

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Новосибирска
«Лицей № 176»

ПРИНЯТО
решением кафедры гуманитарного
образования
Протокол от 15.08.2017 № 1

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
М.А. Мануйлова
26.08.2017г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса «Я - пятиклассник»
для основного общего образования
5 класс

Составитель:
Петрухин В.В., педагог-психолог
Аглиулина Н.Г., педагог-психолог

2015, 2016, 2017

Аннотация к рабочей программе

Рабочая программа учебного курса «Я- пятиклассник» являясь составной частью ООП ООО МАОУ «Лицей № 176», составлена в соответствии с пунктом 18.2.2 ФГОС ООО, Положением о рабочей программе МАОУ «Лицей № 176». ООП ООО МАОУ «Лицей № 176» разработана в соответствии с ФГОС ООО и с учетом Примерной ООП ООО (www.fgosreestr.ru) (на основании пунктов 7 и 10 статьи 12 Федерального Закона от 29.12.2012 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

Рабочая программа является нормативным документом, определяющим содержание изучения учебного курса, достижение планируемых (личностных, метапредметных и предметных) результатов, основные виды учебной деятельности, которые определены на уровень обучения, и количество часов.

Рабочая программа разработана группой учителей: Петрухин В.В., Аглиулина Н.Г. для учащихся 5 класса, обсуждена и принята на заседании кафедры гуманитарного образования МАОУ «Лицей № 176», согласована с заместителем директора по учебно-воспитательной работе МАОУ «Лицей № 176».

Рабочая программа содержит 4 пункта

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения учебного курса «Я - пятиклассник».
3. Содержание учебного курса «Я - пятиклассник».
4. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

1. Пояснительная записка

Начало учебы в 5 классе – особый этап в школьной жизни ребенка. Перед каждым учеником стоит задача адаптации к непривычным условиям обучения: к множеству учебных предметов, к новым учителям и т. п. У пятиклассников наблюдаются относительно высокая тревожность, некоторое снижение успеваемости, проблемы в поведении. Кроме того, приближается «трудный» возраст, когда дети превращаются в подростков. Ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остается учеба. Это еще одна причина внутреннего конфликта, переживаемого учащимися 5 класса.

Цель учебного курса «Я-пятиклассник» - оказание психолого-педагогической поддержки обучающимся 5-х классов в период их адаптации к условиям обучения в средней школе.

Задачи:

1. Нормализовать уровень тревожности пятиклассников.
2. Развить навыки сотрудничества со сверстниками.
3. Развить навыки уверенного поведения и стрессоустойчивости.
4. Обучить навыкам работы с индивидуальными и групповыми учебными проектами психологической направленности.

Данная программа направлена на повышение адаптивных возможностей пятиклассников и развитие навыков уверенного поведения при обучении в среднем звене. Занятия позволяют оказать пятиклассникам помощь в период адаптации: снизить у них тревожность, а также научить пользоваться поддержкой окружающих, оказывать помощь другим. В условиях перехода ребенка из начальной школы в среднее звено важно, чтобы в учениках сформировалось чувство уверенности и защищенности в изменившихся условиях. В условиях постоянно меняющихся ситуаций приспособиться к новым требованиям очень сложно, и на этом этапе очень важно вовремя помочь учащемуся адаптироваться к новым обязанностям, учителям-предметникам, обстановке и коллективу.

2. Планируемые результаты освоения учебного курса «Я - пятиклассник».

Личностные:

- осознание своей идентичности как гражданина страны, члена семьи, этнической, религиозной группы, локальной и региональной общности;
- осознание гуманистических традиций и ценностей современного общества, уважение прав и свобод человека;
- осмысление социально-нравственного опыта предшествующих поколений, способность к определению своей позиции и ответственному поведению в современном обществе;
- понимание культурного многообразия мира, уважение к культуре своего и других народов, толерантность;
- формирование дружелюбного и толерантного отношения к ценностям иных культур

Метапредметные:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям;
- адаптироваться применительно к ситуации общения, строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия;
- учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях;
- осознавать ответственность за своё речевое поведение
 - анализировать свои речевые привычки, избавляться от плохих привычек;
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.
- слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, понимать точку зрения другого.
 - слушать собеседника, кратко излагать сказанное им в процессе обсуждения темы, проблемы;
 - признавать возможность существования разных точек зрения и права каждого иметь свою.

3. Содержание учебного курса «Я - пятиклассник».

Класс как группа. Выработка правил.

Тренинг на сплочение и командообразование.

«Находим друзей»

Оценка уровня социально-психологической адаптации

Развитие навыков сотрудничества и умений соревноваться со сверстниками, правильно воспринимать и сравнивать свои достижения с успехами других.

Формирование положительного отношения подростков к учению, мотивов учения.

Трудности выбора: конфликт или взаимодействие?

Классификация конфликтов. Позитивные и негативные последствия. Аргументация в конфликте.

Управление эмоциями

Как сохранить свое здоровье?

От цели к нравственным ценностям.

Школа внимания. Что значит быть внимательным?

Учимся ставить цель

Техники запоминания

Техники убеждения

Развитие воображения (арт-терапия)

Имя (почерк) и характер

Что влияет на характер человека?

Пирамида потребностей.

Самооценка

Мои права и права других людей

Как научиться общаться лучше?

Сила правил

Ответственный выбор

Тренинг саморегуляции и стрессоустойчивости

4. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

Название занятия	Кол-во (часов)
	1 час
Тренинг на сплочение и командообразование. «Находим друзей»	1 час
Оценка уровня социально-психологической адаптации	1 час
У нас новенький! Развитие навыков сотрудничества и умений соревноваться со сверстниками, правильно воспринимать и сравнивать свои достижения с успехами других.	1 час
Я и учеба. Формирование положительного отношения подростков к учению, мотивов учения.	1 час
Что помогает учиться?	1 час
Что значит быть настоящим учителем?	1 час
Трудности выбора: конфликт или взаимодействие? Классификация конфликтов. Позитивные и негативные последствия. Аргументация в конфликте (упражнение «Картошка и капуста») Моделирование и разрешение конфликтных ситуаций в игровой форме	1 час
Управление негативными эмоциями Классификация положительных, негативных и нейтральных эмоций Управление эмоциями Техники релаксации	1 час
«В здоровом теле...». Как сохранить свое здоровье? Цель: профилактика здорового образа жизни, формирование полезных привычек	1 час
Учимся ставить цели От цели к нравственным ценностям	1 час
Школа внимания. Что значит быть внимательным? Практикум. Развитие внимательности Практикум. Обучение приемам скорочтения	3 часа
Техники запоминания	

Техники убеждения (уверенного поведения)	
ТРИЗ - психология	
Развитие воображения (арт-терапия)	
Защита проектов обучающихся. Влияние негативных переживаний на мотивацию, познавательную активность ребенка	2 часа
Имя (почерк) и характер	1 час
Что влияет на характер человека?	1 час
Я и мои желания. Пирамида потребностей.	1 час
Самооценка. Я+ ТЫ+ формула сотрудничества	1 час
Мои права и права других людей	1 час
Как научиться общаться лучше? Сила правил	1 час
История персонажа (с элементами театрализации)	1 час
Развитие познавательных способностей (тренировочный практикум)	1 час
В мире зависимостей. Ответственный выбор	1 час
Мини-тренинг «Трудное слово «НЕТ!»	1 час
Тренинг саморегуляции и стрессоустойчивости	1 час
Мальчики и девочки. Почему мы такие разные?	1 час
Просмотр и обсуждение фильма «Полианна»	2 часа
Творческий практикум. «Искусство быть сильным»	1 час
Просмотр и обсуждение фильма «Повелитель мух»	1 час
Творческий практикум. «Искусство выживания»	1 час
Оценка уровня социально-психологической адаптации (повторная диагностика)	1 час
Чемодан в дорогу (обобщающее занятие)	1 час
	35 часов