

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол от «30» 08..... 2019..г. № 1...

Утверждаю
Директор школы
..... (С.П. Денисенкова)
Приказ от «02» 09..... 2019..г. № 316.



муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 12» города Смоленска

Рабочая программа
коррекционно-развивающих занятий по адаптации пятиклассников к
новой ступени обучения
«Я – пятиклассник!»
(5 класс)

Составитель:
педагог-психолог
Ковалева Елена Юрьевна

Пояснительная записка

Актуальность: Федеральный государственный образовательный стандарт второго поколения определяет личностное развитие и формирование универсальных учебных действий у школьников наряду с предметными результатами обучения.

Курс « Я – пятиклассник» призван создать условия для успешной адаптации детей в школе и повышения уровня психологической готовности детей к обучению, познавательному развитию, общению.

Практическая значимость. Начало учебы в 5 классе – особый этап в школьной жизни ребенка. Перед каждым учеником стоит задача адаптации к непривычным условиям обучения: к множеству учебных предметов, к новым учителям и т. п. У пятиклассников наблюдаются относительно высокая тревожность, некоторое снижение успеваемости, проблемы в поведении. Кроме того, приближается «трудный» возраст, когда дети превращаются в подростков. Ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остается учеба. Это еще одна причина внутреннего конфликта, переживаемого обучающимися 5 класса.

Данная программа направлена на повышение адаптивных возможностей пятиклассников и развитие навыков уверенного поведения при обучении в среднем звене. Занятия позволяют оказать пятиклассникам помощь в период адаптации: снизить у них тревожность, а также научить пользоваться поддержкой окружающих, оказывать помощь другим. В условиях перехода ребенка из начальной школы в среднее звено важно, чтобы в учениках сформировалось чувство уверенности и защищенности в изменившихся условиях. В условиях постоянно меняющихся ситуаций иногда приспособиться к новым требованиям очень сложно, и на этом этапе очень важно вовремя помочь обучающемуся адаптироваться к новым обязанностям, обстановке и коллективу.

Важно, чтобы были сформированы умения и навыки, определяющие успешность адаптации:

- умение осознавать требования учителя и соответствовать им;
- умение устанавливать межличностные отношения с педагогами;
- умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы;
- навыки общения и достойного поведения с одноклассниками;
- навыки уверенного поведения;
- навыки совместной (коллективной) деятельности;
- навыки самостоятельного решения конфликтов мирным путем;
- навыки самоподдержки;
- навыки адекватной оценки собственных возможностей и способностей.

Предлагаемая программа направлена на формирование этих навыков и на создание благоприятных условий для их дальнейшего развития.

Нормативно-правовые документы

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273 – ФЗ «Закон об образовании в Российской Федерации» (п.22 ст.2, п.1,5 ст.12, п.6 ст.28, ст.30, п.5 ч.3 ст.47, п.1 ч.1 ст. 48) с изменениями и дополнениями;
- Концепция Федерального государственного образовательного стандарта для

обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (2013);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Основная образовательная программа МБОУ «СШ № 12» на период 2019-2020 учебный год;
- Рабочая программа «Жизненные навыки» составлена на основе авторской (С.В.Кривцовой. Сценарии составлены группой психологов-тренеров Д.В.Рязановой, Н.В.Дятко, В.Ю.Чал-Борю, Н.Д.Камоловой, С.В.Крюковой, Ю.В.Дрождиной, Н.Н.Бельской, Ю.С.Архиповой, Н.В.Заботкиной, С.Е.Ивановой, Е.Г.Коблик, Е.Л.Конновой. Изд. «Генезис» М.2002г.)
- Устав МБОУ «СШ № 12»;
- Положения о порядке разработки и утверждения рабочих программ внеурочной деятельности МБОУ «СШ № 12»;
- Учебный план МБОУ «СШ № 12» на 2019 – 2020 учебный год
- Календарный учебный график МБОУ «СШ № 12» на 2019 – 2020 учебный год

Цель – формирование у обучающихся 5-х классов положительного отношения к обучению в средней школе посредством снятия эмоционального напряжения, чувства тревожности, развития коммуникативных навыков и повышения самооценки, формирование положительной коммуникативной деятельности и саморегуляции.

Задачи:

1. Снизить накопившееся эмоциональное напряжение, уровень агрессии у пятиклассников.
2. Снизить уровень тревожности пятиклассников.
3. Способствовать развитию навыков социальной компетентности (саморегуляция и коммуникативные навыки).
4. Способствовать самопознанию обучающихся 5-х классов и повышению их самооценки.
5. Развивать творческие и организаторские способности обучающихся 5-х классов.
6. Сформировать адекватные формы поведения в новых школьных ситуациях
7. Развить социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

Срок реализации программы 1 год.

Результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД)

Познавательные универсальные учебные действия:

- осознавать значение эффективного общения, взаимопонимания в жизни человека;
- делать выводы и обобщать результаты совместной работы группы;

- выбирать адекватные средства для успешного решения коммуникативных задач.

Личностные универсальные учебные действия

- осознавать важность соблюдения доброго, уважительного отношения к одноклассникам, членам семьи и к посторонним людям;
- учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях;
- осознавать ответственность за своё поведение дома, в школе и других общественных местах;
- адекватно относиться к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности,
- развивать навыки уверенного поведения;
- научиться делать выбор и отвечать за свои поступки.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- формулировать задачу занятия после предварительного обсуждения;
- анализировать и оценивать свои и чужие успехи и неудачи в работе;
- строить поведение с учётом своей ролевой позиции;
- формировать адекватную самооценку школьников;
- учиться договариваться о распределении в совместной деятельности;
- адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- проявлять готовность слушать собеседника и вести диалог, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;
- уметь задавать вопросы;
- излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- учиться выражать свои мысли, чувства, понимать мысли и чувства другого человека.

Мониторинговая карта оценки личностных и метапредметных результатов освоения курса

Критерии	Показатели	Диагностический инструментарий	Сроки проведения мониторинга
ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ			
-сформированность социальных компетенций и внутренней позиции школьника; -иметь целостный, социально-ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве.	-имеет положительное отношение к школе (1 уровень)	Методика «Кто Я?» (модификация методики М. Куна)	Сентябрь
	-понимает ценность знаний для успешного обучения в школе (2 уровень)	Модифицированный вариант анкеты школьной мотивации Н.Г. Лускановой	Октябрь, февраль
	-самостоятельно нести ответственность за свои поступки, в том числе в	Методика «Оцени себя»	Май

	<p>информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p> <p>(3 уровень)</p>		
Метапредметные результаты			
<p>Регулятивные УУД</p> <p>-умение слушать собеседника и вести диалог;</p> <p>-признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;</p> <p>-иметь готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;</p>	<p>-овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;</p> <p>(1 уровень)</p> <p>- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя</p> <p>(2 уровень)</p> <p>-учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению</p> <p>(3 уровень)</p>	<p>Методика «Тест простых поручений»</p>	<p>Октябрь, февраль, апрель</p>
<p>Познавательные УУД</p> <p>-овладеть логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;</p> <p>-излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку</p>	<p>-уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя</p> <p>-учиться исследовать свои качества и свои особенности</p> <p>- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</p> <p>- учиться наблюдать</p> <p>- моделировать ситуацию с помощью учителя</p>	<p>Тест Амтхауэра Тест Домики (Н.И. Гуткина)</p>	<p>Октябрь-ноябрь</p>

событий.			
Коммуникативные УУД -определять общие цели и путей ее достижения; -принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; -освоить способы решения проблем творческого и поискового характера.	- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах - 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	Методика выявления коммуникативных склонностей (Р.В. Овчаровой) Задание «Рукавички»	Май Октябрь, май

Содержание программы

Тема 1 «Здравствуй, 5 класс!».

Цель: помочь детям прояснить свои цели на время обучения в пятом классе.

Тема 2 «Прощание с начальной школой».

Цель: активизация ресурсного состояния, создание ситуации уверенности, успеха

Тема 3 «Мои переживания в школе»

Цель: выявление причин, вызывающих неудовлетворенность школьной жизнью, определение уровня школьной тревожности.

Тема 4 «Какие мы разные»

Цель: способствовать осознанию обучающихся своей индивидуальности, непохожести на других людей. Подвести обучающихся к выводу, что все люди разные (по внешнему виду, характеру, физическим возможностям и т.д.), но все равны в своих правах.

Тема 5 «Познаём себя»

Цель: расширять представления о себе, своих особенностях, формировать способность понимать себя и других.

Тема 6, 7 «Мои способности»

Цель: определение уровня интеллектуальных способностей по методике ГИТ.

Тема 8 «Образ моего «Я» »

Цель: Развитие умения учитывать свои сильные и слабые стороны, стремиться преодолевать слабости и использовать преимущества.

Тема 9 «Я и учеба»

Цель: формирование положительного отношения обучающихся к учению. Выработка положительных мотивов к обучению.

Тема 10 «Что поможет мне учиться?»

Цель: формирование учебных навыков.

Тема 11 «Легко ли быть учеником»

Цель: осознание качеств, необходимых успешному ученику.

Тема 12 «Оценка. Как её выставляют?»

Цель: формирование у обучающихся правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки.

Тема 13 «Наши учителя»

Цель: расширение и обогащение навыков общения с учителями.

Тема 14 «Вот я какой»

Цель: создание ситуации осознания ценности и уникальности каждой личности.

Тема 15 «У нас новенький»

Цель: создание благоприятных условий, организация взаимодействия между обучающимися для знакомства и принятия нового ученика коллективом класса.

Тема 16 «Понимаем ли мы друг друга?»

Цель: показать значимость собственного Я, подвести обучающихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими, показать важность взаимопонимания.

Тема 17 «Наша сила в том, что мы разные»

Цель: создание ситуации осознания ценности и уникальности каждой личности.

Тема 18 «Мои одноклассники»

Цель: Создание условий для формирования способности конструктивно взаимодействовать с членами ученического коллектива.

Тема 19 «Какой он – настоящий друг?»

Цель: осознание детьми важных в дружбе качеств.

Тема 20 «Наши эмоции»

Цель: развивать умение понимать свои чувства и чувства других, развивать эмпатию, воображение, развивать выразительность речи, развитие мимики и движений.

Тема 21 «Хозяин эмоций»

Цель: формировать у обучающихся умение анализировать свои и чужие эмоции, причины их возникновения, развивать эмоциональный интеллект, навыки самоконтроля, способствовать снятию эмоционального напряжения.

Тема 22, 23 «Калейдоскоп эмоций»

Цель: ознакомление обучающихся с миром эмоций и способами адекватного выражения своего эмоционального состояния.

Тема 24, 25 «Настроение «О-кей!»

Цель: ознакомить обучающихся с понятием «настроение», ввести наглядные образы, символизирующие разные настроения.

Тема 26 «Позитивные черты характера».

Цель: организовать процесс осознания обучающимися личностных ресурсов, необходимых в сложной жизненной ситуации.

Тема 27 «Конфликт или взаимодействие?»

Цель: развитие навыков общения и разрешения конфликтов.

Тема 28 «Как разрешать конфликтные ситуации?»

Цель: развитие навыков общения и разрешения конфликтов.

Тема 29 «Как реагировать на негативные замечания?»

Цель: формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания.

Тема 30 «Учимся взаимодействовать»

Цель: формирование толерантности и конструктивного поведения в любой ситуации.

Тема 31 «Будь внимателен»

Цель: формирование высокого уровня произвольного внимания у обучающихся.

Тема 32 «Школа, в которой хотелось бы учиться»

Цель: формирование положительной мотивации к обучению.

Тема 33. 34 «Подведение итогов года»

Цель: вспомнить и закрепить материал, пройденный за год обучения.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Здравствуй, пятый класс!	10	2	8
2.	Образ моего я	10	2	8
3	Одноклассники и учителя	14	3	11
	Итого:	34	7	27