

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 5 г. Черемхово»**

**РАССМОТРЕНО**

Педагогическим советом  
МОУ Школа № 5 г. Черемхово  
Протокол № 2 от “4” сентября 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МОУ Школа № 5 г.  
Черемхово  
Приказ № 320 от “5” сентября 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**коррекционно-развивающего курса**  
**«Первый раз в 5 класс»**  
**(основное общее образование)**

**г. Черемхово, 2023**

## Пояснительная записка

### 1. Актуальность и назначение программы

Переход из начальной школы в основную - важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым: учителя, форма обучения, которая в средней школе становится предметной, а иногда и одноклассники. Кроме того, нередко дети переходят из одного здания школы в другое, тогда им приходится привыкать еще и к новому помещению.

Пятиклассникам в школе и интересно, и тревожно: хочется быть активными, умными и независимыми, нужными и успешными, хочется, чтобы новый учитель оценил и увидел все самое лучшее в них.

Насколько легко и быстро младший подросток приспособится к условиям средней школы, зависит не только и не столько от его интеллектуальной готовности к обучению. 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.

Предлагаемый курс направлен на формирование этих навыков и на создание благоприятных условий для их дальнейшего развития.

В курсе значительное место уделено формированию навыков осознания требований учителя, навыков уверенного поведения, оценки собственных

возможностей и способностей, а также работе с негативными эмоциональными состояниями.

**Цель курса:** способствовать психологической адаптации пятиклассников к условиям средней школы (создать условия, позволяющие каждому пятикласснику как можно легче и радостнее вступить в новый этап школьного обучения; поддержать и развить в детях интерес к знаниям; помочь им общаться с новыми одноклассниками и преподавателями).

**Задачи курса:**

- формирование у детей позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности;
- формирование устойчивой учебной мотивации детей;
- создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых обоснованных требований;
- повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков;
- освоение детьми школьных правил;
- выработка норм и правил жизни класса;
- формирование адекватных форм поведения в новых школьных ситуациях;
- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

**2. Варианты реализации программы и формы проведения занятий**

Коррекционно-развивающий курс «Первый раз в 5 класс» предназначен для учащихся 5 классов, обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе для детей с задержкой психического развития. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Общая продолжительность курса 34 часа.

Для обучающихся с ЗПР, осваивающих АООП ООО, характерны следующие специфические образовательные потребности:

- потребность в адаптации и дифференцированном подходе к отбору содержания программного материала учебных предметов с учетом особых образовательных потребностей и возможностей обучающихся с ЗПР на уровне основного общего образования;
- включение коррекционно-развивающего компонента в процесс обучения при реализации образовательных программ основного общего образования с учетом преемственности уровней начального и основного общего образования;
- развитие и коррекция приемов мыслительной деятельности и логических действий, составляющих основу логических мыслительных операций, расширение метапредметных способов учебно-познавательной деятельности, обеспечивающих процесс освоения программного материала;
- применение специальных методов и приемов, средств обучения с учетом особенностей усвоения обучающимся с ЗПР системы знаний, умений, навыков, компетенций (использование «пошаговости» при предъявлении учебного материала, при решении практико-ориентированных задач и жизненных ситуаций; применение алгоритмов, дополнительной визуальной поддержки, опорных схем при решении учебно-познавательных задач и работе с учебной информацией; разносторонняя проработка учебного материала, закрепление навыков и компетенций применительно к различным жизненным ситуациям; увеличение доли практико-ориентированного материала, связанного с жизненным опытом подростка; разнообразие и вариативность предъявления и объяснения учебного материала при трудностях усвоения и переработки информации и т.д.);

- организация образовательного пространства, рабочего места, временной организации образовательной среды с учетом психофизических особенностей и возможностей обучающегося с ЗПР (индивидуальное проектирование образовательной среды с учетом повышенной истощаемости и быстрой утомляемости в процессе интеллектуальной деятельности, сниженной работоспособности, сниженной произвольной регуляции, неустойчивости произвольного внимания, сниженного объема памяти и пониженной точности воспроизведения);
- специальная помощь в развитии осознанной саморегуляции деятельности и поведения, в осознании возникающих трудностей в коммуникативных ситуациях, использовании приемов эмоциональной саморегуляции, в побуждении запрашивать помощь взрослого в затруднительных социальных ситуациях; целенаправленное развитие социального взаимодействия обучающихся с ЗПР;
- учет функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов обучающихся с ЗПР (замедленного темпа переработки информации, пониженного общего тонуса, склонности к аффективной дезорганизации деятельности, «органической» деконцентрации внимания и др.);
- стимулирование к осознанию и осмыслению, упорядочиванию усваиваемых на уроках знаний и умений, к применению усвоенных компетенций в повседневной жизни; формирование читательской культуры;
- применение специального подхода к оценке образовательных достижений (личностных, метапредметных и предметных) с учетом психофизических особенностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР; использование специального инструментария оценивания достижений и выявления трудностей усвоения образовательной программы.

Методы и техники, используемые в программе:

1. *Ролевые игры.* Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).

2. *Дискуссии.* Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.

3. *Рисуночная арт-терапия.* Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).

4. *Моделирование образцов поведения.* Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, нами подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.

5. *Метафорические истории и притчи.*

### **3. Взаимосвязь с программой воспитания**

Программа курса разработана с учетом рекомендаций программы воспитания МОУ Школа №5 г. Черемхово.

Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности общеобразовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС: ценности научного познания — воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учетом личностных интересов и общественных потребностей.

## **Содержание учебного курса**

### **Создание группы**

- способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе;
- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы.

### **Здравствуй, пятый класс!**

- дать возможность детям поближе познакомиться друг с другом, способствовать формированию групповой сплоченности;
- помочь детям прояснить свои цели на время обучения в пятом классе.

### **Находим друзей**

- способствовать формированию навыков взаимодействия в группе;
- помочь детям осознать, какие качества важны в дружбе;
- повысить самооценку детей.

### **Узнай свою школу**

- помочь учащимся ознакомиться со школьными правилами и осознать особенности своего поведения в разных школьных ситуациях.

### **Что поможет мне учиться?**

- помочь участникам группы осознать правила работы на уроке;
- способствовать формированию учебных навыков;
- способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.

### **Легко ли быть учеником?**

- помочь детям осознать, какие качества необходимы хорошему ученику;
- способствовать развитию воображения и навыков совместной деятельности.

### **Чего я боюсь?**

- научить детей распознавать свои школьные страхи помочь найти способы их преодоления;
- снизить школьную тревожность.

### **Трудно ли быть настоящим учителем?**

- расширение и обогащение навыков общения с учителями;
- формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки;
- коррекция мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях.

### **Конфликт или взаимодействие?**

- общение в конфликте конструктивное разрешения конфликтов;
- умение свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.

### **Работа с негативными переживаниями**

- повышение эмоциональной устойчивости детей;
- формирование навыков принятия собственных негативных эмоций;
- формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания.

### **Кто Я, какой Я?**

- способствовать осознанию своих качеств, повышение самооценки

### **Я могу!**

- осознание своих качеств и повышение самооценки.

### **Я нужен!**

- формирование позитивной Я-концепции.

### **Я мечтаю**

- научить детей умению свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.

### **Я - это мои цели!**

- повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков

### **Я – это мое детство**



- формирование позитивной Я-концепции

**Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее**

- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем

**Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. Чувства бывают разные.**

- способствовать рефлексии эмоциональных состояний;
- способствовать адекватному самовыражению.

**Стыдно ли бояться?**

- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем.

**Имею ли я право сердиться и обижаться?**

- формирование навыков принятия собственных негативных эмоций.

**Я и мой внутренний мир. Каждый видит мир и чувствует по – своему.**

- подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека.

**Любой внутренний мир ценен и уникален**

- подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека.

**Кто в ответе за мой внутренний мир. Чему меня могут научить трудные ситуации?**

- подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли

**В трудной ситуации я ищу силу внутри себя и она обязательно найдется.**

- научить находить и использовать психологические ресурсы

**Я и ТЫ. Я и мои друзья**

- обсудить проблемы подростковой дружбы.

**Я и мои «колючки».**

- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

### **Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире.**

- способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.

### **Самое важное – захотеть меняться**

- мотивировать подростков к позитивному самоизменению.

### **Агрессия со стороны. Как на нее реагировать?**

- научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

### **Учимся договариваться.**

- научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

## **Планируемые результаты освоения учебного курса**

В результате изучения данного курса обучающиеся 5 класса получат возможность формирования:

### **Личностных результатов:**

- Определять и высказывать под руководством психолога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).
- В предложенных психологом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и психолога, как поступить.

### **Метапредметных результатов:**

#### *Регулятивные УУД:*

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью психолога.
- Проговаривать последовательность действий.

- Учиться отличать верно выполненное задание от неверного.
- Учиться совместно с психологом и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

*Познавательные УУД:*

- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью психолога.
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, свой жизненный опыт и информацию.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать.

*Коммуникативные УУД:*

- Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Читать и пересказывать текст.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

**Основные результаты**

- Низкий уровень тревожности
- Высокая и нормальная самооценка
- Позитивное отношение к себе и своей личности
- Хорошо сформированные умения общения со сверстниками и взрослыми, в том числе педагогами
- Сплоченный классный коллектив обучающихся с положительной мотивацией к обучению

– Средний и высокий уровень познавательных процессов.

### Тематическое планирование

№	Наименование разделов и тем	Количество академических часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Форма проведения занятий
1	Создание группы	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
2	Здравствуй, пятый класс!	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
3	Находим друзей	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
4	Узнай свою школу	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
5	Что поможет мне учиться?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
6	Легко ли быть учеником?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
7	Чего я боюсь?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
8	Трудно ли быть настоящим учителем?	2	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
9			<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
10	Конфликт или взаимодействие?	2	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
11			<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	
12	Работа с негативными переживаниями	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
13	Кто Я, какой Я?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
14	Я могу!	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
15	Я нужен!	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа

16	Я мечтаю	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
17	Я - это мои цели!	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
18	Я – это мое детство	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
19	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
20	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. Чувства бывают разные.	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
21	Стыдно ли бояться?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
22	Имею ли я право сердиться и обижаться?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
23	Я и мой внутренний мир. Каждый видит мир и чувствует по – своему.	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
24	Любой внутренний мир ценен и уникален	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
25	Кто в ответе за мой внутренний мир. Чему меня могут научить трудные ситуации?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
26	В трудной ситуации	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа

	я ищу силу внутри себя и она обязательно найдется.			
27	Я и ТЫ. Я и мои друзья	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
28	Я и мои «колючки».	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
29	Что такое одиночество?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
30	Я не одинок в этом мире.	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
31	Мы начинаем меняться. Нужно ли человеку меняться?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
32	Самое важное – захотеть меняться	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
33	Агрессия со стороны. Как на нее реагировать?	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа
34	Учимся договариваться	1	<a href="https://biblioschool.ru/">https://biblioschool.ru/</a>	Беседа