


МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА–ИНТЕРНАТ № 26
г. НИЖНЕУДИНСК»

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете
(протокол № 2 от 01.11.2023 г.)

Директор МКОУ «Школа-интернат № 26 г. Нижнеудинск»

УТВЕРЖДАЮ

 И.В. Белавенцев



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Я ВЫБИРАЮ УСПЕХ»

5 - 6 классы

ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

1 ГОД

(срок реализации программы)

программу составил (а):
Осипова Наталья Павловна
педагог – психолог первой
квалификационной категории

Нижнеудинск, 2023

Содержание

Пояснительная записка	3
Планируемые результаты:	6
Тематическое планирование	6

Пояснительная записка

Программа курса «Я выбираю успех» составлена в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012 г., приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 287

Методологической основой курса является методическое пособие Клацус Н. Г., Кобзевой Е. М. Программа по профилактике школьной дезадаптации учащихся младшего подросткового возраста «Я выбираю успех!», издательство Московского психолого-социального университета (2017г.).

Курс рассчитан на 34 часа. Продолжительность реализации курса предполагается в течение учебного года по одному часу в неделю.

Одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка.

В письме Департамента общего и дошкольного образования Министерства образования РФ от 21.05.2004 № 14-51-140/13 «Об обеспечении успешной адаптации ребенка при переходе со ступени начального общего образования на основную» сказано: «Успешность адаптации школьника к обучению в 5–6-х классах зависит от реализации преемственных связей между начальным общим и основным общим образованием. При решении проблемы преемственности необходимо:

- учитывать психологические особенности 10–12-летних детей, вступающих в подростковый период развития; уровень познавательной деятельности, с которым ребенок перешел в 5-й класс;
- анализировать причины неуспешного адаптационного периода и возможности (пути) коррекции трудностей адаптации школьника.

Свидетельством дезадаптации школьников к условиям обучения в 5–6-х классах является снижение интереса к учению и успеваемости; появление признаков тревожности, неадекватных поведенческих реакций на замечания и реплики учителя; нарушение во взаимоотношениях со сверстниками».

Переход учащихся из начальной в среднюю школу совпадает с психологическими возрастными изменениями детей. Перед учащимися встают задачи адаптации к изменившимся условиям обучения: разнообразие и качественное усложнение требований, предъявляемых к школьнику разными педагогами, смена позиции «старшего» в начальной школе и «самого маленького» в средней, для некоторых учащихся — смена классного коллектива. Все это является довольно сложным испытанием для психики школьника.

В начале обучения в среднем звене для учащихся наиболее значимыми становятся учебные проблемы, отношения с педагогами, умение успешно осуществлять разнообразную интеллектуальную деятельность.

Однако не у всех пятиклассников на необходимом уровне сформированы составляющие психологической готовности к успешной адаптации. По данным диагностических исследований, ежегодно примерно 10–15 % пятиклассников испытывают трудности процесса адаптации, то есть входят в группу риска в плане учебной успешности, коммуникативной культуры и т. д. Таким образом, можно выделить следующие причины возможных трудностей в учении пятиклассников: типологические особенности ребенка,

препятствующие адаптации к новым условиям; низкая мотивация учения, негативное отношение к школе; устойчивая завышенная самооценка; несформированность мыслительных операций. Своевременное выявление трудностей и организация профилактической работы, направленной на формирование необходимых составляющих психологической готовности, помогают снизить дезадаптационные риски.

Программа «Я выбираю успех!» разработана для профилактики рисков школьной адаптации учащихся младшего подросткового возраста.

Целью программы является создание психологических условий для формирования предпосылок успешного развития личностных и метапредметных компетенций учащихся в процессе дальнейшего обучения.

Задачи:

- профилактика всех форм школьной дезадаптации;
- целенаправленное формирование вербально-логических когнитивных структур, представленных как в конкретных своих проявлениях, так и в абстрактно-логической форме;
- формирование структурированной системы знаний о возможных способах и формах преобразования вербального материала;
- развитие различных видов памяти;
- развитие устойчивости, переключения внимания;
- развитие внутреннего плана действия, пространственных представлений;
- активизация и развитие приемов учебной деятельности;
- развитие умения ставить цели и планировать свою деятельность, в том числе учебную;
- развитие личностных характеристик учащихся: осознание ими разных видов поведения, положительных и отрицательных личностных качеств, формирование понимания о допустимых формах вербальных реакций в конфликтных ситуациях.

Принципы построения программы:

- Принцип системности — применение алгоритма работы и использование возможностей всех основных направлений деятельности психолога.
- Принцип целостности — осуществление работы со всей личностью в целом, во всем разнообразии ее познавательных, мотивационных, эмоциональных проявлений.
- Принцип приоритетности профилактики и коррекции каузального типа. Коррекция каузального (причинного) типа предполагает устранение и нивелирование причин, порождающих сами эти проблемы и отклонения в развитии. Очевидно, что только устранение причин, лежащих в основе нарушения развития, может обеспечить наиболее полное разрешение проблем, ими вызванных.
- Принцип деятельности — опора на ведущую деятельность и варьирование разнообразных видов деятельности.
- Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей обучающихся.
- Принцип практической направленности — формирование универсальных учебных

действий (УУД), способности их применять в практической деятельности и повседневной жизни.

- Принцип программированного обучения — использование в программе ряда последовательных операций, выполнение которых сначала с психологом, а затем самостоятельно приводит к формированию необходимых умений и действий.
- Принцип возрастания сложности. Каждое задание проходит ряд этапов: от минимально простого к максимально сложному. Формальная сложность материала не всегда совпадает с его психологической сложностью. Наиболее эффективна коррекция на максимальном уровне трудности, доступном конкретному ребенку, что позволяет поддерживать интерес в коррекционной работе и дает возможность испытать радость преодоления.
- Принцип учета эмоциональной сложности материала. Предъявляемый материал должен создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции.

Этапы реализации программы:

Диагностический этап (сентябрь).

Практический (сентябрь — май).

Обобщающий (май).

Методы и приемы работы:

- групповая дискуссия;
- мозговой штурм;
- беседа;
- ролевая игра;
- рефлексия;
- памятки.

Структура занятия

Каждое занятие программы состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Вводная часть включает упражнения «мозговой гимнастики» и блицпрос. Система вопросов взята из программы О. А. Холодовой, Е. А. Моренко.

Комплекс «Гимнастика мозга» разработан в 1970-х годах американским доктором П. Деннисоном и направлен на восстановление, активацию, тренировку различных сенсомоторных навыков.

Блицпрос состоит из 10 вопросов, которые зачитываются учащимся в быстром темпе. Целями блицпроса являются: создание положительного эмоционального фона, активизация мыслительных процессов, развитие сообразительности, формирование готовности к переработке информации и быстрому ответу.

Основная часть программы направлена на формирование предпосылок успешного развития личностных и метапредметных компетенций учащихся в процессе дальнейшего обучения. С помощью упражнений основной части программы решаются три глобальные задачи младшего подросткового возраста: развитие психических процессов; повышение эффективности приемов учебной деятельности, их усовершенствование; развитие коммуникативной и эмоционально-волевой сфер.

Упражнения на развитие познавательной сферы в основном заимствованы из программы Н. П. Локаловой. Некоторые задания на развитие коммуникативной и

эмоционально-волевой сфер взяты из программ Н. П. Локаловой, Е. М. Лепешовой, Е. Г. Коблик, Н. Л. Сомовой.

Заключительная часть занятия включает рефлексию своих достижений в процессе занятий, когда учащиеся по желанию отвечают на три вопроса, подводя итог занятию. Задачами заключительной части занятия являются осмысление знаний, полученных на занятии; развитие умений выделять главное в изученном материале и грамотно формулировать свои мысли.

Структура профилактической программы

Программа состоит из методического пособия и рабочей тетради для учащихся. Методическое пособие включает описание программы, учебно-тематическое планирование, перечень развиваемых психических процессов и учебных умений, подробные конспекты каждого занятия, комплекс методик первичной и повторной диагностик с описанием обработки и интерпретации результатов.

Рабочая тетрадь состоит из двух частей. Каждая часть содержит бланки диагностических комплексов, упражнения с инструкциями. В приложении к каждой части рабочей тетради размещены памятки, которые обсуждаются, некоторые из них учащиеся записывают под руководством психолога. По окончании занятий памятки вырезают из тетрадки и оформляют в отдельную папку. Полученным материалом обучающиеся смогут воспользоваться в течение всего периода обучения в школе для правильной организации учебной деятельности.

Планируемые результаты:

- снижение тревожности, связанной с различными аспектами школьной жизни, до уровня, соответствующего возрастной норме;
- развитие культуры общения младших подростков со сверстниками и взрослыми;
- формирование вербально-логических когнитивных структур, которые проявляются в повышении уровня учебных умений и навыков;
- повышение эффективности приемов учебной деятельности;
- повышение уровня самостоятельности, учебной активности, познавательной мотивации, творческих способностей.

Оценка достижений учащихся происходит по итогам входной и повторной диагностики, по результатам наблюдений за деятельностью учащихся в ходе занятий, на основании самоотчетов учащихся, опроса педагогов.

Тематическое планирование

№ зан	Задачи занятия	Содержание занятия
1	<ol style="list-style-type: none">1. Выяснение ожиданий детей.2. Развитие умения видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы.3. Диагностика интеллектуальных способностей учащихся.4. Диагностика уровня познавательной мотивации.	Вводная беседа. Групповой интеллектуальный тест (ГИТ) Дж. Ванны. Анкета мотивации Н. Г. Лускановой.

2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика свойств внимания, волевой регуляции, работоспособности. 2. Исследование уровня школьной тревожности учащихся. 3. Исследование степени конфликтности, сплоченности, удовлетворенности жизнью класса. 	<p>Тест Э. Тулуза – А. Пьерона. Тест Б. Н. Филлипса. Анкета «Мой класс» Ю. З. Гильбуха.</p>
3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (синтез). 2. Развитие переключения внимания. 3. Рефлексия личностных качеств. 4. Формирование личной мотивации обучения в средней школе, осознание своих целей. 	<p>Три слова. Называйте и считайте. Знакомство с самим собой. Мои цели.</p>
4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (анализ через синтез). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Ослабление негативных переживаний школьных ситуаций. 	<p>Составьте слова. Представьте куб. Рисуем слово.</p>
5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (анализ через синтез). 2. Развитие слуховой памяти. 3. Формирование осознания необходимости правильной подготовки к урокам на основе знаний о требованиях к ответам. 4. Рефлексия чувств. 	<p>Отгадайте слова. Запомни и ответь. Что важно при ответе. Какие мы разные.</p>
6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (вербальный анализ). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Развитие концентрации и устойчивости внимания. 4. Рефлексия личностных качеств. 	<p>Объясните греческие слова. Необычные ножницы. «Муха». Я узнаю себя.</p>
7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование осознанного подхода к учебному материалу. 2. Развитие мышления (установление сходства, противоположности). 3. Развитие мышления (гибкость). 4. Рефлексия личностных качеств. 	<p>Как я воспринимаю информацию. Выберите синонимы и антонимы. Способы применения предмета. Я — ромашка.</p>
8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие пространственных представлений. 2. Развитие вербального мышления. 3. Проработка самоорганизации запоминания материала. 4. Развитие внимания (в условиях коллективной деятельности). 	<p>Слово в зеркале. Подберите синонимы и антонимы. Секреты хорошей памяти. Делаем вместе.</p>
9	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (установление сходства, противоположности, различия). 2. Проработка приемов запоминания. 3. Осознание своих личностных качеств и качеств сверстников, развитие навыков взаимодействия. 	<p>Одинаковые? Противоположные? Разные? Приемы запоминания. Своя психогеометрия.</p>
10	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие разных видов памяти. 2. Развитие пространственных представлений. 3. Рефлексия собственных чувств. 4. Повышение самооценки, групповой сплоченности. 	<p>Тренируем разные виды памяти. Вид комнаты сверху. Что я чувствую? Комплименты.</p>

11	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления (выделение существенных признаков). 2. Формирование умения выделять главное. 	<p>Существенные и несущественные признаки. Учимся выделять главное.</p>
12	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления. 2. Развитие внимания (устойчивость). 3. Формирование умения учащихся владеть основными приемами работы с текстом (составление плана). 	<p>Объясните фразеологизмы. Стенографы. Приемы работы с текстом.</p>
13	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления. 2. Развитие концентрации и устойчивости внимания. 3. Формирование умения учащихся владеть основными приемами работы с текстом (вопросы к тексту). 	<p>Подбери пословицы. «Муха». Приемы работы с текстом. Учимся планировать.</p>
14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления (преобразование предложений без изменения смысла). 2. Развитие слуховой памяти, перевод слуховой модальности в кинестетическую. 3. Формирование понимания важности рациональной организации времени. 	<p>Выразите разными словами. Пантомима. Как управлять временем.</p>
15	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления (определение понятий). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Отработка навыков планирования и регулирования своей деятельности. 	<p>Какое это понятие. Найдите лишнюю фигуру. Условия выполнения плана. Учимся планировать время.</p>
16	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями). 2. Развитие внимания (устойчивость в условиях коллективной деятельности). 3. Формирование умения анализировать намеченное и оценивать свои возможности. 4. Отработка навыка анализа и составления плана. 	<p>Сравниваем понятия. Делаем вместе. Условия выполнения плана. Ошибки планирования.</p>
17	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие умения выделять смысл текста. 2. Формирование умения грамотно работать со стихотворным текстом. 3. Развитие умения различать виды вербальных реакций. 4. Анализ достижения личных целей. 	<p>Смысл притчи. Как учить стихотворение. Какие слова легче. Мои цели.</p>
18	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие умения различать невербальные виды поведения. 2. Отработка умения грамотно работать со стихотворным текстом и навыка декламации. 	<p>Кто это? Фестиваль чтецов.</p>
19	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями). 2. Формирование приемов подготовки к написанию сочинения. 3. Развитие стилистической грамотности. 4. Развитие умения различать виды 	<p>Сравниваем понятия. Что важно при написании сочинения. Найди ошибки в сочинении. Как попросить</p>

	поведения.	и отказать.
20	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями). 2. Развитие слуховой памяти. 3. Формирование приемов подготовки домашних заданий (решение задач). 4. Формирование личной мотивации обучения, осознание своих целей. 	<p>Сравниваем понятия. Свиристель. Как выполнять домашнее задание (решение задачи). Мои цели.</p>
21	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (отработка умения дифференцировать отношения между понятиями «часть — целое» и «обобщение — конкретизация»). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Формирование приемов подготовки домашних заданий (устные задания). 4. Развитие умения различать виды поведения. 	<p>Сравниваем понятия. Дополните до куба. Как выполнять домашнее задание (устные задания). Какое бывает поведение?</p>
22	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (разделение понятий). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Развитие воображения. 4. Развитие эмоциональной сферы. 	<p>Разделите понятия. Перекресток. Придумайте предметы. Как пережить обиду.</p>
23	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (разделение общих понятий на видовые по единому основанию, знакомство с иерархической схемой понятий). 2. Развитие пространственных представлений, слуховой памяти. 3. Формирование мотивации достижения успеха в ситуации учебной ошибки. 4. Выработка правильного отношения к неудачам и ошибкам. 	<p>Деление понятий. Рисуем в уме. На ошибках учатся. Уроки ошибок.</p>
24	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления (определение видов суждений). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Выяснение представлений учащихся о дружбе. 4. Развитие тактильной памяти, речи. 	<p>Определите вид суждения. Переворот фигур. Что такое дружба. Угадай предмет.</p>
25	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие перцептивно- эмоциональной сферы. 3. Формирование представлений о качествах настоящего друга. 	<p>Измените форму, не меняя содержания. Учимся различать эмоции. Настоящий друг.</p>
26	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие воображения. 3. Отработка навыков группового взаимодействия. 	<p>Измените форму, не меняя содержания. Соедините точки. Сказка на новый лад.</p>
27	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие внимания (устойчивости). 3. Отработка навыков подготовки к контрольной работе. 	<p>Измените форму, не меняя содержания. Стенографы. Подготовка к контрольной работе.</p>

28	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие слуховой памяти. 3. Формирование знаний учащихся об уровнях самооценки. 4. Развитие умения различать уровни самооценки в поведении. 	<p>Измените форму, не меняя содержания. Запомни и ответь. Самооценка. Что скрывает поведение.</p>
29	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие пространственных представлений. 3. Формирование знаний учащихся об уровне самооценки. 4. Развитие умения поддерживать адекватную самооценку. 	<p>Учимся рассуждать. Переворот фигур. Моя самооценка. Как поддерживать адекватную самооценку.</p>
30	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие слухового восприятия. 3. Развитие навыков общения и разрешения конфликтов. 	<p>Учимся рассуждать. Составь вопрос. Конфликт или взаимодействие.</p>
31	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Выработка стратегии уверенного поведения при устном ответе у доски. 3. Развитие пространственных представлений. 	<p>Учимся рассуждать. Искусство устного ответа. Развертка с буквами.</p>
32	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие концентрации внимания. 3. Формирование знаний учащихся о причинах лени и способах ее преодоления. 	<p>Учимся рассуждать. Найдите птиц. Как бороться с ленью.</p>
33	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика интеллектуальных способностей учащихся. 2. Диагностика уровня познавательной активности и мотивации достижения. 	<p>Групповой интеллектуальный тест Дж. Ванны. Методика А. М. Прихожан.</p>
34	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика волевой регуляции. 2. Исследование уровня школьной тревожности учащихся. 3. Диагностика степени конфликтности, сплоченности, удовлетворенности жизнью класса. 	<p>Тест-опросник А. В. Зверькова, Е. В. Эйдмана «Исследование волевой саморегуляции». Тест Б. Н. Филлипса. Опросник Ю. З. Гильбуха «Мой класс».</p>