачами развития.

Научные и методические основания программы

При составлении программы мы опирались на представление о тревоге как эмоциональном состоянии, возникающем у человека в результате антиципации им опасности фрустрации значимых для него потребностей, прежде всего социальных. При этом источник тревоги может оставаться неосознанным. Тревога, как и любое другое психическое переживание, непосредственно связана с ведущими мотивами потребностями личности и призвана регулировать поведение личности в потенциально опасной ситуации (Виллонас В.К., 1990).

Тревожность как психическое свойство имеет яркое выраженную возрастную специфику, обнаруживающуюся в ее содержании, источниках, формах проявления и компенсации. Для каждого возраста существуют определенные области действительности, которые вызывают повышенную тревогу у большинства детей, вне зависимости от реальной угрозы или тревожности как устойчивого образования. Эти «возрастные пики тревожности» детерминированы возрастными задачами развития (Прихожан А.М., 1998).

Среди наиболее общих причин возникновения тревожности у детей школьного возраста можно перечислить:

- внутриличностные конфликты, связанные с оценкой собственной успешности в различных сферах деятельности (Кочубей Е.В., Новикова е.в., 1988 и др.);
- нарушения внутрисемейного и /или внутришкольного взаимодействия, а также взаимодействия со сверстниками (Захаров А.И., 1988, Прихожан А.М. и др.);
- соматические нарушения (Щербатых Ю.В., Ивлева П.И., 1998 и др.).

Чаще всего тревожность развивается тогда, когда ребенок находится в состоянии/ситуации конфликта, вызванного:

- негативными требованиями, которые могут поставить его в униженное или зависимое положение;
- неадекватными, чаще всего завышенными требованиями;
- противоречивыми требованиями, которые предъявляются к ребенку родителями и/или школой, сверстниками (Кочубей Б.И., Новикова Е.В., 1988).

Чувство тревоги в школьном возрасте неизбежно, поскольку познание всегда сопровождается тревогой. Познание- это всегда открытие чего-то нового, а всё новое таит в себе беспокоящую человека неопределенность. Устранить эту тревогу, по сути, означает нивелировать все трудности познания, которые являются необходимым условием успешности усвоения знаний. Оптимальная учёба в школе возможна только при условии более или менее систематического переживания тревоги по поводу школьной жизни. Однако интенсивность этого переживания не должна превышать индивидуальной для каждого ребёнка «критической точки», после которой оно начинает оказывать дезорганизующее, а не мобилизующее влияние.

Школьная тревожность возникает вследствие столкновения ребенка с требованиями обучения и кажущейся невозможностью им соответствовать.

Больше всего беспокойств по поводу школьной жизни испытывают первоклассники, для которых посещение школы представляет собой принципиально новую форму организации жизни. Как правило после завершения адаптационного периода уровень тревожности у большинства детей нормализуется. Следующим нестабильным периодом в школьной жизни ребенка является момент перехода в среднюю школу, который сопровождается изменением системы школьных требований, требует адаптационных усилий, и, соответственно, ведет к повышению уровня школьной тревожности (Битянова М.Р., 1999). По данным Дубровиной И.В., в подростковом возрасте наблюдается постепенное снижение уровня

тревожности вплоть до 10-го класса, и достаточно серьезное увеличение количества тревожных учащихся в 11-м классе.

По данным исследований Микляевой А.В., Румянцевой П.В.(1998-2003 уч.гг.) наиболее тревожными этапами школьной жизни являются 1-й, 5-й ,8-й , 9-й и 10 классы. Данные можно считать достоверными, т.к. получены с помощью трех психодиагностических методик.

Рабочая программа составлена на основе программы групповой работы о проблеме школьной тревожности для учащихся первого класса авторов А.В.Микляевой, П.В. Румянцевой.

Цель программы - создание условий для снижения школьной тревожности до уровня «мобилизующей» тревоги, соответствующего возрастной норме. Обучение участников способам осознания и отреагирования эмоций повышение самооценки учащихся, повышение общей коммуникативной культуры.

Задачи программ :

1. Формировать положительное отношение к школе,
2. Развивать эмоционально-волевую сферу, содействовать формированию произвольности и саморегуляции поведения, снятию страхов и эмоционального напряжения, формировать регулятивных УУД.
3. Развивать познавательные психические процессы, формировать познавательные УУД;
4. Развивать у детей социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих отношений с педагогами, формировать коммуникативные УУД.
5. Создавать условия для развития групповой сплоченности классного коллектива, принятия ребенком себя как представителя новой социальной общности.

2. Структура и содержание программы

Программа включает в себя несколько этапов:

- подготовительный - выявление особенностей школьной тревожности, подготовка условий для формирования у участников группы мотивации самоизменения;
- основной этап - групповая работа.

Программа построена из блоков:

- занятия 1-3 ориентированы на создание рабочей атмосферы, формулирование правил группы, прояснение ожиданий участников;
- занятия 4-8 направлены на разрядку школьной тревожности;
- занятия 9-11 способствуют развитию навыков общения, повышению самооценки учащихся;
- занятие 12 (итоговое занятие) представляет собой подведение результатов работы.

Каждое занятие имеет свою схему :

- ритуал приветствия - настрой на работу, сплочение группы, создание группового доверия;
- рефлексия состояния участников- позволяет настроиться на серьезный лад, обратить внимание на состояние «сейчас», для того, чтобы в конце занятия оценить его изменение;
- основная часть - упражнения, тематически связанные с целью занятия;
- рефлексия состояния, ритуал завершения занятия.

На завершающем этапе групповой работы проводится контрольная диагностика уровня школьной тревожности у участников группы, позволяющая оценить активность работы.

3. Сроки и этапы реализации

Программа рассчитана для учащихся 1-го класса на 12 часов . Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Продолжительность каждого занятия 1 урок (40 минут).

Временные границы каждого занятия зависят от возрастных , индивидуальных и психофизиологических особенностей участников, специфики учреждения.

Программа может включать в себя не все блоки. В зависимости от анализа ситуации, диагностируемых проблем, возможностей учреждения , желания обучающихся их родителей (законных представителей), набор блоков может варьироваться (рекомендации Минобразования РФ от 10.02.2015 г. , с.135).

Календарно-тематическое планирование

N	Наименование блоков	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретических	практических	
1	Знакомство	3 ч	1 ч (или в минут)	2	наблюдение
1.1	Установление правил, создание рабочей атмосферы	1 ч	0.2 ч	0,8 ч	наблюдение
1.2	Сплоченность группы, закрепление	1 ч	-	1 ч	наблюдение

	правил				
1.3.	Закрепление мотивации групповой работы, осознание личных трудностей	1 ч	-	1 ч	наблюдение
2	Основная часть	8 ч	1.2 ч	6.8 ч	рефлексия
2.1	Вербализация содержания школьной тревожности	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	наблюдение
2.2	Разрядка школьной тревожности	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	наблюдение
2.3	Проработка школьных страхов путем разыгрывания тревожащих ситуаций	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	наблюдение
2.4	Тренировка гибкости поведения	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	наблюдение
2.5	Закрепление позитивного отношения к школе	1 ч	-	1 ч	рефлексия
2.6	Повышение самооценки участников	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	наблюдение
2.7	Развитие коммуникативных навыков	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	наблюдение
2.8	Закрепление представлений о бесконфликтном общении	1 ч	-	1 ч	рефлексия
3	Подведение итогов	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	рефлексия анкетирование
	Итого	12 ч	2.4 ч	9.6 ч	

4. Методы, используемые при реализации программы

При реализации программы используются методы:

- Ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры, упражнения с игровыми элементами, соответствующие темам занятия.
- Психотерапевтические приёмы (вербализация, визуализация, обратная связь, арт-терапевтические, психодраматические и сказкотерапевтические техники).
- Групповое обсуждение, как особая форма работы группы:
 - направленное обсуждение, целью которого является формулирование участниками группы выводов, необходимых для последующей работы;
 - ненаправленное обсуждение с целью вербализации опыта и «вентиляции чувств» участниками группы, а также сбора ведущим информации о ходе работы группы.
- Психогимнастические упражнения, направленные на снижение психоэмоционального напряжения и раскрепощение участников группы в начале занятия.

Выбор системы обучения и учебно-методического комплекса по психологии общения для реализации рабочей программы основан на анализе образовательных потребностей обучающихся; наличие учебно-методического, материально-технического, информационного обеспечения, а так же:

- соответствие УМК возрастным и психологическим особенностям обучающихся;
- завершенность учебной линии.

5. Адресат. Показания и обоснованные критерии ограничения и противопоказания на освоение программы

Программа разработана для учащихся 1-го класса. Количество участников в группе 6-15 человек.

Критерии ограничения участия в занятиях:

- отказ родителей (законных представителей) от психологической работы с детьми (родители (законные представители) дают согласие, заключают договор об оказании услуги) ;
- личный отказ подростка (нежелание) участвовать в групповых занятиях. В случае отказа подростку предлагается индивидуальная форма работы, при категорическом отказе педагог-психолог дает рекомендации педагогу, родителям (законным представителям), а также ведет наблюдение за учащимся с целью определения дальнейших действий.
- участники, посещающие группу, не должны иметь медицинских противопоказаний, психических расстройств, выраженных акцентуаций характера.

6. Гарантии прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы

Гарантии прав участников программы

Способы, обеспечивающие гарантии прав участников программы:

- соблюдение этического кодекса педагога-психолога службы практической психологии образования России от 26.03.2003 г.;
- соблюдение принципов работы педагога-психолога службы практической психологии образования России:
- принципы : компетентности психолога в области формирования эмоциональной сферы и механизмах социализации, конфиденциальности, ответственности и др.;
- правила безопасности применяемых методик и корректного использования сведений психологического характера (приняты Всероссийским совещанием «Службы практической психологии в системе образования России. Итоги и перспективы» (6-7 июня 2002 г. Москва).- Вестник образования, №7, 1995) ;
- должностные инструкции педагога-психолога ;
- рекомендации Минобразования РФ органам госвласти субъектов РФ в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (Приложение к письму Минобразования РФ, февраль 2015 г).

А также :

- Ознакомление в начале занятий участников с правилами работы в группе, основанными на принципах добровольности, конфиденциальности, взаимоуважения, «здесь и сейчас», «я-высказывания», уважения к говорящему, активности и др.

Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы

Ответственность	
Педагогический коллектив	Реализация субъект-субъектного взаимодействия в образовательном процессе, направленного на формирование благоприятного психологического климата среди учащихся
Родители учащихся	Бережное отношение к психическому здоровью своих детей, соблюдение полученных рекомендаций от педагога
Основные права	
Педагогический коллектив	Повышать квалификацию в сфере психолого-педагогических знаний. Реализовывать психологически безопасные способы взаимодействия с детьми
Родители учащихся	Получать квалифицированное психологическое консультирование по проблемам детей, связанных с компетенцией педагога
Обязанности	
Педагогический коллектив	Соблюдать реализацию благоприятного психолого-педагогического сопровождения детей
Родители учащихся	Информировать педагога об изменениях психологического состояния ребенка

7. Требования к условиям реализации программы

Требования к педагогу, реализующему программу

Занятия может проводить педагог-психолог, соцпедагог, имеющие базовое психолого-педагогическое образование, высокие знания законов развития и возрастной психологии, имеющий опыт групповой работы в детской среде. Педагогам необходимо иметь возможность повышать свою профессиональную квалификацию.

Требования к методическому и материально-техническому обеспечению образовательного процесса

Обеспечение специалистов доступом к информационно-методическим источникам по реализации программы, наличие методических материалов, аудиоматериалов, интернет-ресурсы.

Обеспечение материально-техническими условиями включает :

- санитарно-гигиенические условия образовательного процесса (температурный, световой режимы и т.п.);
- пожарная безопасность, электробезопасность, охрана труда;
- наличие образовательной среды адекватной потребностям развития ребенка и его здоровьесбережения (просторное помещение, позволяющее проводить подвижные игры, эстетические условия, необходимая мебель, компьютерная техника);
- оборудование : бумага формата А4, дидактический , раздаточный материал, цветные карандаши, маркеры, скотч, магниты и т.п.;
- технические средства : компьютер, проектор, принтер, сканер.

Учебно-методический комплекс

1	Психолого-педагогические методики, технологии	- игровые (двигательные, речедвигательные, коммуникативные, пальчиковые, дыхательные и т.п.) ;
---	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> - психогимнастика ; - нейропсихологические упражнения ; - технические средства обучения ; - личностно-ориентированные (поощрение высказывания учащихся, создание ситуации успеха) , - информационно-перцептивный метод (рассказ, объяснение, наглядный материал); - методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман); - методика «Определение мотивов учения» (М.Р. Гинзбург); - методический комплекс Л.А. Ясюковой (задания на диагностику развития познавательных психических процессов); - анкета для оценки уровня школьной мотивации Н. Лускановой ; - проективный рисунок «Что мне нравится в школе» Н. Лускановой ; - беседа о школе Т.А. Нежнова ; - проективная методика для диагностики школьной тревожности (А.М. Прихожан)
2	Дидактические материалы	<ul style="list-style-type: none"> - карточки-задания с проблемными ситуациями ; - дидактические игры и пособия: «Развиваем память», «Четвертый лишний»; «Подбери по смыслу», «Лабиринты», «Пальчиковые игры», «Развиваем внимание», «Сюжетные картинки».
3	Информационное обеспечение	<p>Микляева А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. — СПб.: Речь, 2004.</p> <p>Князева Т.Н . Я учусь учиться. Психологический курс, развивающих занятий для младших школьников. — М. : АРКТИ , ИОО I., Москва, 2004</p> <p>Нейропсихология. Игры и упражнения / Ирина Праведникова. — М.: АЙРИС-пресс, 2018.</p> <p>Программа адаптации первоклассников к обучению в школе. Психологическое сопровождение первоклассников на этапе адаптации к школьному обучению. Составитель педагог-психолог Фокеева О.А.МБОУ СШ № 17, г. Димитровград, Ульяновской области.</p> <p>Вильшанская А.Д . Тематический словарь в картинках. Мир человека. Я и мои чувства, Настроение, эмоции .</p> <p>Клековкина К. Д. Коррекционно-развивающая программа, направленная на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы.</p> <p>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.</p> <p>Локалова Н.П.«120 уроков психологического развития младших школьников Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов» /Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов. - М.: «Ось-89», 2006</p>
4	Электронный образовательный ресурс	<ul style="list-style-type: none"> - «Психея», http://www.psycheya.ru - ПроШколу.ру , http://www.proshkolu.ru - "Мир Психологии" - http://psychology.net.ru - "Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" - http:// festivalseptember.ru - музыка для релаксации и медиации. - песенки-игры Е. Котышевой , Железновых - развивающие компьютерные игры центр «АДАЛИН», http://adalin.mospsy.ru - интернет- ресурсы по тематике

5	Система контроля	Формы, средства выявления результата обучения	Входящая диагностика. Психологические методики Промежуточная диагностика. Лист динамики Итоговая диагностика. Психологические методики
		Периодичность	Один раз в начале программы занятий В середине программы занятий Один раз в конце программы занятий

8. Ожидаемые результаты реализации программы

Благоприятное течение социально-психологической адаптации обучающихся 1 класса к школе, сформированность УУД :

1. *Личностные УУД:* принятие социальной роли ученика; сформированность внутренней позиции школьника; принятие и соблюдение норм школьного поведения; осуществление морального выбора с адекватной нравственной оценкой действий; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; овладение начальными навыками адаптации в социуме.

2. *Регулятивные УУД:* овладение способностью принимать и сохранять цели деятельности; осуществление целеполагания как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно; овладение действиями планирования — определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий; способность осуществлять действия прогнозирования — предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик; овладение действием контроля в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; осуществление действия коррекции — внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата с учётом оценки этого результата самим обучающимся, учителем, товарищами; способность к действию оценки — выделение и осознание обучающимся того, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; оценка результатов работы; саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий; освоение способов решения проблем творческого характера.

3. *Познавательные УУД:* овладение логическими операциями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий, простых причинно-следственных связей.

4. *Коммуникативные УУД:* способность к планированию учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия; возможность постановки вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации; способность к разрешению конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация; сформированность норм в общении с детьми и взрослыми; сформированность умения задавать вопросы; умения излагать свое мнение и оценку событий; умения знакомиться, присоединяться к группе; умения благодарить и принимать комплименты; умения выразить свои теплые чувства к другому; умения слушать и слышать собеседника; умение осознавать свои чувства и выражать их; умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности

9. Система организации контроля за реализацией программы

Оценка эффективности развивающей работы проводится качественно и количественно. Количественная оценка предполагает определение количественных показателей, соответствующих динамике психологических (психических) изменений на различных этапах психокоррекционной работы.

В течение года мониторинг динамики и оценки развития личностных результатов обучающихся ведется посредством структурированного наблюдения, выполнения тестовых заданий, проб. По итогам психолого-педагогической диагностики в середине и в конце учебного года дается качественное описание состояния формируемых навыков, представлений, на основании чего дается оценка эффективности проводимой коррекционно-развивающей работы.

Личностные результаты включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений, обучающихся в различных средах.

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающихся в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов. При этом, некоторые личностные результаты могут быть оценены исключительно качественно.

В случаях стойкого отсутствия положительной динамики в результатах освоения программы

коррекционного курса обучающихся и в случае согласия родителей (законных представителей) необходимо направить на расширенное психолого-медико-педагогическое обследование для получения необходимой информации, позволяющей внести коррективы в организацию и содержание программы данного коррекционного курса.

Особые условия при проведении мониторинговых и диагностических работ:

- учитываются индивидуальные особенности обучающихся;
- работы проводятся в индивидуальной форме ;
- используются наглядные схемы, алгоритмы выполнения заданий;
- предоставляются стимулирующая, организующая и направляющая виды помощи.

10. Система оценки достижений планируемых результатов

Для определения уровня социально-психологической адаптированности ребенка к школьному обучению применяется методика «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (Чирков В. И., Соколова О. Л., Сорокина О. В.).

Диагностика сформированности УУД включает в себя:

- Коммуникативные УУД : Методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман)
- Регулятивные УУД : Методика «Графический диктант» (Д.Б. Эльконин);
- Личностные УУД : «Беседа о школе» (Т.А. Нежной), - Методика «Определение мотивов учения» (М.Р. Гинзбург)
- Познавательные УУД : Методический комплекс Л.А. Ясюковой (задания на диагностику развития познавательных психических процессов).

11. Критерии оценки достижения планируемых результатов

Основной критерий оценки достижения планируемых результатов – снижение уровня школьной тревожности, позитивное отношение подростков к себе.

Для отслеживания результатов программы используются следующие формы и методы оценки :

Оценка эффективности работы	Цель	Формы
Текущая	Определение степени усвоения полученной информации, овладение навыками на этапе изучения	Наблюдение, рефлексия, анкетирование
По разделам программы	Определение степени усвоения полученной информации, овладение навыками на по итогам изучения разделов программы	Наблюдение, рефлексия, анкетирование
Итоговая	Проверка степени усвоения полученных знаний, опыта, навыков поведения	Наблюдение, рефлексия, анкетирование

Данная программа способствует приобретению определенных характеристик эмоционально-личностной сферы, освоить активные стили межличностного общения, сформировать способность к самоанализу, самопрезентации. Работа в группе помогает детям освоить коммуникативный опыт , научиться лучше понимать себя и окружающих, овладеть навыками эмпатии, ведения диалога. В ходе занятий дети осваивают навыки успешного разрешения конфликтов, самопомощи: умение преодолевать трудности в общении, конструктивно выражать свои эмоции, мысли. У детей снижается риск проявления поведенческих проблем, школьной тревожности т.к. они могут применять полученные навыки эмпатии, грамотно выражать свои чувства .

12 Литература :

1. Вильшанская А.Д . Тематический словарь в картинках. Мир человека. Я и мои чувства, Настроение, эмоции .
2. Безруких М.М. УМК «Ступеньки к школе» пособие для детей 6-7 лет.- М. : Дрофа, 2020.
3. Клековкина К. Д. Коррекционно-развивающая программа, направленная на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы.
4. Князева Т.Н . Я учусь учиться. Психологический курс, развивающих занятий для младших школьников. — М. : АРКТИ , ИОО I., Москва, 2004
5. 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.
6. Кряжева, Н. Л. Мир детских эмоций / Н.Л.Кряжева. – Ярославль: "Академия развития", 2001. –
7. Локалова, Р. П. 90 уроков психологического развития младших школьников / Р.П. Локалова. – М.: Просвещение, 2000.

8. Локалова Н.П.«120 уроков психологического развития младших школьников Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов» /Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов. - М.: «Ось-89», 2006
9. Микляева А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. — СПб.: Речь, 2004.
10. Нейропсихология. Игры и упражнения / Ирина Праведникова. — М.: АЙРИС-пресс, 2018.
11. Программа адаптации первоклассников к обучению в школе. Психологическое сопровождение первоклассников на этапе адаптации к школьному обучению. Составитель педагог-психолог Фокеева О.А.МБОУ СШ № 17, г. Димитровград, Ульяновской области.
12. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения - Практическое пособие. – М.: Генезис, 2000
13. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). 3-е изд. – М.: Генезис, 2008.
14. Чистякова, М. И. "Психогимнастика"/ М.И. Чистякова. – М.: Просвещение, 2007.