

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«средняя общеобразовательная школа №103 г. Челябинска»

«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ № 103

А.А. Першин

Приказ №31/4 от 01.10.2015

Программа психолого-педагогического сопровождения
пятиклассников в период адаптации к среднему звену

«В гармонии с миром и самим собой»

Составитель:
Педагог-психолог
Пеннер Я.А.

Пояснительная записка

Сохранение психологического здоровья учащихся на современном этапе развития Российского общества является целью и критерием успешности модернизации народного образования. Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей как в социально-психологическом, так и в физиологическом плане.

Современное общество формирует новую систему ценностей, в которой обладание знаниями является необходимым, но далеко не достаточным результатом образования. Оно нуждается в человеке, способном мыслить самостоятельно, быть готовым как к индивидуальному, так и к коллективному труду, осознавать последствия своих поступков для себя, для других людей и для окружающего мира.

Приоритетным направлением ФГОС второго поколения является развитие потенциала личности.

Одна из очевидных задач школьного образования — помочь ученикам освоить такие способы действия, которые окажутся необходимыми в их будущей жизни.

Человек (особенно это касается формирующейся личности) должен уметь успешно работать в группе, обладать немалой коммуникативной компетентностью, уметь выслушивать коллег и противников, убеждать словом, грамотно отстаивать свою точку зрения, конструктивно взаимодействовать с другими людьми, с окружающим миром, с самим собой.

Как научить детей сотрудничать? Как сделать, чтобы в педагогическом процессе учитель и ученик стали действительно сотрудниками?

Освоение педагогики взаимодействий — это увлекательный непростой путь, предполагающий постоянную работу над собой. Результат этой работы должен приносить радость и учителю, и ученику. Тогда обучение становится процессом сотворчества, помогающим совершенствованию и самореализации личности.

Сегодня умение общаться, сохраняя хорошие отношения с другими людьми, становится самым важным. К сожалению, многие дети ни в семье, ни в социальном окружении так и не приобретают этого необходимого социального навыка, и порой только учителя могут научить детей разрешать конфликты, слушать и понимать других, уважать чужое мнение и не в последнюю очередь — следовать социальным нормам и правилам.

Необходимо учитывать особенность возраста, и обратить на него внимание. Опираясь на концепцию периодизации детского развития Э.Эриксона в данном возрасте необходимо развитие личностных качеств, позитивных понятий о самих себе, умения конструктивного действия в конфликтных ситуациях. В периодизации — 11 лет характеризуется кризисом отношений,

формируются формы общения со сверстниками. Как пишет Дж. Липсиц, этот возраст, стратегически важнейший с воспитательной точки зрения, чрезвычайно чувствителен не только к негативным влияниям социума, но и к культурным ценностям, определяющим в дальнейшем главные жизненные выборы - в области образования, качества личных отношений, социальных ориентации, здоровья.

Актуальность и социальная значимость данного курса состоит в том, что он призван помочь растущему человеку в постижении норм человеческих отношений и на основе их искать путь самовоспитания, саморазвития.

Срок реализации программы: 1 год

За основу взяты программы: О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему я: уроки психологии в средней школе», Н.Слободчик «Уроки общения для младших подростков»

Адресат программы: учащиеся 5 класса.

Цель программы: освоение учащимися норм нравственного отношения к миру, людям, самим себе, формирование положительной коммуникативной деятельности и саморегуляции.

Задачи программы:

1. Обучать распознавать свои чувства и выражать их. (Л)
2. Обучать доступным приемам саморегуляции (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности). (Р)
3. Развивать умения успешно взаимодействовать с окружающим социумом. (К)
4. Обучать осознанному произвольному построению речевого высказывания. (П)
5. Развивать у обучающихся компетентность в вопросах нормативного поведения и самостоятельности действий по инструкции педагога. (Р)
6. Создать атмосферу принятия и взаимопонимания в детском коллективе. (Л)
7. Формировать положительную мотивацию к учению, речевую активность у школьников в условиях совместной учебно-игровой деятельности. (Л), (К)
8. Повышать самооценку(Л)
9. Развитие рефлексии через самоанализ своего характера, его сильных и слабых сторон. Построение плана развития и приобретения положительных черт характера. Развитие “Я” – концепции. (Л)
10. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами. (К)

2. Тематический план программы

Тематический план программы

№	Наименование разделов/ модулей, тем	Всего, час	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			теоретиче ские	практичес кие	
1.	Я и мой внутренний мир	7			Групповая работа Индивидуальная работа
1.1	Кто я, какой я?		1	1	
1.2	Самооценка		1		
1.3	Каждый видит мир и чувствует по-своему		1		
1.4	Уникальность моего мира		1	1	
1.5	Границы моего Королевства			1	
1.6	Мои внутренние друзья и внутренние враги Ярмарка достоинств				
2.	Я и ты	7			Групповая работа Работа в малой группе
2.1	Я глазами других		1		
2.2	Ищу друга			1	
2.3	Я и мои друзья		1		
2.4	Я и мои «колючки»		1		
2.5	Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире		1		
2.6	Планета друзей			1	
2.7					
3	Позитивное общение	6			Групповая работа
3.1	Почему люди ссорятся?		1		
3.2	Дружелюбие		1		
3.3-	Решение проблем и конфликтов		1	1	
3.4	Умение слушать других		1		
3.5	Умение ладить с другими		1		

4	Проблемы общения	8			Групповая работа
4.1	Пойми меня		1		
4.2	Мои проблемы		1		
4.3	Обиды		1		
4.4	Критика		1		
4.5	Комплименты или		1		
4.6	лесть?		1		
4.7	Груз привычек		1		
4.8	Агрессия и гнев Азбука перемен		1		
5	Культура поведения	5			Групповая работа
5.1	Зачем нужен этикет?		1		
5.2	Приветствия			1	
5.3	Умение вести беседу		1		
5.4	Телефонный разговор		1		
5.5	Принимаем гостей			1	
6	Итоговое занятие	1	1		Работа в малых группах
Итого:		34			

3. Содержание программы

Я и мой внутренний мир (7 часов)

Кто я, какой я? Самооценка. Каждый видит мир и чувствует по-своему. Уникальность моего мира. Границы моего Королевства. Мои внутренние друзья и внутренние враги

Ярмарка достоинств

Я и ты (7 часов)

Я глазами других. Ищу друга. Я и мои друзья. Я и мои «колючки». Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире. Планета друзей

Позитивное общение (6 часов)

Почему люди ссорятся? Дружелюбие. Решение проблем и конфликтов. Умение слушать других. Умение ладить с другими

Проблемы общения

Пойми меня. Мои проблемы. Обиды. Критика. Комплименты или лесть? Груз привычек. Агрессия и гнев. Азбука перемен.

Культура поведения (5 часов)

Зачем нужен этикет? Приветствия Умение вести беседу. Телефонный разговор. Принимаем гостей

Итоговое занятие (1 час)

4. Предполагаемые результаты

Ожидаемые результаты.

В результате реализации программы организации внеурочной деятельности на основе базовой модели дополнительного образования ожидается повышение результатов, как личностных, так и предметных и метапредметных.

Личностные результаты включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности.

Метапредметные результаты включают освоение обучающимися универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных и коммуникативных), обеспечивающих овладение ключевыми компетенциями.

Таким образом, в ходе реализации данной программы ожидается:

- профилактика дезадаптации у учащихся среднего звена в результате создания благоприятных условий для успешной адаптации;
- улучшение условий для развития личности и самореализации каждого ребенка;
- увеличение числа детей, охваченных организованным досугом;
- воспитание у детей толерантности, навыков здорового образа жизни;

Предполагаемый результат реализации программы:

Результативность работы определяется по итогам сравнительного анализа данных первичной и итоговой диагностики:

1. Методика изучения коммуникативных умений.
2. Развитие регуляции и самоконтроля деятельности.
3. Уровень учебной мотивации.
4. Уровень самооценки.
5. Изучение нравственной воспитанности.

Условия реализации программы:

1. Занятия по программе проводятся в групповой форме на базе ОУ 1 раз в неделю (по 30 -40 минут).
2. Занятия проводятся в кабинете.

Занятия по форме напоминают тренинги, где через специальные упражнения и ролевые игры участники овладевают навыками эффективного общения. На занятиях у ребят есть возможность получить конкретные знания, осознать и

решить свои личные проблемы, а также выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение.

Формы и методы организации работы.

В основе обучения лежит ролевой принцип. Собеседники должны осознавать свои ролевые позиции. Игровой принцип обучения соответствует возрастным особенностям ребенка. Формы работы: групповые игры, ролевые игры, рисование, тесты.

Занятия строятся в доступной и интересной форме. Используются методы: техники и приемы саморегуляции, рисуночные методы, метод направленного воображения, игры, элементы сказкотерапии, коммуникативные игры, когнитивные методы, дискуссионные методы

Программа рассчитана на 34 часа. Занятия по программе проходят 1 раз в неделю..

Срок реализации программы – 1 год. Программа предназначена для детей 11-12 лет, так как именно этот возраст является наиболее благоприятным для нового отношения к себе и миру, социальных чувств.

5. Методические рекомендации

Учитывая специфику предлагаемого детям материала, возрастные особенности учащихся, необходимо оговорить методические рекомендации к работе по программе. Успешному овладению детьми полученной информации, созданию благоприятных условий для развития коммуникативных навыков способствует наличие:

- оборудованного кабинета для психологических занятий;
- ТСО (мультимедийного проектора, магнитофона, аудиозаписей релаксационной музыки, мультфильмов);
- игрушек, масок, элементов костюмов, используемых в процессе игродраматизаций и в работе над сказками;
- методических разработок дидактических и творческих игр, раздаточных и наглядных пособий.

Успешность освоения программы во многом зависит от верно выбранных методов преподавания. Так, в работе по программе используются следующие методы, методики и приемы обучения:

1. сказкотерапия;
2. игровые приемы.

Хорошо послужат сказки и игры -такие знакомые и родные, а потому безопасные и успокаивающие. Чтобы использовать силу зрительных образов, в работе предполагается не только чтение сказок, но и просмотр мультфильмов. Важно соблюсти один из законов эффективности работы –

«закон тройного прикосновения». Важной частью занятия является обсуждение мультфильма, сказочной истории, игры

Особое внимание следует уделить применению на занятиях дидактических материалов и наглядных пособий (карточек с изображением различных эмоциональных состояний, раздаточный материал для игр, иллюстраций к сказкам и т.д.)

Одной из возрастных особенностей детей данной группы является появление способности к рефлексии и саморефлексии. Данный процесс необходимо поддерживать комментариями и групповым обсуждением психолога и детей сказок, игр, а также сложившихся ситуаций.

Список литературы.

1. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Часть 1–4. — М.: Генезис, 2006.
2. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе М: Гегезис, 2005