

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МО «БРАТСКИЙ РАЙОН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
« ПОКОСНИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

_____ Г.В.Кузьмина
Протокол № 1
от «28» августа 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ
«Покоснинская СОШ»
Хрипач Ю.Н.
Приказ № 76
от «31» августа 2023 г.



Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Пятиклассник»

для обучающихся 5 класса

с.Покосное 2023г.

Рабочая программа внеурочной деятельности по адаптации для учащихся пятых классов «Пятиклассник»

Пояснительная записка

Проблема психологической готовности перехода ребенка из начальной в основную школу продолжает оставаться **актуальной**.

Согласно Федеральному Государственному Образовательному Стандарту (ФГОС), утвержденному приказом Минобрнауки России 17 декабря 2010 года, психолого-педагогические условия реализации основной образовательной программы ОУ должны обеспечивать, в частности, учет специфики возрастного психофизиологического развития обучающихся, в том числе особенности перехода из младшего школьного возраста в подростковый.

Действительно, переход учащихся из начальной школы в основную справедливо считается кризисным периодом. Учебная деятельность теряет свое ведущее значение в психическом развитии учащихся подросткового возраста, однако, она продолжает оставаться общественно оцениваемой деятельностью, продолжает влиять на степень развитости интеллектуальной, мотивационной сфер. Переход от детства к отрочеству характеризуется и появлением мотивационного кризиса, вызванного сменой социальной ситуации развития и изменением содержания внутренней позиции ученика. Известно, что в этот переходный период возникает кризис самооценки. Резко возрастает количество негативных самооценок. Кроме того, у пятиклассника резко меняются условия обучения. Ребенок сталкивается с принципиально новой системой организации учебного процесса: переходы из кабинета в кабинет, множество учителей, с каждым из которых необходимо установить отношения, большее количество школьных дисциплин и некоторые из них совершенно новые для пятиклассника. Учащиеся, которые еще вчера были под постоянным контролем со стороны учителя и родителей, теперь должны совмещать учебные и организационные стороны школьной жизни. Таким образом, переход в основную школу требует от пятиклассника мотивированной активности, способности к целеполаганию и смыслообразованию в учебной деятельности, компетентности в учебном сотрудничестве, сформированности начальных форм формально-логического интеллекта, определенных учебных знаний, действий, необходимого уровня развития произвольности, способности к саморегуляции, рефлексии и т.д. Согласно ФГОС второго поколения, данные умения относятся к универсальным учебным действиям (УУД): личностным, коммуникативным, познавательным и регулятивным. Недостаточный уровень сформированности УУД может привести к школьной дезадаптации, которая проявляется в негативном отношении к школе в целом, проявлениях признаков тревожности, неадекватных поведенческих реакциях на замечания и реплики

учителя, нарушениях во взаимоотношениях со сверстниками, нарушениях правил поведения в школе, стойкой неуспеваемости и т.д.

Данная **программа предназначена** для проведения занятий с группой учащихся пятого класса . Каждое занятие рассчитано на один академический час, занятия проводятся не реже одного раза в неделю. Всего 17 занятий.

Основной **целью** предлагаемой программы является оказание поддержки пятиклассникам в период их адаптации к условиям обучения в средней школе, **профилактика явлений школьной дезадаптации.**

Задачи:

1. формировать и развивать представления о новом социальном статусе пятиклассника по сравнению со статусом учащегося начальной школы;
2. информировать о правах и обязанностях участников учебно-воспитательного процесса;
3. развивать коммуникативные навыки, навыки сотрудничества и бесконфликтного общения;
4. актуализировать представления о факторах, влияющих на проявление тех или иных эмоций; развивать навыки произвольного влияния на собственное эмоциональное состояние;
5. развивать представление о роли близких в жизни человека; формировать стремление самому оказывать помощь.

Данная программа направлена на профилактику школьной дезадаптации и мишенями для работы в данном случае являются наиболее вероятные «факторы риска». К таким факторам относятся:

1. Необходимость принятия нового социального статуса и снижение контроля со стороны взрослых.
2. Увеличение количества учебных дисциплин и числа учителей.
3. Неуспешность во взаимодействии с учителями или одноклассниками.

Ожидаемый результат: успешная адаптация пятиклассников к условиям основной школы. **Признаки успешной адаптации пятиклассников:** удовлетворенность процессом обучения и школой в целом; положительная успеваемость ученика; удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителями. Таким образом, ожидаемые результаты относятся в основном к формированию личностных, регулятивных и коммуникативных УУД.

Учебно – тематический план

№	Тема	Дата
1	Знакомство.	
2	Наша группа.	
3	Наша группа.	
4	Что такое пятый класс?	
5	Правила школьной жизни.	
6	Правила школьной жизни.	

7	Школьные предметы.	
8	Наши учителя.	
9	Наши учителя.	
10	Учимся сотрудничеству.	
11	Учимся сотрудничеству.	
12	Учимся сотрудничеству.	
13	Мы и наше настроение.	
14	Я могу.	
15	Я могу.	
16	Заключительное.	
17	Заключительное.	

Содержание

Занятие №1. «Знакомство»

Приветствие ведущего. Информирование о целях работы группы. Принятие правил групповой работы. Информирование о цели и упражнениях данного занятия.

Упражнения: «Приветствие разными способами», «Имя и движение», «Больше всего я люблю», «Что я знаю о своем имени», «Бим-бом-бимбом». Рисование гербов, самопрезентация.

Отзывы о занятии («Обратная связь»).

Занятие №2-3 «Наша группа»

Приветствие ведущего. Рассказ учащихся о настроении. Информирование о цели и упражнениях данного занятия. («Утренний круг»).

Упражнения: «С добрым утром!», «Свойство характера», «Интервью-презентация». Создание портрета группы (класса).

«Обратная связь».

Занятие №4. «Что такое пятый класс?»

«Утренний круг».

Упражнения: «Приветствие», «Школьный путь». Рисунок «Ученик начальной школы – ученик средней школы». Упражнение «Путешествие на газете».

«Обратная связь».

Занятие №5-6. «Правила школьной жизни»

«Утренний круг».

Вспомним отличия ученика средней школы от ученика начальных классов. Знакомство учащихся с Уставом образовательного учреждения. Информирование о правах и обязанностях всех участников учебно-воспитательного процесса. (Ведущий зачитывает «взрослый документ» - Устав образовательного учреждения, комментируя непонятные места примерами). Игра-соревнование «Что делать, если...». Упражнение «Правила поведения на уроке». Дискуссия.

«Обратная связь».

Занятие №7. «Школьные предметы»

«Утренний круг».

Упражнения: «Привет!», «Рейтинг предметов», «Необитаемый остров». Рисунок школьного урока или школьной дисциплины, предмета в виде животного, растения.

«Обратная связь».

Занятие №8-9. «Наши учителя»

«Утренний круг».

Упражнения: «Танец рук», «Чему нас учат, кто нас учит?», «Настоящий учитель – это..»

«Обратная связь».

Занятие № 10-12. «Учимся сотрудничеству»

«Утренний круг».

Упражнения: «Только вместе!», «Гомеостат». Создание общего рисунка на мокрой бумаге. Обсуждение притчи «Солнце и ветер». Упражнение «Слепец и поводырь».

«Обратная связь».

Занятие №13. «Мы и наше настроение»

«Утренний круг».

Упражнение «Настроения», рисунок «Мое настроение в цвете». Дискуссия на тему: «когда настроение может испортиться». Изготовление коллажей «Что поднимет мне настроение?».

«Обратная связь».

Занятие №14-15. «Я могу»

«Утренний круг».

Упражнения: «Я могу, я умею», «Подарок, который невозможно купить», Дискуссия на тему «Кто мои близкие?» Подгрупповая ролевая игра «Чем помогут родители, друзья, учителя?». Групповая дискуссия «Чем я могу помочь родителям, друзьям, учителям? Зачем это надо?». Упражнение «Я могу («Мой протрет в лучах солнца»)».

«Обратная связь».

Занятие №16-17. «Заключительное»

«Утренний круг».

Упражнение «Подарок». Обсуждение поведения ученика из рассказа «Один день из жизни пятиклассника Петрова». Дискуссия на тему, какие ошибки взаимодействия совершил герой рассказа, как ему помочь? Разработка рекомендаций для будущих пятиклассников.

Написание учащимися отзывов о занятиях.

Упражнение «Спасибо за прекрасный день».

«Обратная связь».

Формы и методы работы. Каждое занятие начинается с приветствия ведущего. Затем участники рассказывают о том настроении, с которым они пришли на занятие, о том, что повлияло на их настроение. Этот ритуал носит в программе название «Утренний круг». Далее ведущий информирует

участников о теме занятия, об упражнениях и предлагает разминку. Почти все разминочные упражнения имеют своей целью сплочение группы. Далее следует основная часть, отражающая тему занятия. В основной части используются различные игровые упражнения, упражнения, способствующие творческому самовыражению учащихся, дискуссии. Каждое упражнение обсуждается участниками: что чувствовали, что поняли, было трудно выполнять или легко и т.д. В заключительной части происходит обмен мнениями о занятии в целом – «обратная связь». Участники отвечают на вопрос, какие выводы можно сделать каждому, что было полезного, как можно в жизни использовать полученный опыт.

Диагностика и параметры эффективности программы. Основным критерием эффективности программы является успешная адаптация пятиклассников к условиям основной школы. Показатели эффективности — положительная успеваемость учеников, положительное отношение к школе в целом, к учащимся, учителям и самому себе, умение устанавливать и поддерживать конструктивные отношения со сверстниками и взрослыми, достаточный уровень саморегуляции поведения.

Для оценки эффективности программы может быть использован диагностический материал, входящего в методику Л. А. Ясюковой (часть 2). «Прогноз и профилактика проблем обучения в средней школе (3-6 классы)»: личностный опросник Кетелла (оценка личностных и коммуникативных УУД), тест Тулуз-Пьерона (оценка регулятивных УУД).































Так как системообразующим признаком школьной дезадаптации является школьная тревожность (Н.В. Вострокнутов, цит. по Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.: Речь, 2004.), в качестве диагностического материала может быть использована Шкала личностной тревожности А.М. Прихожан.

Кроме этого, эффективность программы может быть определена при помощи анализа успеваемости (на уровне «положительная» - «отрицательная»).

Организационно-педагогические условия. Для проведения занятий необходимо помещение, в котором можно было бы свободно передвигаться. В помещении должны быть стулья по количеству участников, желательно большой стол для выполнения групповых творческих заданий или два небольших стола, классная доска. В процессе выполнения учащимися упражнений, можно использовать записи инструментальной музыки.

Для занятий потребуются средства творческого самовыражения (краски, карандаши, кисти, мелки, бумага белая и цветная разных форматов, ножницы, старые журналы, газеты, клей). Схема «Школьный путь», выполненная на листе формата А1 или А2, Устав образовательного учреждения, мяч. Ведущему для первого занятия может потребоваться литература на тему «Тайна вашего имени». Занятия проводит педагог-психолог.

Литература

-   Белавина О.В. Психологическая диагностика сформированности универсальных учебных действий в средней школе // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. № 155/2013. // <http://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-diagnostika-sformirovannosti-universalnyh-uchebnyh-deystviy-v-sredney-shkole>
-   Владимирова Ю. Новичок в средней школе. Программа адаптационных встреч для пятиклассников. // Школьный психолог № 09, 2004.
-   Коблик Е.Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2003.
-   Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. – М.: “Когито-Центр”, 2007.
-   Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.: Речь, 2004.
-   Практикум по арт-терапии // Под ред. А.И. Копытина. – СПб: Издательство «Питер», 2000.
-   Практикум по возрастной психологии: Учеб. пособие / Под. Ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. - СПб.: Речь, 2002.
-   Рабочая книга школьного психолога / И.В. Дубровина, М.К. Акимова, Е.М. Борисова и др.; Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Просвещение, 1991.
-   Родионов В., Ступницкая М. Я и Мы. Тренинговые занятия по формированию социальных навыков для учащихся 5-го класса. // Школьный психолог № 43, 2002.
-   Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. – М.: Генезис, 1998.
-   Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем. – 4-е изд. – М.: Генезис, 2006.
-   Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий: пособие для учителя / [А.Г. Асмолов, Г.В. Бурменская, И.А. Володарская и др.] ; под ред. А.Г. Асмолова. - 2-е изд. - М.: Просвещение, 2011.
-   Юдина Н. Программа “Навстречу”. Воспитание коммуникативной культуры у учащихся 5-6-х классов. // Школьный психолог №12, 2007.
-   Ясюкова Л.А. Прогноз и профилактика проблем обучения в 3 — 6 классах. Методическое руководство. Санкт-Петербург. ИМАТОН, 2001.
-   <http://school3.glazov.net/4/34.html>.