

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
(тяжелыми нарушениями речи) № 11 г. Челябинска»

454074 г. Челябинск, ул. Героев Танкограда, 21 г/ф 772-15-29; эл. почта internat011@ramler.ru

*Приложение № 23 к адаптированной общеобразовательной программе
общего образования*

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса «Психолого - педагогическое
сопровождение» (5 класс)

г. Челябинск

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Содержание профилактического курса	6
3. Планируемые результаты освоения обучающимися программы	17

1. Пояснительная записка

Программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов.

Федеральный уровень:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письмо Минобрнауки России от 11.03.2016 ВК-45/07 «О введении ФГОС ОВЗ. Методические рекомендации по вопросам федерального государственного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Письмо Минобрнауки России от 12.02.2016 № ВК – 270/07 «Об обеспечении условий доступности для инвалидов объектов и услуг в сфере образования»;
- Письмо Минобрнауки России от 11.07.2016 ВК – 1788/07 «Об организации образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» № 124-ФЗ от 03.07.98 (изменениями от 31.07.2020г № 29);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 2 сентября 2020 г. № 458 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2015 №1309 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 12.03.2014г. №177 «Об утверждении Порядка и условий осуществления перевода

обучающихся из одной организации, осуществляющей образовательную деятельность по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, в другие организации, осуществляющие образовательную деятельность по образовательным программам соответствующих уровня и направленности»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 28.08.2020 № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего основного общего и среднего общего образования»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации №287 от 31 мая 2021 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2. 3682-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Письмо заместителя Минобрнауки России ТС – 728/07 от 15.03.2018 «Об организации работы по СИПР»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 7 июня 2013 № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 20 сентября 2013 года № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии»;

- Министерство Просвещения РФ Распоряжение от 9 сентября 2019 № Р-93 «Об утверждении примерного Положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации»;

- Федеральный закон от 27 июля 2006 года №152 – ФЗ «О персональных данных»;

- Приказ Минтруда России от 31.07.2015 № 528н «Об утверждении Порядка разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида, индивидуальной программы реабилитации или абилитации ребенка-инвалида, выдаваемых федеральными государственными учреждениями медико-социальной экспертизы, и их форм»);

- Концепция Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, 2016 год;

- Концепция развития образования детей с инвалидностью и детей с ОВЗ: 2020-2030;
- Письмо Министерства Просвещения РФ от 20 февраля 2019 года за № ТС-551-07 «О сопровождении образования обучающихся с ограниченными возможностями и инвалидностью».
- Приказ Министерства просвещения от 17.12.2010 № 1897 (в ред. от 08.11.2022 № 955) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (далее – ФГОС ООО № 1897).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1025 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (далее – ФАОП ООО с ОВЗ).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1025 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (далее – ФАОП ООО с ОВЗ)

Региональный уровень:

- Закон Челябинской области от 29.08.2013 №515-30 «Об образовании в Челябинской области/ Постановление Законодательного Собрания Челябинской области от 29.08.2013 №1543;
- Инструктивно-методическое письмо ГУО и Н от 14 октября 2002 года №05-3613 «Организация интегрированного обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии в образовательных учреждениях Челябинской области»;
- Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 27.10.2017 № 1213/10414 «О направлении рекомендаций по организации образовательной деятельности с детьми с ограниченными возможностями здоровья, в том числе детьми-инвалидами, в условиях инклюзивного образования в общеобразовательных организациях по образовательным программам начального общего, основного общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Методические рекомендации «Модели организации образовательной деятельности при инклюзивном образовании» (письмо МОиН Челябинской области от 27.10.2017 №1213/10414);
- Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 04.07.2014 г. №03-02/4235 «О типовых пакетах специальных образовательных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов».

Муниципальный уровень:

- Комитет по делам образования г.Челябинска № 16 02/6507 от 19.08.2019 год «Рекомендации по преемственности в создании специальных условий для получения качественного образования обучающихся с ОВЗ (с задержкой психического развития) на уровне начального общего образования и основной общеобразовательной школы».

- Адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования МБОУ «С(К)ОШ № 11 г. Челябинска».

Цель курса: сохранение психологического здоровья младших подростков при переходе из начальной школы в основное звено, предупреждение школьной дезадаптации учащихся к новым условиям обучения. Задачи курса: формирование у учащихся адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, а также представлений о себе как о человеке с большими возможностями развития; развитие навыков уверенного поведения; усвоение навыков взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других; ознакомление учащихся с разными формами коммуникации; создание условий для снижения тревожности, а также выработки на основе собственного опыта норм поведения и общения.

Методические подходы к освоению дисциплины: рабочая программа рассчитана на 68 часов (2 часа в неделю).

Рабочая программа формируется с учётом рабочей программы воспитания.

2. Содержание профилактического курса

Рабочая программа рассчитана на 68 часов (2 часа в неделю).

Реализация программы проходит в **три этапа**:

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

Анкета для родителей пятиклассников. Цели – знакомство с классным коллективом, с индивидуальными особенностями учеников; лучшее знакомство с родителями, возможность налаживания постоянного плодотворного контакта с ними, особенно в начале учебного года; преодоление трудностей в адаптации учащихся при переходе из начальной школы в среднее звено.

Анкета для пятиклассников. Цель – изучить трудности адаптационного периода (учебные затруднения, межличностные отношения, мотивация).

Проективная методика «Несуществующее животное». Цель – диагностика личностных особенностей.

Анкета для учащихся «Вот я какой!».

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.

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.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов	Корректировка
1.		“Давайте познакомимся”	1. Ритуал приветствия, знакомство 2. Притча «Если хочешь быть счастливым, будь им». 3. Правила группы 4. Проективная методика «Несуществующее животное»	2	
2.		“Что такое 5 класс?”	1. Упражнение «Продолжи фразу». 2. Упражнение «Шаг вперед». 3. Беседа «Школьный путь». 4. Упражнение «Что важно для меня?» 5. Анкета для пятиклассников	2	
3.		“Какой я и чем я отличаюсь от других?”	1. Упражнение «Ласковое имя». 2. Анкета «Вот я какой!». 3. Упражнение «Поменяйтесь местами те...» 4. «Кактус». Графическая методика М.А. Панфиловой	2	
4.		“Мир информации”	1. Упражнение «Мое приветствие». 2. Упражнение «Память на лица». 3. Упражнение «Испорченный телефон». 4. Притча «Два волка».	2	
5.		“Я могу”	1. Упражнение «Догадайся». 2. Упражнение «Ладонь». 3. Упражнение «Я могу, я умею». 4. Слушание сказки О. Горьковой «Фламинго».	2	
6.		“Мир эмоций”	1. Упражнение «Угадай эмоцию». 2. Упражнение «Фигуры эмоций». 3. Упражнение «Изобрази эмоцию».	2	

			<ul style="list-style-type: none"> 4. Упражнение «Поставь балл эмоции». 5. Притча «Обида на песке». 		
7.		“Наши классные уголки”	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Гусеничка». Работа в группах 2. «Карта школы». 3. «Знаки ПРОдвижения». 4. «Кладовая знаний». 5. «Классная команда» 	2	
8.		“Понимаем ли мы друг друга”	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Мне в тебе нравится». 2. Упражнение «Рисунок по инструкции». 3. Упражнение «Кораблик успехов». 4. Упражнение «Пойми меня». 5. Игра-шутка «Пойми меня». 6. Игра «Гомеостат». 	2	
9.		“Без друзей меня чуть-чуть”	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Дерево и ветер». 2. Упражнение «Кораблекрушение». 3. Упражнение «Рисунок дружбы». 4. Упражнение «Групповая дискуссия». 	2	
10.		“Мы и наш класс” “Взаимодействие с окружающими”	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Коллаж класса». 2. Упражнение «Какие мы». 3. Проективная методика «Дерево». 4. Упражнение «Путаница» 5. Притча 6. Упражнение «Ищу друга» 	2	
11.		“Общение и умение слушать”	<ul style="list-style-type: none"> 1. Беседа «Разница между слышать и слушать» 2. Упражнение «Догадайся». 3. Упражнение «Передать, одним словом» 4. Упражнение «Инструкции» 5. Упражнение «Угадай, кто» 	2	
12.		“Общение без слов”	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Испорченный телефон». 2. Упражнение «Разговор через стекло» 3. Упражнение «Ладонь». 4. Упражнение «Иностранец» 5. Упражнение «Дерево чудес» 	2	
13.		“Поговорим рисунками!”	<ul style="list-style-type: none"> 1. Рисуночная разминка «Достраивание композиции» 2. Упражнение «Тематические рисунки» 3. Упражнение «Групповой коллаж» 	2	
14.		“Стресс”	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Снежный ком» 2. Упражнение «Спутанные цепочки». 3. Упражнение «Все-некоторые-только я» 4. Упражнение: «Напряжение – расслабление» 5. Диагностика Филлипса 	2	
15.		“Стыдно ли	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Поменяйтесь 	2	

		бояться?” “Имею ли я право сердиться и обижаться?”	местами те...» 2. Упражнение «Чего я боюсь...» 3. Упражнение «На ошибках учатся» 4. Упражнение «Рисуем слово» 5. Беседа о чувствах		
16.		“Каждый видит мир и чувствует мир по-своему”	1. Презентация «Мы по-разному видим этот мир» 2. Тест «Кто мы: мыслители или художники?» 3. Упражнение «Что за окном?»	2	
17.		“Любой внутренний мир ценен и уникален”	1. Упражнение «Мое приветствие». 2. Упражнение «Мой мир» 3. Упражнение «Кувшин моего внутреннего мира». 4. Упражнение «Цветочные фантазии». 5. Рисунок «Моё настроение сегодня»	2	
18.		“Трудные ситуации могут научить меня”	1. Здравуемся необычным способом 2. Упражнение «Копилка трудных ситуаций» 3. Работа со сказкой. Читаем и обсуждаем «Сказку о Дрюпе Дрюпкине». 4. Упражнение «Подарок»	2	
19.		“В трудной ситуации, я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется”	1. Упражнение «Я могу, я умею». 2. Разминка «Самое длинное предложение» 3. Работа со сказкой. Ребята слушают сказку, рисуют к ней иллюстрации. Сказка о волчишке Джоне	2	
20		“Я и мои друзья”	1. Упражнение «Продолжи фразу». 2. Разминка «Прикоснись к своим соседям» 3. Упражнение «Ассоциации на слово дружба».	2	
21.		“У меня есть друг” “Конфликты”	1. Упражнение «Память на лица». 2. Упражнение «Давайте поздороваемся» 3. Беседа «Правила дружбы» 4. Мозговой штурм: «Портрет друга» 5. Упражнение «Рисунок вдвоем». 6. Притча	2	
22.		“Принятие решений”	1. Упражнение «Шаг вперёд». 2. Беседа о трудностях принятия решений 3. Упражнение «Щелчок». 4. Игра «Последствия»	2	
23.		“Я и мои “Колючки”	1. Необычное приветствие 2. Беседа о своих «колючках» 3. Упражнение на регуляцию	2	

			<p>дыхания</p> <p>4. Упражнение «Мои магнитики»</p> <p>5. Релаксационное упражнение: «Вверх по радуге».</p>		
24.		“Что такое одиночество?”	<p>1. Настрой на занятие. «Приветствие»</p> <p>2. Беседа об одиночестве</p> <p>3. Упражнение «Что важно для меня?»</p> <p>4. Сказка «О маленькой одинокой Рыбке и об огромном синем Море».</p>	2	
25.		“Я не одинок в этом мире”	<p>1. Упражнение «Игра-приветствие»</p> <p>2. Игра «Необитаемый остров»</p> <p>3. Физминутка: упражнение «Чайничек»</p> <p>4. Упражнение «Школьный психолог»</p> <p>5. Стихотворение «Если я рожден в этом мире...»</p>	2	
26.		“Нужно ли человеку меняться?”	<p>1. Упражнение «Снежный ком»</p> <p>2. Упражнение «Какого человека можно назвать...»</p> <p>3. Упражнение «Мои важные изменения».</p> <p>4. Работа со сказкой «Сказка про Тофа»</p>	2	
27.		“Самое важное – захотеть меняться” “Что такое ценности?”	<p>1. Приветствие</p> <p>2. Работа с плакатом.</p> <p>3. Сказка «Я иду к своей звезде».</p> <p>4. Чтобы я изменил в себе? Беседа.</p> <p>5. Пожелания взрослым.</p> <p>6. Работа со сказкой «Желтый цветок».</p> <p>7. Упражнение «Письмо»</p>	2	
28.		“Ценности и жизненный путь человека” “Мои ценности. Заключение”	<p>1. Приветствие «Зеркало»</p> <p>2. Беседа «Мои ценности, наши ценности»</p> <p>3. Упражнение «Планирование времени»</p> <p>4. Беседа «Время взрослеть»</p>	2	
34.		“Подведение итогов”	<p>1. Упражнение «Ласковое имя».</p> <p>2. Игра «Пристанище моей души»</p> <p>3. Упражнение «Огонь моей души»</p> <p>4. Пожелания друг другу и себе на лето</p>	2	

Для учащихся занятия проводятся **в форме** психологических часов. В программе используются такие методы как: диалоги, рисунок, рассказ, ролевые и подвижные игры, групповая дискуссия, групповая беседа, развивающие упражнения или игры и их обсуждение.

Занятия имеют определенную структуру. Каждое занятие начинается с ритуала приветствия. Далее следует короткое, динамичное упражнение, задача которого создать благоприятную атмосферу. Затем идет работа по теме. Завершается занятие ритуалом прощания.

Работа с родителями проводится через родительское собрание, а с педагогами - через консультации и семинар.

Основное содержание

I раздел: «Знакомство» (2 часа)

Занятие 1. «Давайте познакомимся!»

Цель: познакомить детей с целями занятий, формой работы; принять правила поведения на занятиях.

1. Ритуал приветствия: Здравствуйте (дети начинают приветствие, держась за руки, на последнем слоге хлопают в ладоши).

2. Работа по теме.

Психолог сообщает учащимся о начале занятий психологией, спрашивает, известно ли им это слово, и, получив утвердительный ответ, предлагает подумать над тем, зачем ее нужно изучать. Как правило, ребята говорят о том, что психология нужна, чтобы быть спокойными, успешными, уметь общаться. Психолог подводит их к выводу, что знание психологии необходимо человеку, чтобы быть счастливым и рассказывает притчу о счастье.

Притча «Если хочешь быть счастливым, будь им».

Вопросы и задания по прочитанному:

- Почему счастье улетело прочь от человека?
- Как вы думаете, счастье приходит к каждому человеку?
- Почему одни люди всю жизнь чувствуют себя несчастными, а другие, наоборот, считают себя счастливыми?

Что такое счастье?

Психолог подводит детей к выводу, что счастье каждый понимает по-своему, но есть и общие моменты в понимании счастья: получение радости от того, что ты живешь на Земле; твоя необходимость, полезность окружающим; хорошее здоровье.

«Чтобы работа в нашей группе была плодотворной и принесла пользу, необходимо соблюдать правила. Я буду называть правило, а вы, если согласны, то говорите «Да-да-да» и хлопайте в ладоши, если не согласны, то говорите «Нет-нет-нет» и топайте ногами.

- Внимательно слушать, когда говорят другие – «Да»
- Драться – «Нет»
- Уважать чужое мнение – «Да»
- Шуметь – «Нет»
- Шутить и улыбаться – «Да»
- Дуться и быть «букой» - «Нет»
- Говорить по одному – «Да»
- Перебивать говорящего – «Нет»
- Смотреть на того, к кому ты обращаешься – «Да»
- Смеяться над говорящим – «Нет»

Проективная методика «Несуществующее животное».

Занятие 2. «Что такое 5 класс?»

Цель: профилактика проблем адаптации: мобилизация внутреннего ресурса, умения самостоятельно проявлять активное участие и сотрудничать со сверстниками в дискуссиях.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

Упражнение «Продолжи фразу».

На доске или в середине круга укрепляется рисунок «Школьный путь». На нем изображена гора, отображающая школьный путь с 1-го по 10-й класс. Участникам предлагается продолжить фразу: «В начальной школе мне больше всего запомнилось...»; «В пятом классе мне хотелось бы...». Все высказываются по кругу, передавая друг другу мяч или игрушку. Ведущий отмечает наиболее интересные высказывания и оптимистические ожидания, обращает внимание на то, что все участники имеют довольно большой школьный опыт, поэтому дальнейший путь должен быть легче. Каким он будет? Психолог предлагает поговорить о том, что нового появилось в школьной жизни учащихся в связи с переходом в 5-й класс.

Упражнение «Те, кто...»

Делают шаг вперед те, кто любит сладкое; поднимают правую руку те, у кого есть кошка; приседают те, кому нравится играть в футбол и т.д. После окончания упражнения предлагается взяться за руки всем, кто является учеником 5-го класса. При этом психолог подчеркивает, как много общего у участников.

Упражнение «Школьный путь» (Родионов, Ступницкая).

Ведущий проводит беседу с ребятами о пройденном отрезке пути и о том, что еще предстоит.

Упражнение «Что важно для меня?»

Ребятам необходимо представить, что они с родителями надолго уезжают, чтобы провести каникулы на необитаемом острове. Родители предлагают детям взять с собой чемодан и упаковать в него ровно три вещи, самые важные для них. Названия этих вещей необходимо написать на листе бумаги. Далее ребята читают список и рассказывают, почему они выбрали именно эти три вещи.

Анкета для пятиклассников.

Рефлексия.

Притча «Одноклассники».

II раздел: «Я в этом огромном мире...» (4 часа)

Занятие 3. «Какой я и чем я отличаюсь от других?»

Цель: осознание ценности и уникальности личности каждого.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

Упражнение «Ласковое имя».

Дети стоят в кругу. Психолог просит вспомнить, как их ласково называют дома. Затем дети, передавая мяч, называют свое ласковое имя. После того как все назовут свои имена, мяч передается в обратном направлении. При этом нужно вспомнить и назвать ласковое имя того, кому передаешь мяч.

Анкета «Вот я какой!».

Упражнение «Поменяйтесь местами те ...»

Дети сидят на стульях в кругу. Начинает игру психолог. Он ведущий стоит в центре круга, стула у него нет. Ведущий по желанию выбирает какой – либо признак, имеющийся у некоторых детей, и просит их поменяться местами. Например: «Поменяйтесь местами те, у кого светлые волосы». Те, у кого светлые волосы меняются местами друг с другом. Задача ведущего – занять освободившееся место. Тот, кому не хватило стула, становится ведущим.

«Кактус». Графическая методика М.А. Панфиловой.

Рефлексия.

Занятие 4. «Мир информации».

Цель: развитие навыков уверенного поведения; формирование основных способов самопознания.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

Упражнение «Мое приветствие».

Каждый участник придумывает свой способ приветствия группы.

Упражнение «Память на лица».

Один игрок закрывает глаза и перечисляет всех участников круга, начиная с того, которого выберет психолог. Далее игроки пересаживаются в произвольном порядке, и процедура повторяется уже с новым участником круга.

Упражнение «Испорченный телефон».

Выбирается команда из 6 человек. Психолог зачитывает небольшую притчу одному участнику, остальные дожидаются за дверью. Первый передает услышанное второму, тот третьему и т.д. Последний участник рассказывает первому, а психолог зачитывает первоначальный текст.

Притча «Два волка».

Рефлексия.

Занятие 5. «Я могу».

Цель: формирование учебных умений, повышение самооценки.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

Упражнение «Догадайся».

Водящий садится на стул лицом к классу, держа раскрытыми ладони; закрывает глаза. Один из членов группы тихонько подходит к нему и на несколько секунд кладет свои руки на руки водящего. Водящему необходимо догадаться, чьи ладони прикасались к нему.

Упражнение «Ладонь».

Учащимся предлагается обвести свою ладошку на листе бумаги, посередине рисунка написать «Я», а на каждом пальчике рисунка что – либо хорошее о себе. Затем психолог собирает детские работы, по очереди зачитывает их, а ребята определяют, кому какая ладошка принадлежит.

Упражнение «Я могу, я умею».

Ребята в быстром темпе перебрасываются мячом. Тот, кому в руки попадает мяч, быстро называет какое – либо свое умение («я умею петь», «я умею бегать» и т. п.)

Слушание сказки О. Горьковой «Фламинго».

Обсуждение сказки и выполнение иллюстраций к ней.

Рефлексия.

Занятие 6. «Мир эмоций».

Цель: познакомить учащихся с понятием «эмоции»; научить определять эмоциональное состояние других людей; тренировать умение владеть своими эмоциями.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

Упражнение «Угадай эмоцию».

Вывешивается плакат со схематичным изображением эмоций, без указаний состояний человечков. Участники угадывают, какие эмоции изображены на плакате.

Упражнение «Фигуры эмоций».

Ребята рисуют пять больших фигур на листе А4. Потом, подписав имена четырех из них (гнев, радость, страх, ярость), раскрашивают цветными карандашами. Придумывают имя 5-й фигуре, раскрашивают, используя такие цвета, которые соответствуют ее эмоциональному состоянию.

Упражнение «Изобрази эмоцию».

Необходимо подготовить карточки, на которых будет написана та или иная эмоция (радость, грусть, насмешка, обида, страх, удивление и т.д.). Каждый из ребят по очереди достает из конверта карточку и пытается изобразить доставшуюся ему эмоцию без слов. Остальные должны угадать, что это за эмоция.

Упражнение «Поставь балл эмоциям».

На бланках с различными эмоциями предлагается поставить балл (от 1 до 10) каждой эмоции в зависимости от того, как часто ее испытывает отвечающий.

Притча «Обида на песке».

Рефлексия.

III раздел: «Мы – единое целое! » (4 часа)

Занятие 7. «Наши классные уголки».

Цель: формирование необходимых психологических средств адаптации; развитие навыков уверенного поведения.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

Упражнение «Гусеничка».

Участники соединяются в «гусеничку», положив руки на плечи стоящего впереди, и совершают перемещения в произвольном порядке по классной комнате.

Работа в группах.

Деление класса на четыре группы.

1. «Карта школы». (Данная группа составляет плакат с основными школьными объектами: столовая, актовый зал, спортзал, медицинский кабинет, расписание и т. д.)

2. «Знаки ПРОДвижения». (Разработать основные знаки-помощники, для «карты» школы).

3. «Кладовая знаний». (Данная группа оформляет стенд учителей-предметников, работающих в их классе. Основное требование – фотография и краткая характеристика каждого учителя).

4. «Классная команда». (Данная группа готовит стенд с фотографиями учеников, подписывая под ними интересы, обязанности в школе и классе).

Рефлексия.

Занятие 8. «Понимаем ли мы друг друга».

Цель: показать значимость собственного «Я»; подвести учащихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими; показать важность взаимопонимания.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

Упражнение «Мне в тебе нравится».

Психолог задумывает какое – то качество, которое ему нравится в подростке, прикасается к нему, пытаясь передать, таким образом, задуманное качество. Подросток пытается угадать, какое качество задумано (можно привлечь к угадыванию всю группу). Затем водящими становятся сами подростки. При последующих выполнениях задуманные качества можно передавать взглядом.

Упражнение «Рисунок по инструкции».

Сначала все рисуют свой дом. Потом, убрав рисунок, достают

чистый лист и работают в парах – один рисует с закрытыми глазами дом под диктовку соседа-автора. В конце сравнивают, похож ли рисунок на авторский. Затем ребята меняются местами. После упражнения обмениваются впечатлениями.

Упражнение «Кораблик успехов».

Участникам предлагается нарисовать корабль (один на всех) с тем условием, чтобы каждая проведенная ребенком линия означала какое – то его положительное качество. Каждый по очереди рисует одну линию, называя вслух свою хорошую черточку.

Упражнение «Пойми меня».

Одновременно все участники громко произносят свое слово, а водящий повторяет все слова, которые удалось услышать.

Игра-шутка «Пойми меня».

Участники объединяются в группы по три человека, изображая «глухого и немого», «глухого и неподвижного», «слепого и немого». Им дается задание договориться о подарке другу.

Игра «Гомеостат».

Участники выстраиваются в шеренгу. По сигналу психолога можно прыгнуть, повернувшись в любую из четырех сторон. Задача – добиться того, чтобы вся группа смотрела в одну сторону.

Рефлексия.

Занятие 9. «Без друзей меня чуть-чуть».

Цель: совершенствовать навыки общения.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

Упражнение «Дерево и ветер».

Дети делятся на пары. Один в паре «дерево», другой «ветер». Ветер дует на дерево – «дерево» наклоняется в зависимости от силы «ветра».

«Дерево» и «ветер» меняются местами.

Упражнение «Кораблекрушение».

Дети делятся на две команды, согласно номеру при пересчете на «первый-второй». Команды работают за столом. Участники получают карточки, изображающие части корабля. Каждая команда выбирает несколько карточек с надписью предмета. Задача команды: придумать назначение этих предметов на корабле. Ответ должен быть оригинальным. Командам дается несколько минут на выполнение этого задания. Затем команды представляют свое решение.

Упражнение «Рисунок дружбы».

Детям предлагается нарисовать образ дружбы.

Обсуждение.

Упражнение «Групповая дискуссия».

Пословицы и поговорки о дружбе.

Рефлексия.

Занятие 10. «Мы и наш класс».

Цель: снижение тревожности, достижение внутригруппового

сплочения, осмысление своего персонального «Я» как части общего «Мы».

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

Упражнение «Коллаж класса».

Школьникам предлагается создать свою эмблему – визитку, на которой должно быть написано имя участника и какое-либо его положительное качество, форму каждый выбирает свою. Пока дети работают, на доске перед ними висит плакат с надписью в центре «Мы и наш класс». Выполнив задание, каждый подходит к плакату и приклеивает свою эмблему на общий шаблон. Психологу необходимо подвести участников к идее, что каждый из них – частичка целого класса, что все отдельные «Я» составляют общее «Мы».

Упражнение «Какие мы».

Все хором произносят «Мы все», а отдельные участники по очереди читают качества, записанные на индивидуальных гербах, но только во множественном числе. Например: «Мы все сильные, умные, красивые, добрые...»

Делается общая фотография группы.

Проективная методика «Дерево».

Оценка эффективности занятий.

Каждый участник заполняет анкету для оценки эффективности цикла занятий.

3. Планируемые результаты освоения обучающимися программы

Рабочая программа обеспечивает достижение пятиклассниками определенных личностных и метапредметных результатов.

Планируемые личностные результаты:

№	Компетенции	Признаки сформированной компетенции
1	Способность проявлять активность в учебно-познавательной деятельности	– Прилагает усилия для снижения уровня своей школьной тревожности; – Стремится к овладению способами взаимодействия со сверстниками; – Активно формирует представления о себе, о своих внутренних резервах
2	Способность учиться, осознание важности образования и самообразования для жизни и деятельности, способность применять полученные знания на практике	– Владеет способами установления взаимодействия со сверстниками; формирования представлений о себе, о своих внутренних резервах; – Владеет основными способами самопознания
3	Готовность к социальной активности, уважению закона и правопорядка, способность к соизмерению своих поступков с нравственными ценностями,	– Считает внутригрупповое сплочение важным средством решения групповых задач; проявляет заинтересованность в его достижении; – Стремится к овладению способами взаимодействия со сверстниками

	осознание своих обязанностей перед семьей, обществом, Отечеством	
4	Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей	<ul style="list-style-type: none"> – Умеет активно участвовать в дискуссиях, сотрудничать при этом со сверстниками; – Считает внутригрупповое сплочение важным средством решения групповых задач; проявляет заинтересованность в его достижениях; – Стремится к овладению способами взаимодействия со сверстниками – Умеет справляться со своими эмоциями – Адекватно оценивает свои возможности в стандартных ситуациях
5	Коммуникативная компетентность в общении и способность к сотрудничеству со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности	<ul style="list-style-type: none"> – Знаком с разными формами коммуникации; – Работает в режиме взаимодействия; – Вступает в контакт с участниками образовательного процесса; – Взаимодействует с участниками учебной деятельности в процессе обучения; – Умеет активно участвовать в дискуссиях, сотрудничать при этом со сверстниками
6	Сформированная ценность здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах	<ul style="list-style-type: none"> – Умеет справляться со своими эмоциями; – Прилагает усилия для снижения уровня своей школьной тревожности; – Активно формирует представления о себе, о своих внутренних резервах; – Адекватно оценивает свои возможности в стандартных ситуациях; – Осознает свою уникальность

Планируемые метапредметные результаты:

№	Компетенции	Признаки сформированной компетенции
1	Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> – Умеет самостоятельно определять цели своего обучения в новой учебной ситуации (при освоении нового школьного предмета); – Умеет ставить и формулировать для себя новые задачи по освоению способов действия в новой школьной ситуации; – Умеет формировать представления о себе, о своих внутренних резервах в новой учебной ситуации (при освоении нового школьного предмета)
2	Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и	<ul style="list-style-type: none"> – Умеет организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с новым учителем; – Умеет организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками в новой учебной ситуации (при освоении нового школьного предмета);

разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение	<ul style="list-style-type: none"> – Умеет находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов при работе индивидуально и в группе; – Умеет формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение при работе в группе
---	---

Планируемые УУД:

№	Компетенции	Признаки сформированной компетенции
1	Развитие способности к самосовершенствованию и саморазвитию	<ul style="list-style-type: none"> - Развита способность к самосовершенствованию - Развита способность к саморазвитию
2	Формирование внутренней позиции личности, регулятивных, познавательных, коммуникативных универсальных учебных действий у обучающихся.	<ul style="list-style-type: none"> - Сформирована внутренняя позиция личности; - Сформированы регулятивные, познавательные, коммуникативные универсальные учебные действия у обучающихся.
3	Формирование опыта применения универсальных учебных действий в жизненных ситуациях для решения задач общекультурного, личностного и познавательного развития обучающихся, готовности к решению практических задач.	<ul style="list-style-type: none"> - Сформирован опыт применения универсальных учебных действий в жизненных ситуациях для решения задач общекультурного, личностного и познавательного развития обучающихся; - Готовность к решению практических задач.
4	Повышение эффективности усвоения знаний и учебных действий	- Положительная динамика в эффективности усвоения знаний и учебных действий
5	Овладение приёмами учебного сотрудничества и социального взаимодействия со сверстниками	- Владеет приёмами учебного сотрудничества и социального взаимодействия со сверстниками

Один из результатов реализации программы – повышение уровня психологической компетентности педагогов и родителей по проблемам адаптационного периода.