

Муниципальное казённое учреждение дополнительного образования
«Районный центр диагностики и консультирования для детей, нуждающихся
в психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»,
г. Козельск Калужской области

Принято на педагогическом совете

«УТВЕРЖДАЮ»

протокол № 1

Директор МКУ ДО РЦДиК г. Козельск

от 30.08.2024 г.

_____/А.С. Матюшина/

Приказ №3 от 30.08.2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ И
ПРЕВЕНТИВНОЙ ПЕДАГОГИКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И
ПОДРОСТКОВ
*социально-гуманитарной направленности***

«Новичок в среднем звене»

Возраст обучающихся 10-12 лет

*Авторы: педагог-психолог Ушатова Т.Е.
педагог-психолог Матюшина А.С.
педагог-психолог Ларчиков С.Н.*

г. Козельск, 2024 г.

1. Пояснительная записка.

Актуальность

1. **Проведение тренингов в школе** — важная и нужная форма работы психолога. Тренинги могут быть как тематическими, направленными на разрешение возникших трудностей в классе, так и регулярными, ставящими своей целью развитие определенных психологических навыков: эффективного общения, повышения уровня толерантности, укрепления лидерских качеств, развития креативности и так далее. Для детей подросткового возраста тренинги или групповая работа совершенно необходимы, поскольку они, как правило, помогают решать задачи собственного кризиса: поисков «Я», установления взаимоотношений с окружающим миром и понимания истоков собственной агрессии, тревоги, страхов.

К сожалению, в настоящее время все большее число детей оказывается в положении острого социального неблагополучия. Плохая экология, рост социальной агрессии, экономические проблемы, распространение наркотиков, нестабильность семьи, родительская некомпетентность – эти и многие другие факторы становятся внешними ограничителями процесса развития ребенка. Наличие деструктивных проблем не только мешает гармоничному развитию личности ребенка, но и часто ограничивает его образовательные возможности. Мировая и отечественная практика показывает, что наличие развитой психологической службы, обеспечивающей сопровождение личности ребенка, является необходимым условием развития системы образования в целом.

Важнейший фактор, неблагоприятно влияющий на детей, - это нестабильность, помимо общего фактора нестабильности, среди возможных психотравмирующих условий необходимо отметить быстроту социальной ситуации. В особенности это касается изменения социального статуса и благосостояния людей. Резкое увеличение уровня дохода, так же как его уменьшение, можно рассматривать как психотравмирующий фактор, как для родителей, так и для их детей.

Сказывается и кризис, испытываемый семьей. Кроме того, типичной становится одинокая семья, в процессе социализации ребенка в которой он находится при дефиците общения со сверстниками. Чаще всего педагоги имеют дело с ребенком с внешними признаками взрослости (интеллектуализм, излишний рационализм) при внутренней социальной незрелости и инфантилизме. В целом же для современных российских условий характерна широкомасштабная социальная депривация (то есть лишение, ограничение или недостаточность тех или иных условий, материальных и духовных ресурсов, необходимых для выживания, полноценного развития и социализации детей), приводящая к ухудшению здоровья детей: физическому, психическому, социальному. Поэтому можно утверждать, что сегодня здоровье практически всех детей требует внимания и помощи взрослых: врачей, психологов, педагогов.

Цель и задачи курса

Цель курса - оказание психолого-педагогической поддержки учащимся 5-х классов в период их адаптации к условиям обучения в средней школе.

Задачи курса:

1. Формирование у учащихся представлений об умениях, навыках обучения в среднем звене; навыков взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других; адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, развитие навыка уверенного поведения; представления о себе как о человеке с большими возможностями развития.
2. Ознакомление учащихся с системой самоорганизации для оптимального выполнения домашних заданий и других учебных требований; с разными формами коммуникации; с нормами и правилами поведения на новом этапе их школьной жизни.

3. Создание условий для снижения тревожности; выполнения упражнений в игровой форме, проведения дискуссий; развития навыков сотрудничества со сверстниками, умения соревноваться с другими, адекватно и разносторонне сравнивать свои результаты с успешностью других; выработки на основе собственного опыта норм поведения и общения.

Адресат

Учащиеся 5–х классов, в возрасте от 10 до 12 лет.

Обоснование структуры и принципы отбора обучения

Данный курс состоит из практических и теоретических занятий. Занятия начинаются с теории, где детям рассказываются основные понятия по теме. После теоретического занятия начинается практическое занятие, на котором дети закрепляют полученные знания. По такому принципу построены все занятия по курсу «Новичок в среднем звене».

Основные методы обучения, виды деятельности учащихся

Основными методами обучения является: диалог, разбор проблемных ситуаций, мозговой штурм, создание проектов, конспектирование, обучение через общение, игровая деятельность, проблемное обучение, активные методы учения, рисуночная арт-терапия, психологический анализ сказок, притч, конкретных жизненных ситуаций.

Формы проведения занятий

Групповые занятия проводятся с использованием приемов игровой терапии, арт-терапии, в форме тренингов. Группы формируются до 12 человек. На тренинге организуется специальное взаимодействие между учащимися, что позволяет развивать и корректировать особенности личности, приобретать знания, умения и навыки в процессе общения и осознания каждым членом тренинговой группы своих чувств и действий.

Создание образовательного продукта

В ходе реализации курса детьми должны быть написаны конспекты по темам, создаваться общие проекты, составляться психологические портреты, детьми должны быть созданы рисунки, заполнены диагностические бланки, дети должны научиться самостоятельно решать проблемы.

Определение критериев, позволяющих оценить успешность освоения программы курса

Успешность освоения программы курса указывает на динамику развития учащегося. Динамика развития оценивается по 3-м критериям: положительная динамика, незначительная динамика и отсутствие динамики. Положительная динамика показывает на то, что у ребенка нормальная адекватная самооценка, сформировано ответственное отношение к учению, ребенок готов само развиваться, у него сформировано целостное мировоззрение, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, ребенок осознает правила поведения в школе, в обществе. Незначительная динамика показывает, что ребенок усвоил программу не до конца, а отсутствие динамики показывает, что учащийся совсем не освоил программу.

Прогнозируемые знания, умения и навыки

В ходе реализации курса у учащихся должно: сформироваться ответственное отношение к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и

самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, сформироваться целостное мировоззрение, уметь осознанно, уважительно и доброжелательно относиться к другому человеку, его мнению, культуре, мировоззрению, языку, учащиеся освоят социальные нормы, правила поведения в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества, сформируется коммуникативная компетентность в общении со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, уметь самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, уметь самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; знать основы самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Режим работы

Продолжительность занятий 45 минут. В каждой школе проводится 1 занятия в неделю. Направленность курса: социально-педагогическая.

Оборудование

На занятиях использовались: мультимедийный проигрыватель, интерактивная доска, компьютер, карандаши, ручки, краски, магниты, коробка «Эмоции», таблички со смайликами, плакаты, карточки «Эмоции», фломастеры, мяч.

2. Тематическое планирование.

КУРС «НОВИЧОК В СРЕДНЕМ ЗВЕНЕ»				
№	Тема	Содержание	Кол-во часов	Примечание
1.	«Что такое 5 – й класс?»	Познакомить детей с целями занятий, формой работы; принять правила поведения на занятии; профилактика проблем адаптации; мобилизация внутреннего ресурса, умения самостоятельно проявлять активное участие и сотрудничать со сверстниками в дискуссиях.	1 ч.	Практико-теоретическое занятие
2.	«Познай себя»	Создать у учеников мотивацию на самопознание; способствовать развитию самопознания, рефлексии у учащихся и уверенности в себе. Формировать позитивное отношение к своим возможностям, принятие себя и стремление к совершенствованию.	1 ч.	Практическое занятие
3.	«Понимаем ли мы друг друга»	Показать значимость собственного я, подвести учащихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими, показать важность взаимопонимания, предоставить детям возможность	1 ч.	Практическое занятие

		моделировать и опробовать новые формы поведения (вербальные, невербальные, развивать ответственность за свои поступки.)		
4.	«Мир эмоций»	Познакомить учащихся с эмоциями; научить определять эмоциональное состояние других людей тренировать умение владеть своими эмоциями, актуализировать представления о факторах, влияющих на проявление тех или иных эмоций; развивать навыки произвольного влияния на собственное эмоциональное состояние.	1 ч.	Практико-теоретическое занятие
Всего часов:				7

3. Содержание курса.

Занятие №1. «Что такое 5-й класс?».

Цель: познакомить детей с целями занятий, формой работы; принять правила поведения на занятии; профилактика проблем адаптации: мобилизация внутреннего ресурса, умения самостоятельно проявлять активное участие и сотрудничать со сверстниками в дискуссиях.

Практика (1 ч.). Знакомство с учащимися, установление правил работы в группе.

Обсуждение проделанной работы в начальной школе, что узнали, чему научились.

Обсуждение возникших проблем в средней школе и пути их преодоления.

Занятие №2. «Познай себя».

Цель: создать у учеников мотивацию на самопознание; способствовать развитию самопознания, рефлексии у обучающихся и уверенности в себе.

Занятие №3. «Понимаем ли мы друг друга»

Цели: показать значимость собственного «Я»; подвести учащихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими; показать важность взаимопонимания.

Занятие №4. «Мир эмоций»

Цели: познакомить учащихся с эмоциями; научить определять эмоциональное состояние других людей; тренировать умение владеть своими эмоциями.

Содержание учебно-тематического плана:

Тема 1. «Я и школа».

Практика (1 ч.). Знакомство с учащимися, установление правил работы в группе.

Обсуждение проделанной работы в начальной школе, что узнали, чему научились.

Обсуждение возникших проблем в начальной школе и пути их преодоления. Обсуждение значимости начальной школы в жизни ученика.

Тема 2. «Я и родители».

Практика (1 ч.). Обсуждение с учащимися роли семьи для ребенка. Проведение тренинга с целью формирования положительного отношения к семье.

Тема 3. «Я и мои друзья».

Практика (1 ч.). Тренинг с целью формирования и налаживания коммуникативных навыков учащихся. Установление дружеских отношений между учащимися.

Тема 4. «Кто Я?».

Практика (1 ч.). Тренинг с элементами самопознания учащихся, способствующий положительному формированию собственного «Я».

4. Планируемые результаты

У обучающихся по программе «Дорога в пятый класс» будут сформированы гуманистические и демократические ценностные ориентации, мотивы учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. Учащийся будет стремиться к самостоятельности и принятию личной ответственности за свои поступки, получит навыки по эффективному сотрудничеству со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, а также в спорных и конфликтных ситуациях.

Условия реализации программы:

Программа «Дорога в пятый класс» реализуется на базе школ Козельского района в соответствии с учебным графиком МКУ ДО РЦДиК г. Козельск и согласием родителей (законных представителей) обучающихся на обучение ребенка по данной программе.

Успешное освоение программы будет наблюдаться при посещении ребенком 3-4 занятий.

Формы аттестации: беседы по пройденному материалу, игры с элементами апробации полученных знаний.

Используемая литература:

1. Бусловская Л.К., Ковтуненко А.Ю., Рыжкова Ю.П. Физиологические основы формирования здорового образа жизни детей и подростков: учебно-методическое пособие Министерство образования и науки Российской Федерации. - Белгород : НИУ "БелГУ", 2018. - 128 с
2. Вачков И.В. Психологический тренинг: методология и методика проведения/ 2-е изд., перераб.-М.: Эксмо,2020.-560 с.-(Новейший справочник психолога).-Библ.:с. 540-547.
3. Жданова Е. В. Личность и коммуникация: практикум по речевому взаимодействию: учебное пособие/Е. В. Жданова.-М.:Флинта:Наука, 2015.-174,[1] с.-Библиогр.: с. 156-171.
4. Обухова, Людмила Филипповна. Возрастная психология: учебник/ Л. Ф. Обухова.- М.:Юрайт,2018.-460 с.
5. Коблик Е. Г. «Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе», 2017, с.121.
6. Коробкина С.А Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах (1, 5, 10 классы) : система работы с детьми, родителями, педагогами : Изд. 2-е. - Волгоград: Учитель, 2015. - 261 с.
7. Махмутова Р.К Технологии работы психолога с младшими школьниками : учебно-методическое пособие / Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВО "Удмуртский государственный университет", - Ижевск : Удмуртский государственный университет, 2017.
8. Сизоненко О.А. Программа адаптационных встреч для пятиклассников «Новичок в средней школе»,2019, с.10-15.
9. Савченко М.Ю., Обухова Л.А. Формирование коллектива, класса : сценарии занятий с учащимися : работа с родителями : диагностика учащихся : занятия, тренинги : 5-8 классы - Москва : 5 за знания, 2006
10. Смирнова Е.Е. познаю себя и учусь управлять собой. Программа уроков психологии для младших подростков (10-12 лет). СПб.: издательство "Речь", 2016
10. Данюшевская Г.А. диагностика самооценки школьников как способ определения психоэмоциональной комфортности образовательной среды. Методическое пособие.- Ростов-на-Дону: «Ростиздат», 2020
11. Газета "Школьный психолог" № 17 - 2022 г.;
12. "Я и Мы" - тренинговые занятия по формированию социальных навыков для учащихся пятых классов, В. Родионов, М. Ступницкая.