**МБОУ СОШ № 1 МО город Горячий Ключ**

**УТВЕРЖАЮ:**

Директор МБОУ СОШ№1

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.В. Машнагорский

**ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ**

**по коррекционно–развивающей работе с учащимися 5-х классов**

**«Я ‒ ПЯТИКЛАССНИК»**

Педагог- психолог

Д.С. Бородина

**Пояснительная записка**

Переход в 5-й класс – важный и сложный период в жизни детей. Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе, кроме того дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным – адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики результатам, или негативным – стресс. При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды). Именно поэтому необходимо проведение психологических занятий с учащимися, которые приводили бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению к новым условиям, которые позволяли бы формировать положительное отношение к школе, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Признаки возникшей дезадаптации учащихся:

• усталый, утомленный вид ребенка;

• нежелание делиться впечатлениями о проведенном дне;

•стремление при разговоре отвлечь родителей от школьных событий, переключить внимание на другие темы;

• нежелание выполнять домашнее задание;

• негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников;

• жалобы на те или иные события, связанные со школой;

• беспокойный ночной сон;

• трудности утреннего пробуждения, вялость;

• постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Проблема школьной дезадаптации пятиклассников в настоящее время является очень актуальной. Переход учащихся из начальной школы в среднее звено ‒ это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Наша задача ‒ разобраться в том, что происходит с нашими детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Исходя из этого, я предлагаю один из возможных вариантов сохранения психологического здоровья младших подростков при переходе из начальной школы в среднее звено – программу психолого-педагогического сопровождения ≪Я – пятиклассник≫.

**Практическая направленность**

Профилактическая психолого-педагогическая программа направлена на предупреждение школьной дезадаптации учащихся 5 классов к условиям обучения в основной школе.

**Целью** данной программы является оказание психолого-педагогической поддержки учащимся 5 классов период их адаптации к условиям обучения в средней школе.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи:**

*1. Формирование у учащихся:*

* представлений об умениях, навыках обучения в среднем звене;
* навыков взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других;
* адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, развитие навыка уверенного поведения;
* представления о себе как о человеке с большими возможностями развития.

*2. Ознакомление учащихся:*

* с системой самоорганизации для оптимального выполнения домашних заданий и других учебных требований;
* разными формами коммуникации;
* нормами и правилами поведения на новом этапе школьной жизни.

*3.Создание условий:*

* для снижения тревожности;
* выполнения упражнений в игровой форме, проведения дискуссий;
* развития навыков сотрудничества со сверстниками, умения соревноваться с другими детьми, адекватно и разносторонне сравнивать свои результаты с успешностью других;
* выработки на основе собственного опыта норм поведения и общения.

Данная программа предназначена для организации совместной работы психолога, классного руководителя и учителей-предметников на начальном этапе обучения в пятом классе. Численность детей в группе – 15– 20 человек.

**Продолжительность курса**

Программа рассчитана на 14 занятий продолжительностью 40 минут. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Сроки реализации программы: октябрь -декабрь.

**Этапы реализации программы.**

**Первый этап** – диагностический. Включает в себя психологические тесты и проективные методики, позволяющие исследовать личностные особенности учащихся и эмоциональное состояние каждого ребенка.

**Второй этап** – информационно-практический. Включает в себя психологические занятия для пятиклассников, родительские собрания, семинар для педагогов, индивидуальные и групповые консультации для всех участников образовательного процесса.

**Третий этап** – итоговый. Включает в себя подведение итогов реализации программы, которое проходит на основе сравнительного анализа диагностических данных.

*Цель данной программы*: оказание психолого-педагогической поддержки учащимся 5 классов период их адаптации к условиям обучения в средней школе.

Категория обучающихся: учащиеся 5-х классов.

Срок обучения: октябрь - декабрь.

Режим занятий: 1 раз в неделю.

**Ожидаемые результаты реализации программы**

**Промежуточные результаты реализации программы:**

* Умение самостоятельно проявлять активное участие и сотрудничать со сверстниками в дискуссиях.
* Умение владеть своими эмоциями.
* Повышение уровня самооценки.
* Овладение основными способами самопознания.
* Осознание каждым учащимся своей уникальности.
* Овладение навыками уверенного поведения.
* Достижение внутригруппового сплочения.

**Итоговые результаты реализации программы:**

* Снижение уровня школьной тревожности.
* Овладение способами взаимодействия со сверстниками.
* Формирование представлений о себе, о своих внутренних резервах.
* Повышение уровня психологической компетентности педагогов и родителей по проблемам адаптационного периода.

**Список используемой литературы:**

1. Голубева Ю.А. Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий. – Волгоград: Учитель, 2013. -206 с.

2. Иванова Н. Адаптационный период в школе: смысл, значение, опыт / Н. Иванова // Новые ценности образования. - М., 1997 г.

3. Коробкина С.А. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах (1, 5, 10 классы): система работы с детьми, родителями, педагогами / авт.-сост. С. А. Коробкина. – Волгоград: Учитель, 2011. –238 с.

4. Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями обучения. - М., 2013. - 64 с.

Перечень диагностических методик

|  |  |
| --- | --- |
| **Анкета для пятиклассников.** | Цель – изучить трудности адаптационного периода (учебные затруднения, межличностные отношения, мотивация). |
| **Проективная методика ≪Несуществующее животное≫.** | Цель – диагностика личностных особенностей. |
| **Графическая методика М.А. Панфиловой ≪Кактус≫.** | Цель – определение эмоционального состояния ребенка, наличие агрессивности, ее проявления и интенсивности. |
| **Проективная методика ≪Дерево≫.** | Цель – исследование особенностей личности ребенка. |
| **Тревожность Филлипса** | Изучить уровень школьной тревожности |
| **Социометрия** | изучить |

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование**  **тем** | **Всего**  **часов** | **В том числе** | | **Форма контроля** |
| **Теоретических** | **Практических** |
| ***I***  ***этап*** | *Диагностический* | 1 ч |  | 1 ч. | Диагностика учащихся |
| ***II***  ***этап*** | *Информационно-*  *практический* | 12 ч | 7 ч | 5 ч. | рисунок несуществующего животного,  анкета для пятиклассников  рисунки  учащихся, проективная методика ≪Дерево≫ |
| ***III***  ***этап*** | *Итоговый* | 1 ч. |  | 1 ч | Сравнительный анализ диагностических данных |
|  | *Итого:* | 14 ч. | 7 ч. | 7 ч. |  |

**Календарно-тематический план**

**профилактической психолого-педагогической программы**

**≪Я – пятиклассник≫**

**на 2016 - 2017 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Дата** | | **Тема занятия** | **Цель занятия** | **Игры/упражнения** |
| **план** | **факт** |
|  | 06,10 – 13,10 |  | Первичная диагностика учащихся | Выявить дезадаптированных учащихся | Анкета для пятиклассников, социометрия Дж.Морено, методика Филлипса«Диагностика уровня школьной тревожности» |
|  | 20,10 |  | Зачем человеку  необходима  психология? | Мотивирование учащихся на  изучение психологии | 1. Упражнение «Имя и цветок».  2. Работа по теме: «Счастье это...» (придумать как  можно больше вариантов, обсуждение).  3. Рефлексия. |
|  | 27,10 |  | Что такое 5 класс? | Познакомить детей с целями  занятий,формой работы;принять правила поведения на  занятии; профилактика  проблем адаптации:  мобилизация внутреннего ресурса; умения  самостоятельно проявлять  активность и сотрудничать со сверстниками в дискуссиях. | 1. Принятие правил.  2. Работа по теме:  а) упражнение «Продолжи фразу»;  б) упражнение «Те, кто»;  в) упражнение «Школьный путь»;  г) упражнение «Что важно для меня?».  3. Рефлексия.  4. Домашнее задание. |
|  | 10,11 |  | Какой я и чем я  отличаюсь от других | Создать у учеников мотивацию  на самопознание;  способствовать развитию  самопознания, рефлексии  уверенности в себе. | 1. Разминка «Угадай чей голосок».  2. Обсуждение домашнего задания.  3. Работа по теме:  а) самоанализ «Кто я? Какой я?»;  б) упражнение «Вот я какой! Угадали?».  4. Рефлексия.  5. Домашнее задание. |
|  | 17,11 |  | Я могу | Формирование учебных  умений, повышение  самооценки. | 1. Разминка:  а) упражнение «Догадайся»;  б) упражнение «Ладонь».  2. Работа по теме:  а) игра «Я могу, я умею»;  б) слушание сказки О. Горьковой «Фламинго».  3. Обсуждение сказки и выполнение иллюстраций к  ней.  4. Рефлексия. |
|  | 24,11 |  | . Я ‒ это мои цели | Осознание жизненных целей и  способов их осуществления. | 1. Разминка:  а) упражнение «Животные»;  б) упражнение «Волшебник».  2. Работа по теме: слушание сказки О. Колосовой  «Сказка о славном учмаге, учителе его магуче и  бедном, но вылеченном аэроплане».  3. Обсуждение сказки и выполнение иллюстраций к  ней.  4. Рефлексия. |
|  | 01,12 |  | Мир эмоций | Познакомить учащихся с  понятием ≪эмоции≫; научить  определять эмоциональное  состояние других людей;  тренировать умение владеть  своими эмоциями. | 1. Разминка:  упражнение на внимание ≪Что ты услышал?≫.  2. Работа по теме:  а) игра ≪Угадай эмоцию≫;  б) упражнение ≪Фигуры эмоций≫;  в) игра ≪Назови эмоцию≫;  г) игра ≪Изобрази эмоцию≫;  д) упражнение ≪Поставь балл эмоции≫.  4. Рефлексия.  5. Домашнее задание. |
|  | 08,12 |  | Понимаем ли мы друг  друга? | Показать значимость  собственного ≪Я≫; подвести  учащихся к пониманию  необходимости жить в  согласии с собой и другими;  показать важность  взаимопонимания. | 1. Разминка ≪Мне в тебе нравится≫.  2. Работа по теме:  а) упражнение ≪Рисунок по инструкции≫;  б) упражнение ≪Кораблик успехов≫;  в) игра ≪Гомеостат≫;  г) игра ≪Пойми меня≫;  д) игра-шутка ≪Пойми меня≫.  4. Рефлексия. |
|  | 15,12 |  | Я и мои друзья | Актуализация чувств,  отражающих опыт общения со  сверстниками. | 1. Разминка: игра «Что ты видел сегодня красивого».  2. Работа по теме:  а) упражнение «Рисунок по инструкции в парах»;  б) упражнение «Невербальный показ  предметов»;  в) слушание сказки А. Безотосова «Светлячок».  3. Обсуждение сказки, иллюстрирование.  4. Рефлексия. |
|  | 22,12 |  | Трудные ситуации  могут научить меня | Осознание возможности  обучающего воздействия  трудных ситуаций трудных  ситуаций. | 1. Разминка: игра «Дружные обезьянки».  2. Работа по теме:  а) обсуждение трудных ситуаций пятиклассников;  б) слушание сказки «Дрюпа»;  в) окончание сказки придумывают ребята.  3. Рефлексия.  Итоги занятий. |
|  | 12,01-19,01 |  | Вторичная диагностика учащихся | отслеживание динамики развития | Анкета для пятиклассников, социометрия Дж.Морено, методика Филлипса«Диагностика уровня школьной тревожности» |