

Согласовано

Утверждаю

Заместитель директора по УВР

Директор МБОУ «СОШ № 4»

Курбат / Курбанова С. А. /
ФИО

[Signature]
ФИО



« 31 » 08 2016 г.

Приказ № 362 от
« 01 » 09 20 16 г.

Рабочая программа
кружка по социальной адаптации
«Тропинка к своему Я»
(5-е классы)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по социальной адаптации «Тропинка к своему Я» разработана на основе коррекционно-развивающей программы О.Хухлаевой социально-психологической направленности для учащихся 5-х классов.

В подростковом возрасте может возникнуть огромное количество проблем и нарушений развития. Поэтому для структурирования психологической поддержки необходимо четко определить ее цель – душевное или, как принято говорить, психологическое здоровье подростков, а затем определить формы психологической поддержки.

Пятый класс для учащихся является довольно сложным периодом, так как они переходят к новым условиям обучения в среднем звене, требующим от них некоторой адаптации.

В начальной школе дети привыкают исполнять требования в основном одного учителя, находиться в сфере его постоянного внимания и контроля. Поэтому в средней школе можно ожидать, что у части учащихся возникнут трудности при необходимости следовать требованиям разных учителей. Некоторые им будут казаться слишком строгими, а некоторые – мягкими, которых можно не слушаться. Ученикам может быть трудно самостоятельно без строгого контроля организовать свое рабочее место, провести перемену «без ущерба для своего здоровья», дойти до столовой и обратно. Необходимо обратить особое внимание на обучение пятиклассников пользованию своими новыми свободами. Иначе можно ожидать резкого возрастания драк на переменах.

В учебной деятельности можно ожидать, что у некоторых учащихся произойдет временное снижение успеваемости за счет того, что им придется привыкать к формам и методам обучения, принятым в средней школе. Однако высокий познавательный интерес, присущий детям в этом возрасте, стремление хорошо учиться помогут им восстановить привычную успеваемость к концу второй четверти.

Следует помнить, что с этого времени активизируются процессы взросления, начинает понемногу возрастать агрессивность. Учащиеся будут стремиться доказать окружающим и себе свою взрослость, иногда социально неприемлемыми способами. Это может проявляться в демонстративном употреблении ненормативной лексики. Или в столь же демонстративном противостоянии требованиям взрослых. В классе может появиться негативный лидер. Имеется в виду, что кто-то из учеников будет стремиться возглавить остальных в их борьбе против требований взрослых.

Следует ожидать существенных изменений в межличностных отношениях внутри класса: перераспределение дружеских компаний, появления некоторого антагонизма между мальчиками и девочками при возрастании интереса друг к другу. Это понятно, поскольку взаимоотношения становятся более осознанными, и на них начинает влиять начавшееся подростковое сексуальное созревание. Могут появиться изгои, то есть учащиеся, на которых будут направляться агрессивные выпады со стороны почти всех учащихся. Интересно, что если при помощи

взрослого ребенок выходит из позиции изгоя, класс достаточно быстро «выбирает» следующего. Можно заключить, что изгой необходим для канализации агрессии классам с низким уровнем развития коллектива.

Начало процесса взросления учащихся обычно с неудовольствием воспринимается родителями, которые относят новые проявления в поведении своих детей к их недостаткам. Поэтому некоторые учащиеся к концу 5 класса начинают считать, что они стали «хуже, непослушнее», что может привести к снижению их самооценки. Полезно во второй половине учебного года особое внимание обратить на осознание учащимися начала своих изменений, подвести их к пониманию обязательности и позитивности изменений.

В отношении родителей многие подростки занимают противоречивую позицию. С одной стороны, они активно отстаивают самостоятельность. С другой – требуют любви и внимания, тоскуют по детской позиции. У некоторых может появиться страх взросления, внешне не всегда проявляемый. В это время дети активно начинают осваивать внутренний мир. Но они сами еще плохо в нем ориентируются, не уверены в его устойчивости. Поэтому любые предъявления подростками своих взглядов, представлений, мнений необходимо принимать очень бережно, безоценочно, с уважением. Полезно стимулировать любые процессы по исследованию подростками самих себя.

Цель программы: развитие социально-личностной сферы детей младшего подросткового возраста при переходе в среднее звено, формирование и развитие УУД.

Задачи:

1. Изучить особенности развития и состояния здоровья ребенка, характер внутрисемейных отношений.
2. Развивать у детей навыки общения, толерантности
3. Формировать доброжелательное отношение к себе и окружающим.
4. Научить понимать свои чувства и чувства других людей.
5. Способствовать успешной адаптации ребенка при переходе в среднее звено.

Принципы проведения занятий.

- Создание психологом лично-ориентированного стиля общения с учащимися.
- Принцип эмоционального комфорта: создание на занятиях атмосферы, помогающей раскрывать творческий потенциал детей.
- Принцип сотрудничества: формирование новых знаний в ходе совместной работы психолога с учащимися.
- Принцип вариативности, гибкости: готовность психолога проводить занятия, учитывая нестабильность и непредсказуемость поведения детей.
- Принцип «здесь и теперь»: работа с «живым содержанием» (с ситуациями из реальной жизни детей, в том числе возникающими непосредственно на занятиях).

Программа «Тропинка к своему Я» рассчитана на детей 10 -12 лет и состоит из занятий, которые проводятся 1раз в неделю. Продолжительность занятия 45 минут.

Предполагаемые результаты программы:

1. Учащиеся приобретут навыки общения друг с другом.
2. Дети станут более доброжелательны друг к другу.
3. Улучшится социометрический статус некоторых учащихся.
4. Развитие детей, формирование УУД.

Контроль результатов освоения программы будет осуществляться с помощью диагностического исследования (социометрия, ЦТО).

Структура занятий:

1. создание и обсуждение проблемной ситуации.
2. Доверительная беседа с детьми на волнующие темы.
3. Рисование своих проблем (снятие напряжения, диагностика детских тревог).
4. Обучение навыкам самопомощи в напряженных ситуациях, формирование волевой регуляции поведения: подвижные игры, релаксационные упражнения, активные действия.

Содержание занятий носит вариативный характер и может быть изменено в зависимости от конкретных проблем детей.

Учебно-тематический план

Количество часов:

всего 34 часа, в неделю 1 час.

№ п/п	Наименование разделов (блоков, модулей, тем)	Всего часов
1	«Я – это Я»	9
2	«Вместе мы сила»	7
3	«Я и ты»	10
4	«Мы начинаем меняться»	8
Итого:		34

Календарно- тематический план

№ п/п	Тема Занятия	Дата занятия по факту	Дата занятия по плану	Корректировка
Тематический блок «Я- это Я»				
1	Знакомство. Кто я? Какой Я?			
2	Я – могу.			
3	Я нужен.			
4	Я мечтаю.			
5	Я – это мои силы.			
6	Я – это мое прошлое.			
7	Мои страхи.			
8	Мое имя.			
9	Я – это Я			
Тематический блок «Вместе мы сила»				
10	Мы разные.			
11	Конфликты вокруг нас.			
12	Что такое дружба?			
13	Находим друзей.			
14	Я среди одноклассников.			
15	Мальчики и девочки.			
16	Вместе мы сила.			
Тематический блок «Я и ты»				
17	Моя уникальность.			
18	Мои способности.			
19	Мой внутренний мир.			

20	Трудные ситуации и моя сила			
21	Уроки трудных ситуаций.			
22	Я и мои «колючки».			
23	Что такое одиночество?			
24	Как выглядит агрессивный человек?			
25	Конфликты и их роль в усилении Я.			
26	Учимся договариваться.			
Тематический блок «Мы начинаем меняться»				
27	Зачем человеку уверенность в себе?			
28	Уверенность и неуверенность.			
29	Источники уверенности в себе.			
30	Грани уверенности.			
31	Самоуважение, милосердие и непокорность.			
32	Ценности и их роль в жизни человека.			
33	Мои ценности и ценности нашего класса.			
34	Я повзрослел.			