Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
общеобразовательная школа – интернат
среднего общего образования № 1 г. Пензы
(МБОУ ОШИ №1 г. Пензы)

ПРИНЯТА
педагогическим советом
Муниципального
бюджетного общеобразовательного
учреждения общеобразовательной
школой-интернатом
среднего общего образования №1 г.
Пензы
протокол №8
от «30» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УВР
_____ Н.Г. Пудеева

УТВЕРЖДЕНА
Директор
МБОУ ОШИ №1 г. Пензы
_____ Е.В. Майская
приказ №63- ОП
от «31» августа 2023г.

Рабочая программа
коррекционно-развивающих занятий по курсу «Первый раз в пятый класс» для учащихся 5 класса, обучающихся по адаптированной образовательной программе для детей с ограниченными возможностями здоровья (задержка психического развития)

Пенза 2023

Пояснительная записка

Программа психологических индивидуально-групповых коррекционно-развивающих занятий «Первый раз в пятый класс» для 5 класса составлена на основе Закона «Об образовании №273 ФЗ от 29.12.2012 г., письма Минобрнауки России от 18.08.2017 г. №09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности», Приказе Минпросвещения России от 24.11.2022 №1025 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» в соответствии с требованиями к результатам освоения адаптированной основной образовательной программы основного общего образования для детей с ОВЗ вследствие ЗПР МБОУ ОШИ №1, на основе:

1. Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2003.
2. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.: Речь, 2004. – 248 с, ил.

Программа коррекционного курса «Первый раз в пятый класс» для 5 класса адаптирована для учащихся с ограниченными возможностями здоровья вследствие ЗПР (100% подростков с ОВЗ).

По результатам мониторинга психических процессов, личностной и психоэмоциональной сферы обучающихся получены следующие результаты:

Особенности психических процессов: Отмечается стабильность формирования вербального интеллекта обучающихся. Среди обучающихся: умственный дефект вербальной сферы выявлен у 5 учащихся (Бондырева У., Кириллин О., Оваденко В., Песков А., Сучков К.); 3 ученика с пограничным уровнем вербального интеллекта (Серова Д., Хлыстов Б., Череменская О.), остальные обучающиеся продемонстрировали уровень развития вербального интеллекта выше среднего.

Уровень невербального интеллекта обучающихся:

Умственный дефект	Пограничный уровень	Сниженная норма интеллекта	Средний уровень интеллекта	Хорошая норма интеллекта
2 человек	3 человека	7 человек	10 человек	1 человек

Особенности психоэмоциональной сферы: Повышенный уровень тревожности выявлен у 5 учеников (Захарова П., Оваденко В., Решетникова А., Серова Д., Сучков К.).

Особенности личностной (волевой) сферы: Личностная сфера обучающихся формируется на протяжении всего периода обучения в

начальной школе, самооценка стабилизировалась у 4 обучающихся, у некоторых обучающихся самооценка и притязания в стадии формирования.

Негативное отношение к школе выявлено у троих обучающихся (Злотко И., Решетникова А., Яковчук М.). Впервые выявлено негативное отношение у Злотко И. и Решетниковой А., возможна ситуативная реакция. У троих обучающихся выявлена низкая школьная мотивация (Песчаскин Д., Ротачева А., Сучков К.). У Сучкова К. мотивация снижена в динамике, возможно наличие дезадаптапциию. Все остальные обучающиеся 4 класса продемонстрировали положительный/хороший/высокий уровень школьной мотивации. У 9 обучающихся повысился уровень школьной мотивации по сравнению с 2022 годом.

Таким образом, занятия по программе выстроены с учетом психологических, физиологических и возрастных особенностей детей подросткового возраста, уровнем усвоения ими информации, специфики каналов восприятия информации. Адаптированная программа выстроена на основе метода активного обучения (группового тренинга), направленного на помощь пятиклассникам в адаптации при переходе в среднее звено. В пятом классе ученики сталкиваются с новыми социальными, учебными условиями, что затрудняет личностное развитие и межличностные отношения ребят, и, как правило, сопровождается появлением разного рода трудностей – появлением неуверенности, страхов, частых волнений в ситуациях, связанных с решением каждодневных задач. Обучающиеся, имеющие сниженную школьную мотивацию, нереалистичную самооценку, повышенный уровень тревожности включены в группу коррекционно-развивающих занятий по курсу «Первый раз в пятый класс».

Цель данной программы - создание социально-психологических условий для адаптации учащихся пятых классов в ситуации школьного обучения, которые позволят ребёнку успешно функционировать и развиваться в школьной среде, создание условий для развития интеллектуальной, эмоционально-волевой сфер.

Задачи программы:

1. формирование у детей позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности;
2. развитие волевого самоконтроля, самостоятельной регуляции деятельности;
3. формирование устойчивой учебной мотивации детей;
4. повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков; освоение детьми школьных правил;
5. выработка норм и правил жизни класса;
6. развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы;
7. развитие мышления, самостоятельной познавательной активности и мыслительной деятельности.

Место коррекционного курса в учебном плане: коррекционный курс ведется в рамках внеурочной деятельности коррекционно-развивающей области.

Психологическое сопровождение заключается в организации цикла занятий, которые проводятся в течение года 1 раз в неделю с одной подгруппой 5 класса, имеющими эмоционально-волевые, личностные трудности.

Содержание коррекционного курса:

Название раздела	**Количество тем**	**Количество часов**
1 этап. Формирование групповой сплоченности, навыков поведения новых школьных ситуациях, умению ориентироваться в школьных ситуациях.	1	1
2 этап. Работа с актуальными проблемами пятиклассника: принятие правил школы и класса, установление норм взаимоотношений со сверстниками в классе, преподавателями и другими сотрудниками школы.	5	5
3 этап. Формирование представлений о критериях оценки, о критериях оценивания соблюдений правил поведения. Формирование адекватной самооценки и правильного отношения к результатам деятельности. Работа над принятием своих негативных чувств. Обучение приемам снижения напряжения.	8	8
4 этап. Формирование учебных навыков по самоорганизации и самоконтролю в учебной деятельности. Развитие коммуникативных умений, выявление конструктивных способов поведения в конфликтной ситуации. Работа со школьной тревожностью.	17	19
5 этап. Осмысление личных целей. Рефлексия.	1	1

Планируемые результаты освоения коррекционного курса:

1. Повышения качества сотрудничества в групповой работе,
2. Стабилизация самооценки обучающихся,
3. Формирование позитивного отношения к школе, стабилизация мотивационной стороны личности как отношения к учебной деятельности,
4. Снижение уровня конфликтности,
5. Формирование самоконтроля: эмоционального, поведенческого.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

Индивидуально-групповые коррекционно-развивающие занятия по адаптации учащихся 5 класса «Первый раз в пятый класс».
Количество часов в неделю - 1 час
Всего часов по программе – 34 часа
Всего часов в учебном году – 34 часа

№	Тема	Цель	Наглядный материал	Количество часов
1.	Вводное занятие.	Способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе.	Небольшие листочки для подготовки визиток, цветные карандаши. Стакан, наполненный на половину водой.	1
2.	Здравствуй 5 класс!	Способствовать формированию групповой сплоченности.	Мяч. Таблички с ответом «да», «нет». Бланки «Мои цели», бланки «Солнышко».	1
3.	Пятый класс: что нового?	Развитие умения видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моментов происходящем. Развитие умения конструктивного реагирования на школьные моменты.	Мяч.	1
4.	Правила школьной жизни	Помочь участником группы осознать правила работы на уроке. Способствовать формированию учебных навыков. Способствовать самораскрытию и развитию эмпатии.	Таблички с ответом «да», «нет». Листы бумаги.	1
5.	Наш класс	Способствовать формированию навыков взаимодействия в группе. Помощь в осознании учащимися качеств важных в дружбе. Развитие адекватной самооценки.	Мяч. «портреты в лучах солнца». Доска для написания поговорок и пословиц.	1
6.	Наши учителя, школьные предметы	Помощь учащимся в осознании различных форм поведения в разных школьных ситуациях.	Листы бумаги, цветные карандаши.	1
7.	Психологическая аптечка	Создание условий для поиска приемов самопомощи в эмоциогенных ситуациях	Бумага, карандаши, фломастеры, ватман, маркер, скотч	1
8.	Оценка. Как ее выставляют?	Помощь учащимся осознать ценность оценки как анализ результата деятельности. Выработка общих критериев оценивания и познакомить с критериями оценивания учителей-предметников.	Мяч.	1
9.	Легко ли быть учеником.	Помочь учащимся осознать, какие качества необходимы хорошему ученику.	Бумага, кисти и краски.	1

10.	Легко ли быть учеником (продолжение)	Способствовать развитию воображения и навыков совместной деятельности.	Бумага, цветные карандаши.	1
11.	Чего Я боюсь?	Научить учащихся распознавать школьные страхи. Помощь в нахождении способов их преодоления.	Таблички с ответом «да», «нет». Листы бумаги, цветные карандаши.	1
12.	Наши учителя.	Расширение о обогащение навыков общения с учителями. Коррекция мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях.	Мяч. Доска.	1
13.	Трудно ли быть настоящим учителем?	Расширение и обогащение навыков с учителями. Формирование правильного отношения к оценке. Помощь в осознании критериев оценки. Коррекция мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях.	Бумага, цветные карандаши. Карточка с геометрическими фигурами.	1
14.	Трудно ли быть настоящим учителем? (продолжение).	Расширение и обогащение навыков с учителями. Формирование правильного отношения к оценке. Помощь в осознании критериев оценки. Коррекция мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях.	Мяч.	1
15.	Конфликт или взаимодействие?	Развить навыки общения и разрешения конфликтов. Способствовать формированию навыков взаимодействия в группе.	Мяч. Плакат с изображениями эмоций.	1
16.	Конфликт или взаимодействие? (продолжение).	Развить навыки общения и разрешения конфликтов. Способствовать формированию навыков взаимодействия в группе.	Мяч. Плакат с «Правилами обсуждения».	1
17.	Работа с негативными переживаниями.	Повысить эмоциональную устойчивость негативных эмоций. Формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания.	Плакат с изображениями эмоций. Листы бумаги, цветные карандаши. Повязки на глаза.	1
18.	Я- это мои цели.	Освоение навыков целеполагания.	Мяч. Доска.	1
19.	Ставим цели	Помощь детям в осмыслении личных целей на период обучения в пятом классе.	Изображение символа «Инь-Янь». Мяч. Небольшие листы бумаги. Бланки «Мои цели». Доска.	1
20.	Вот я какой!	Расширения представлений о себе и своих одноклассниках. Научение принимать другого человека и находить в нем положительные качества. Создание условий для развития коммуникативных способностей учащихся.	Анкеты. Мяч.	1
21.	Я имею права	Выработка навыков контроля над	Мяч. Доска.	1

	чувствовать и выражать свои чувства.	собственными эмоциями.		
22.	Мой внутренний мир.	Осознание целостности и многогранности каждой личности, сходств и различий людей.	Мяч.	1
23.	Я и мои недостатки и мои достоинства. Я, мои права и мои обязанности.	Актуализация представлений о человеческих слабостях и достоинствах как неотъемлемых сторонах личности. Развитие умения объективно оценивать сильные и слабые стороны своего характера. Формирование преодолевать свои слабости, развивать достоинства. Актуализация представлений о правах и обязанностях. Развивать убеждение о необходимости уважать права других и отстаивать свои права. Осмысливать полученный результат.	Мяч, бумага, цветные карандаши. Пиктограмма «Мой дракон», ручки.	1
24.	Мои способности.	Способствовать самопознанию и самопринятию, умению адекватно оценивать свои возможности. Формировать умение рационально анализировать свои сильные и слабые стороны.	Мяч.	2
25.	Я и мои привычки.	Актуализация представлений о привычках, их связи с индивидуальными особенностями и повседневными обязанностями людей. Формирование убеждений о преимуществах предварительного планирования предстоящих дел.	Мяч, Литы бумаги, цветные карандаши.	1
26.	Мир информации.	Развитие навыков уверенного поведения. Формирование основных способов самопознания.	Бумага, цветные карандаши.	2
27.	Я и мои близкие.	Развитие представлений о роли близких в жизни человека. Формирование убеждения о том, что близкие могут быть опорой в жизни, а так же стремление самому оказывать помощь.	Мяч, лист ватмана, бумага, цветные карандаши.	1
28.	Наша сила в том, что мы разные.	Расширение представлений учащихся о себе и своих одноклассниках, научиться принимать другого человека и находить в нем положительные качества. Создать условия для развития коммуникативных способностей учащихся.	Мяч. Доска.	1
29.	Какой он-	Способствовать формированию	Мяч.	1

	настоящий друг?	навыков взаимодействия в группе. Развитие адекватной самооценки учащихся.		
30.	Школа, в которой хотелось бы учиться.	Помочь детям в осмыслении личных целей на период обучения в пятом классе.	Мяч. Листы бумаги. Цветные карандаши.	1
31.	Наши классные уголки. Мои переживания в школе.	Формирование необходимых психологических средств для адаптации. Развитие навыков уверенного поведения. Помощь учащимся осознавать свои чувства, страхи в школьной жизни. Определение способов преодоления страхов.	Мяч. Анкеты. Доска. Мел. Цветные карандаши. Бумага.	1
32.	Заключительное занятие.	Закрепление полученных знаний.	Мяч. Доска.	1
Общее количество часов				34

Использованная литература:

1. Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2003.
2. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.: Речь, 2004. – 248 с, ил.