

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №77»

«Рассмотрено»

Руководитель МО

\_\_\_\_\_ О.Д. Гурбатова

Протокол № \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

«Согласовано»

заместитель директора по

УВР

\_\_\_\_\_ Л.Л. Ковале-

ва

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

«Утверждаю»

Директор

«СОШ№77»

\_\_\_\_\_ Т.Б. Прислегина

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

МБОУ

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

специального учебного курса

Коррекционно – развивающая работа по адаптации учащихся

групповые занятия для учащихся 5 класса

**Составитель: Лунева Елена Игоревна,  
Педагог - психолог**

**г. Кемерово**

**2015 год**

## Содержание

1. Планируемые результаты освоения данного учебного курса .....	3
2. Содержание учебного курса .....	4
3. Тематическое планирование .....	6

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА** **«Коррекционно – развивающая работа по адаптации учащихся»**

В ходе освоения учебного курса «Коррекционно – развивающая работа по адаптации учащихся» в 5-х классах обеспечиваются условия для достижения учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

**Личностные результаты** освоения учебного курса «Коррекционно – развивающая работа по адаптации учащихся» включают в себя:

- 1) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
- 2) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 3) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 4) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 5) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
- 6) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 7) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 8) стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.
- 9) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
- 10) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметные результаты** освоения учебного курса «Коррекционно – развивающая работа по адаптации учащихся» включают в себя:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха своей деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм личностной рефлексии;
- 6) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

- 7) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- 8) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- 9) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- 10) умение работать в материальной и информационной среде среднего общего образования в соответствии с содержанием конкретного учебного курса; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе УУД.

**Предметные результаты** освоения учебного курса «Коррекционно – развивающая работа по адаптации учащихся» включают в себя:

- 1) знание общественно-исторической обусловленности человеческих способностей;
- 2) понимание психологических механизмов развития способностей;
- 3) понимание роли общих способностей для достижения успешности в обучении и в жизни;
- 4) формирование представления о специальных способностях и их связи с различными видами человеческой деятельности;
- 5) формирование представления о том, что роднит понятия «способности», «талант», «гениальность» и что дает основания их различать;
- 6) развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в поступках и деятельности.

### **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «КОРРЕКЦИОННО - РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА ПО АДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ»**

Программа включает в себя разделы:

1. Адаптация учащихся к средней ступени обучения
2. Я – это Я
3. Я и мой внутренний мир
4. Я и другие
5. Профилактика вредных привычек

#### **«Адаптация учащихся к средней ступени обучения»**

Профилактика проблем адаптации; мобилизация внутреннего ресурса, умения находить и оказывать поддержку. Обсуждение особенностей новой социальной ситуации, трудности процесса адаптации. Осознание изменений, которые произошли в связи с переходом на новую ступень обучения в их жизни и принятие этих изменений. Развитие представлений о своих правах, их взаимосвязи с правами других людей и о своих обязанностях. Дальнейшее развитие навыка уважать чужие права и стремления отстаивать свои права. Формирование

сплоченности. Повышение ценности каждого учащегося. Закрепление мотивации групповой работы. Осознание ребятами личностного смысла понятия "тревожность". Развитие уверенности в себе. Осознание понятия "страх", повышение мотивации в работе с собственными чувствами, страхами, обучение навыкам расслабления и саморегуляции. Вербализация собственных причин школьной тревожности в безопасной проективной форме. Снятие остаточного напряжения, тревожности, напряжения, развитие уверенности в себе, формирование навыков расслабления, саморегуляции. Формирование положительного отношения к школе; снятие тревожности. Овладение невербальными средствами общения.

### **«Я - это Я!»**

Осознание ценности и уникальности личности каждого. Понятие о своих способностях и возможностях. Повышение самооценки учащихся, осознание собственной значимости, необходимости и «представленности» в жизни других людей. Формирование адекватной самооценки у школьников. Расширение кругозора детей, формирование положительной мотивации к саморазвитию; побуждение к участию в различных кружках, секциях, к развитию своих способностей и талантов.

### **«Я и мой внутренний мир»**

Актуализация знаний об эмоциональной сфере человека. Понятие страха как естественного чувства, необходимого в некоторых ситуациях. Осознание ценности и уникальность внутреннего мира каждого человека. Создание условий для формирования умения анализировать собственное эмоциональное состояние, как средство для достижения личных жизненных целей. Понятие о самооценке. Формирование адекватной самооценки. Формирование у учащихся психологической культуры эмоций. Знакомство и обучение способам и приемам саморегуляции, приемам ослабления негативных эмоциональных переживаний.

### **Я и другие**

Формирование навыков эффективного общения. Осознание школьниками ценности и сложности человеческого общения. Представление о основах конструктивного общения. Совершенствование навыков общения.

### **Профилактика вредных привычек**

Формирование способов конструктивного поведения в проблемных ситуациях, развитие умения принимать ответственность за свои поступки. Формирование мотивации к сохранению здоровья, осознание вреда факторов, разрушающих здоровье, развитие представлений о коварстве одурманивающих веществ. Формирование у учащихся представлений об опасности «безопасных» форм одурманивания, последствиях употребления психоактивных веществ, углубление понимания, в чем состоит их вред. Формирование у учащихся навыков противостояния давлению, «культуры отказа», развитие умения принимать ответственность за собственную жизнь. Развитие у учащихся умения решать проблемы, сообразуясь с ценностями здорового образа жизни. Формирование у учащихся представлений об опасности на первый взгляд безопасных форм рекламной продукции. Профилактика вредных привычек, развитие мотивации на здоровый образ жизни, повышение внутренней самооценки школьников.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

Всего: 34 учебных часа, 34 учебных недели, 1 часа в неделю.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов
1	Вводное занятие. Установление правил, создание рабочей атмосферы.	<b>1 ч</b>
<b>Адаптация учащихся к средней ступени обучения</b>		<b>8 ч</b>
2.	Пятый класс: что нового? Знакомство с возможными трудностями адаптации.	1ч
3.	Наши права и наши обязанности	1ч
4.	Наш класс	1ч
5.	Школьная тревожность	1ч
6.	Школьные страхи	1ч
7.	Вербализация содержания школьной тревожности	1ч
8.	Снижение школьной тревожности	1 ч
9.	Закрепление позитивного отношения к школе	1ч
<b>Я – это Я</b>		<b>9 ч</b>
10.	Какой Я и чем отличаюсь от других	1ч
11.	Я - могу	1ч
12.	Я - нужен	1ч
13.	Я – мечтаю	1ч
14.	Я и мои цели	1ч
15.	Я – это моё настоящее	1ч
16.	Ярмарка достоинств	1ч
17 -18.	Проект «Моя Вселенная». Обобщающее занятие	2ч
<b>Я и мой внутренний мир</b>		<b>6ч</b>
19.	Чувства бывают разные	1ч
20.	Страхи	1ч
21.	Любой внутренний мир ценен и уникален	1ч
22 -23.	Эмоции и чувства	2ч
24.	Самооценка	1ч
<b>Я и другие</b>		<b>3ч</b>
25.	Общение в моей жизни	1ч
26.	Секреты общения	1ч

27-28.	Без друзей меня чуть-чуть. Обобщающее занятие	1ч
<b>Профилактика вредных привычек</b>		<b>7ч</b>
29.	Типичные проблемы	1ч
30.	Жизненные ценности. Факторы, разрушающие здоровье	1ч
31.	Опасные последствия	1ч
32.	Учимся говорить «НЕТ»!	1ч
33	Сопротивление насилию	1ч
34	Воздействие средств массовой информации	1ч
35.	Коллаж моего будущего	1ч
Итого		34