

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ г. БРАТСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛИЦЕЙ № 2»**

РЕКОМЕНДОВАНО
внутренним экспертным советом
МБОУ «Лицей № 2»
протокол № 4
от «18» июня 2020 г.

Председатель _____
Кучменко Н.А.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора МБОУ
«Лицей №2» от
«01» сентября 2020 г.

№ 175
Директор МБОУ «Лицей № 2»
_____ Кулешова Ю М



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Адаптация»
для обучающихся 5 класса»**

Направление: социальное

Разработал: Стройнова Татьяна Ильинична,
педагог-психолог,
высшая квалификационная категория

Братск, 2020г.

СОГЛАСОВАНО

от «__» _____ 2020 г.

Зам. директора Н.А. Кучменко

/_____/

Форма организации: коррекционные занятия**Виды деятельности: творческая****Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Адаптация» для 5-х классов составлена в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г., №1897 с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г., № 413) и направлена на достижение результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Лицей № 2».

Цель - способствовать психологической адаптации пятиклассников в условиях средней школы.

Задачи:

1. Формирование у школьников позитивной Я-Концепции, устойчивой самооценки, снижение тревожности.
2. Формирование адекватных форм поведения в новых школьных ситуациях.
3. Развитие социальных и коммуникативных умений в межличностных отношениях друг с другом, с новыми учителями.
4. Создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности.

План внеурочной деятельности МБОУ «Лицей № 2» предусматривает на изучение курса внеурочной деятельности «Адаптация» 0.5 часа в неделю, всего 15 часов в год.

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Адаптация»
ФГОС ООО**

Параллель	Метапредметные		Личностные
5 класс	Регулятивные: Уметь определять необходимые действие (я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения. Обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач; Определять/находить условия для выполнения	<u>Коммуникативные:</u> Уметь задавать вопросы. Слушать и отвечать на вопросы других. Формулировать собственные мысли. Высказывать и обосновывать свою точку зрения. Отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.). Соблюдать нормы	Уметь осознавать свои положительные личностные качества и проявлять способность к их проекции, что приведет к повышению самооценки и снижению уровня тревожности у них

	<p>учебной и познавательной задачи. Наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе самопроверки и взаимопроверки. Уметь анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты; - идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему; - выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат.</p>	<p>публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей. Принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником. Наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки.</p>	
--	--	---	--

Тематическое планирование

№	Наименование темы	Количество часов, отводимых на освоение темы	Форма проведения**
5 класс			
1.	Знакомство	1	Тренинг, беседа
2.	Мой портрет в лучах солнца	1	Арт-терапия, беседа
3.	Я в лице	1	Арт-терапия, беседа
4.	Портрет учителя в лучах солнца	2	Творческая группа
5.	Создай свой клуб	2	Интерактивная игра
6.	Гимнастика для ума	1	Практикум по психогимнастике
7.	Мой талисман	1	Практикум
8.	Подарок самому себе	1	Практикум
9.	Палатка	1	Игра
10.	Чего я боюсь	1	Практикум
11.	Ставим цели	1	Практикум
12.	Придумайте историю	1	Творческая группа

13.	Аппликация	1	Творческая группа
14.	Конфликт или взаимодействие?	1	Тестирование Практикум
15.	Все вместе. Итоговое занятие	1	Беседа Игра

Система оценки достижения обучающимися планируемых результатов

Контрольно-измерительные материалы:

В качестве средств контроля успешности реализации программы планируется использовать:

- тест на тревожность Филлипса в начале учебного года и во второй его половине;
- методика «Поставь оценку другу» (социометрия) в конце года;
- методика изучения уровня развития детского коллектива «Какой у нас коллектив» (автор А.Н. Лутошкин);
- анкета «Обратной связи».

Список литературы

- 1.Адаптация пятиклассников. Книга в газете. – Школьный психолог, 2007, №22.
- 2.Адаптация, понятие и структура. – Дополнительное образование, 2003, №5.
- 3.Беседина М. Зачем человеку правила? – Школьный психолог, 2007, №1.
- 4.Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М.: Генезис, 2000.
- 5.Битянова М.Р. Наши учителя. Игра для пятиклассников. – Школьный психолог, 2002, №6.
- 6.Владимирова Ю. Новичок в средней школе. Программа адаптационных встреч с пятиклассниками. – Школьный психолог, 2004, №9.
- 7.Кривцова А. Без осложнений. Урок психологии как способ адаптации пятиклассников. – Школьный психолог, 2007, №7.
- 8.Коблик Е.Г. Первый раз в пятый класс. Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2003.
- 9.Миклеева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие. – СПб.: Речь, 2004.
- 10.Об обеспечении успешной адаптации ребенка при переходе со ступени начального общего образования – на основную. – Школьный психолог, 2004, №30.
11. Останина Н. Я и школа. Программа развития адаптивных возможностей учащихся при переходе в среднее звено. – Школьный психолог, 2003, №41.
12. Фопель К. Чтобы дети были счастливы: Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста. Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.
13. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения. Практическое пособие. Пер. с нем. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2005.
- 14.Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (5 – 6 классы). – М.: Генезис, 2005.
15. Ясюкова Л.А. Хорошо учиться в школе может каждый. – Психологическая газета, №9/72, 2001.