

09.09.2016

Оценочный лист рабочей программы учебного предмета (курса), условий и полноты её реализации в соответствии с требованиями ФГОС

педагог-психолог Петрухин В.В. (наименование учебного предмета «Я - пятиклассник» класс 5)

№ п/п	Параметры для экспертной оценки	Соотв	Не соотв	Соотв не в полной мере	Замечания эксперта, комментарии
<b>Оформление рабочей программы</b>					
1	Программа утверждена в соответствии с Уставом ОО (локальным актом)	+			
2	Структура рабочей программы соответствует требованиям ФГОС	+			В электронном варианте содержание размещено в конце программы
3	Титульный лист. Оформление соответствует локальному акту ОО	+			
4	Содержание учебного предмета, курса	+			
5	Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся	+			
6	Планируемые результаты освоения учебного предмета/, курса	+			

Выводы о соответствии рабочей программы по предмету требованиям ФГОС (методическая экспертиза)

Показатели (индикаторы)	Параметры оценки	Описание несоответствий
I. Соответствие рабочей программы планируемыми результатам ООП	Соответствует/не соответствует/соответствует не в полной мере	
II. Соответствие условий реализации программы требованиям ФГОС	Соответствует/не соответствует/соответствует не в полной мере	
III. Программа выполнена в полном объеме	Соответствует/не соответствует/соответствует не в полной мере	

Эксперт: зам. директора по УВР



Л.В. Ефанова

## **Ожидаемые результаты реализации программы**

### **«Я- пятиклассник»:**

- приобретение навыков эффективного взаимодействия со сверстниками;
- снижение уровня тревожности;
- развитие навыков уверенного поведения
- развитие исследовательской деятельности школьников посредством создания и защиты психологических проектов.
- нормализация уровня мотивации.

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.

**Форма занятий:** выполнения упражнений в игровой форме, проведения дискуссий; соревнования, психологические тренинги и релаксации.

Данная программа рассчитана на обучающихся 5-х классов и включает в себя 17 занятий, продолжительность каждого из которых 45 минут.

### **Методическое и материально-техническое обеспечение программы «Я- пятиклассник»:**

Занятия проводятся в оборудованном учебном кабинете, оснащенный интерактивной доской, мультимедийным проектором, компьютером, учебной доской.

Для организации практической работы с учащимися используются: ватман, акварельные краски, бумага, ножницы, клей, мягкие игрушки, набор масок, скотч, нитки, материал для конструирования (газеты, пластиковые трубочки, ... бамбуковые палочки...).

**Тематическое планирование занятий «Я- пятиклассник»:**

<b>№ занятия</b>	<b>Название занятия</b>	<b>Психологические упражнения (техники)</b>	<b>Кол-во (часов)</b>
<b>Занятие №1</b>	<p><b>Класс как группа. Выработка правил.</b></p> <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– сформировать группу участников;</li> <li>– способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе;</li> <li>– выяснить ожидания детей (техника «Капсула времени») - Я в конце 5-го класса);</li> <li>- Обсуждение и принятие основных форм итоговых работ обучающихся (проектов, презентаций, разработок, памяток и т.п.)</li> </ul>	<p>Упр. «Алфавит имен», «Наши правила»,</p> <p><b>Упр. «Мои наблюдения»,</b></p> <p>«Круг на доске»,</p> <p>«Шкатулка исполнения желаний» (актуализация перспективного запроса)</p>	1 час
<b>Занятие №2</b>	<p><b>Тренинг на сплочение и командообразование «Находим друзей»</b></p> <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способствовать формированию навыков взаимодействия в группе;</li> <li>– помочь детям осознать, какие качества важны в дружбе;</li> <li>– повысить самооценку детей.</li> </ul>	<p><b>Упр.</b> «Если весело живется, делай так...» (разминка)</p> <p><b>Упр. «Мои наблюдения»</b></p> <p>«Ищу человека» или <b>«Найди того, кто...»</b></p> <p><b>Упр.</b> «Построения», <b>«Сколько человек хлопало?»</b></p> <p>Упр. «Веревка»</p> <p>Упр. «Пустой или полный»</p>	1 час
<b>Занятие №3</b>	<p><b>Оценка уровня социально-психологической адаптации (входная диагностика)</b></p>	<p>Тест школьной тревожности Филлипса.</p> <p>Модифицированный вариант анкеты школьной мотивации Н.Г. Лускановой.</p> <p>«Цветные письма» - определение психологической комфортности учащихся на разных уроках.</p>	1 час

Занятие №4	<b>У нас новенький!</b> Развитие навыков сотрудничества и умений соревноваться со сверстниками, правильно воспринимать и сравнивать свои достижения с успехами других.	Упр. «Спорим вы не знали ...» <b>Упр. «Мои наблюдения»</b> «Предложенные обстоятельства» Упр. «Настоящий друг», видеоролик «Цепочка добра», «Цирк бабочек»	1 час
Занятие №5	<b>Я и учеба.</b> Формирование положительного отношения подростков к учению, мотивов учения.	Упр. «Я в круге», <b>Упр. «Мои наблюдения»</b> «Выбор мотива» (парная работа)	1 час
Занятие №6	<b>Что помогает учиться?</b> Цели: – помочь участникам группы осознать правила работы на уроке; – способствовать формированию учебных навыков; – способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.	Упр. «Твоя школа такая, какой ты ее видишь...» <b>Упр. «Мои наблюдения»</b> Упр. «Рисунок школы» Упр. «Лучший мотив»	1 час
Занятие №7	<b>Что значит быть настоящим учителем?</b> Цели: – расширение и обогащение навыков общения с учителями; – формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки; – коррекция мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях.	Упр. «Портрет идеального учителя» <b>Упр. «Мои наблюдения»</b>	1 час
Занятие №8	<b>Трудности выбора: конфликт или взаимодействие?</b> Классификация конфликтов. Позитивные и негативные последствия. Аргументация в конфликте (упражнение «Картошка и капуста») Моделирование и разрешение конфликтных ситуаций в игровой форме	<b>Упр. «Мои наблюдения»</b> Упр. «На мосту», «Да или нет», «Психологическое айкидо»	1 час
Занятие №9	<b>Управление негативными эмоциями</b> Классификация положительных, негативных и нейтральных эмоций Управление эмоциями Техники релаксации	Упр. «Управление гневом», <b>Упр. «Мои наблюдения»</b> Просмотр и обсуждение роликов «Маска», «Ку-ку»	1 час
Занятие №10	<b>«В здоровом теле...». Как сохранить свое здоровье?</b> Цель: профилактика здорового образа жизни, формирование полезных привычек	«Рисунок контура человека» <b>Упр. «Мои наблюдения»</b>	1 час

		«Полезные привычки»	
<b>Занятие №11</b>	<b>Учимся ставить цели</b> От цели к нравственным ценностям	Упражнение «Табуретка ценностей», <b>Упр. «Мои наблюдения»</b> просмотр и обсуждение видеоролика «В поисках смысла жизни»	1 час
<b>Занятие №12-14</b>	<b>Школа внимания. Что значит быть внимательным?</b> <b>Практикум. Развитие внимательности</b> <b>Практикум. Обучение приемам скорочтения</b>	Упражнения на развитие внимания: «Муха», «Лабиринт», «Иллюзии»	3 часа
	<b>Техники запоминания</b>	Упражнения на развитие памяти: «Фотограф», «Предметы на столе»	
	<b>Техники убеждения (уверенного поведения)</b>	Упр. «Трудное слово НЕТ!»	
	<b>ТРИЗ - психология</b>	Упр. «Данетки», ТРИЗ-задачи для мозгового штурма	
	<b>Развитие воображения (арт-терапия)</b>	Упр. «Мастерская»	
<b>Занятие №15-16</b>	<b>Защита проектов обучающихся.</b> Обобщающие занятия Влияние негативных переживаний на мотивацию, познавательную активность ребенка Цели: – повышение эмоциональной устойчивости детей; – формирование навыков принятия собственных негативных эмоций; – формирование умения адекватно воспринимать неудачи («Психология неудачника»).		2 часа
<b>Занятие №17</b>	<b>Имя (почерк) и характер</b> Цель: определить взаимосвязь между чертами характера и именем	Работа с этимологическими справочниками	1 час
<b>Занятие</b>	<b>Что влияет на характер человека?</b>	Портрет «Мой характер» (через отношение к людям, себе, поступкам и	1 час

<b>№18</b>	Цель: определить сильные и слабые стороны своего характера, развитие навыков рефлексии	деньгам/ ценностям). Упр. «Список нужных вещей»	
<b>Занятие №19</b>	<b>Я и мои желания. Пирамида потребностей.</b> Цель: научить отделять желания от потребностей	Упр. «Хочу – могу – надо», Упр. Если я был волшебником»...	1 час
<b>Занятие №20</b>	<b>Самооценка. Я+ ТЫ+ формула сотрудничества</b> Цель: развитие самооценки	Упр. «Оценщик», тест «Самооценка»,	1 час
<b>Занятие №21</b>	<b>Мои права и права других людей</b> Цель: научить уважать права других людей, познакомить с правами и обязанностями школьников	Упр. «Мои права и обязанности»	1 час
<b>Занятие №22</b>	<b>Как научиться общаться лучше? Сила правил</b> Цель: обучение навыкам общения (игровое занятие)	Упр. «Лучшие правила общения»,	1 час
<b>Занятие №23</b>	<b>История персонажа (с элементами театрализации)</b> Цель: развитие воображения, навыков коллективного творчества	Упр. «Герои»	1 час
<b>Занятие №24</b>	<b>Развитие познавательных способностей (тренировочный практикум)</b>	Тренировочные упражнения на внимание и память	1 час
<b>Занятие №25</b>	<b>В мире зависимостей. Ответственный выбор</b> Цель: профилактика зависимостей	Просмотр и обсуждение видеороликов «Компьютерная зависимость», «Пищевая зависимость»	1 час
<b>Занятие №26</b>	<b>Мини-тренинг «Трудное слово «НЕТ!»</b> Цель: профилактика зависимостей, выработка навыков безопасного поведения		1 час
<b>Занятие №27</b>	<b>Тренинг саморегуляции и стрессоустойчивости</b> Цель: развитие стрессоустойчивости, способности справляться с негативными чувствами (злость, обида, одиночества...)	Набор упр. на саморегуляцию	1 час
<b>Занятие №28</b>	<b>Мальчики и девочки. Почему мы такие разные?</b> Цель: половое отождествление детей «Я – мальчик», «Я- девочка»,	Набор упр.	1 час

	развитие навыков общения		
<b>Занятие №29-30</b>	<b>Просмотр и обсуждение фильма «Полианна»</b> Цель: развитие навыков коллективного просмотра и обсуждения произведений		2 часа
<b>Занятие №31</b>	<b>Творческий практикум. «Искусство быть сильным»</b> Цель: развитие навыков коллективного просмотра и обсуждения произведений		1 час
<b>Занятие №32</b>	<b>Просмотр и обсуждение фильма «Повелитель мух»</b> Цель: развитие навыков коллективного просмотра и обсуждения произведений		1 час
<b>Занятие №33</b>	<b>Творческий практикум. «Искусство выживания»</b>	Игра «Остров», «Потерпевшие кораблекрушение»	1 час
<b>Занятие №34</b>	<b>Оценка уровня социально-психологической адаптации (повторная диагностика)</b>	Тест школьной тревожности Филлипса. Модифицированный вариант анкеты школьной мотивации Н.Г. Лускановой. «Цветные письма» - определение психологической комфортности учащихся на разных уроках.	1 час
<b>Занятие №35</b>	<b>Чемодан в дорогу (обобщающее занятие)</b>		1 час

Итоговый контроль осуществляется в виде повторной диагностики в конце курса по изучению нормализации уровня тревожности и повышению уровня учебной мотивации.

### Темы (и формы) зачетных работ:

1. *«Школа моей мечты...»* (проект, презентация, сочинение).
2. *«Когда я стану взрослым...»* (сочинение).
3. Памятка *«10 лучших способов получить «5»* (по математике, немецкому языку и т.п., по выбору ученика).
4. Памятка для пятиклассника (правила, что можно делать, чего нельзя, как привыкнуть к новым учителям...).
5. Во что играют современные дети (исследование).
6. Памятка *«Как справиться с волнением на контрольной работе?»* (порядок действий или список правил из личного опыта).
7. *«Мои увлечения»* (презентация).
8. Памятка *«Как улучшить свою память (внимание)?»*
9. *«Дети с выдающимися способностями»* (презентация).
10. Памятка *«Как побороть свои страхи? (стеснительность, робость...))»*.
11. Памятка *«5-ть лучших способов выражения эмоций»* или *«Зачем человеку эмоции?»*.
12. Памятка *«10 лучших способов помириться с другом (или подругой)?»...*
13. Памятка *«Новенький в классе. Инструкция по выживанию»*
14. Памятка «Полезные привычки» (для пятиклассника).
15. *«Дневник здоровья»* (индивидуальное самоисследование). Дополнить своим материалом: фотографиями, творческими работами о здоровом образе жизни и т.п.
16. Памятка «Ваше здоровье в ваших руках»
17. Разработать памятку *«Интернет: в чем польза, а в чем вред?»* (для пятиклассников).
18. Провести опрос одноклассников на интересную психологическую тему *«Подростки и СМИ», «Как стать отличником?...», «Подростковое одиночество - это миф?»...*
19. Участие в *«Неделе психологии»* в школе (оформление, разработка и проведение мероприятий по психологии для сверстников,... другие идеи).

**Обязательное условие – публичная защита зачетной работы.**



#### Темы (и формы) зачетных работ:

1. «Школа моей мечты...» (проект, презентация, сочинение).
2. «Когда я стану взрослым...» (сочинение).
3. Памятка «10 лучших получить «5» (по математике, немецкому языку).
4. Памятка для пятиклассника (правила, что можно делать, чего нельзя, как привыкнуть к новым учителям...).
5. Во что играют современные дети (исследование).
6. Памятка «Как справиться с волнением на контрольной работе?» (порядок действий или список правил из личного опыта).
7. «Мои увлечения» (презентация).
8. Памятка «Как улучшить свою память (внимание)?»
9. «Дети с выдающимися способностями» (презентация).
10. Памятка «Как побороть свои страхи? (стеснительность, робость...)).»
11. Памятка «5-ть лучших способов выражения эмоций» или «Зачем человеку эмоции?»
12. Памятка «10 лучших способов помириться с другом (или подругой)?»...
13. Памятка «Новенький в классе. Инструкция по выживанию»
14. Памятка «Полезные привычки» (для пятиклассника).
15. «Дневник здоровья» (индивидуальное самоисследование). Дополнить своим материалом: фотографиями, творческими работами о здоровом образе жизни и т.п..
16. Памятка «Ваше здоровье в ваших руках»
17. Разработать памятку «Интернет: в чем польза, а в чем вред?» (для пятиклассников).
18. Провести опрос одноклассников на интересную психологическую тему «Подростки и СМИ», «Как стать отличником?..», «Подростковое одиночество - это миф?»...
19. Участие в «Неделе психологии» в школе (оформление, разработка и проведение мероприятий по психологии для сверстников, ... другие идеи).

**Обязательное условие – публичная защита зачетной работы.**

#### Темы (и формы) зачетных работ:

1. «Школа моей мечты...» (проект, презентация, сочинение).
2. «Когда я стану взрослым...» (сочинение).
3. Памятка «10 лучших получить «5» (по математике, немецкому языку).
4. Памятка для пятиклассника (правила, что можно делать, чего нельзя, как привыкнуть к новым учителям...).
5. Во что играют современные дети (исследование).
6. Памятка «Как справиться с волнением на контрольной работе?» (порядок действий или список правил из личного опыта).
7. «Мои увлечения» (презентация).
8. Памятка «Как улучшить свою память (внимание)?»
9. «Дети с выдающимися способностями» (презентация).
10. Памятка «Как побороть свои страхи? (стеснительность, робость...)).»
11. Памятка «5-ть лучших способов выражения эмоций» или «Зачем человеку эмоции?»
12. Памятка «10 лучших способов помириться с другом (или подругой)?»...
13. Памятка «Новенький в классе. Инструкция по выживанию»
14. Памятка «Полезные привычки» (для пятиклассника).
15. «Дневник здоровья» (индивидуальное самоисследование). Дополнить своим материалом: фотографиями, творческими работами о здоровом образе жизни и т.п..
16. Памятка «Ваше здоровье в ваших руках»
17. Разработать памятку «Интернет: в чем польза, а в чем вред?» (для пятиклассников).
18. Провести опрос одноклассников на интересную психологическую тему «Подростки и СМИ», «Как стать отличником?..», «Подростковое одиночество - это миф?»...
19. Участие в «Неделе психологии» в школе (оформление, разработка и проведение мероприятий по психологии для сверстников, ... другие идеи).

**Обязательное условие – публичная защита зачетной работы.**

#### Темы (и формы) зачетных работ:

1. «Школа моей мечты...» (проект, презентация, сочинение).
2. «Когда я стану взрослым...» (сочинение).
3. Памятка «10 лучших получить «5» (по математике, немецкому языку).
4. Памятка для пятиклассника (правила, что можно делать, чего нельзя, как привыкнуть к новым учителям...).
5. Во что играют современные дети (исследование).
6. Памятка «Как справиться с волнением на контрольной работе?» (порядок действий или список правил из личного опыта).
7. «Мои увлечения» (презентация).
8. Памятка «Как улучшить свою память (внимание)?»
9. «Дети с выдающимися способностями» (презентация).
10. Памятка «Как побороть свои страхи? (стеснительность, робость...)).»
11. Памятка «5-ть лучших способов выражения эмоций» или «Зачем человеку эмоции?»
12. Памятка «10 лучших способов помириться с другом (или подругой)?»...
13. Памятка «Новенький в классе. Инструкция по выживанию»
14. Памятка «Полезные привычки» (для пятиклассника).
15. «Дневник здоровья» (индивидуальное самоисследование). Дополнить своим материалом: фотографиями, творческими работами о здоровом образе жизни и т.п..
16. Памятка «Ваше здоровье в ваших руках»
17. Разработать памятку «Интернет: в чем польза, а в чем вред?» (для пятиклассников).
18. Провести опрос одноклассников на интересную психологическую тему «Подростки и СМИ», «Как стать отличником?..», «Подростковое одиночество - это миф?»...
19. Участие в «Неделе психологии» в школе (оформление, разработка и проведение мероприятий по психологии для сверстников, ... другие идеи).

**Обязательное условие – публичная защита зачетной работы.**

#### Темы (и формы) зачетных работ:

1. «Школа моей мечты...» (проект, презентация, сочинение).
2. «Когда я стану взрослым...» (сочинение).
3. Памятка «10 лучших получить «5» (по математике, немецкому языку).
4. Памятка для пятиклассника (правила, что можно делать, чего нельзя, как привыкнуть к новым учителям...).
5. Во что играют современные дети (исследование).
6. Памятка «Как справиться с волнением на контрольной работе?» (порядок действий или список правил из личного опыта).
7. «Мои увлечения» (презентация).
8. Памятка «Как улучшить свою память (внимание)?»
9. «Дети с выдающимися способностями» (презентация).
10. Памятка «Как побороть свои страхи? (стеснительность, робость...)).»
11. Памятка «5-ть лучших способов выражения эмоций» или «Зачем человеку эмоции?»
12. Памятка «10 лучших способов помириться с другом (или подругой)?»...
13. Памятка «Новенький в классе. Инструкция по выживанию»
14. Памятка «Полезные привычки» (для пятиклассника).
15. «Дневник здоровья» (индивидуальное самоисследование). Дополнить своим материалом: фотографиями, творческими работами о здоровом образе жизни и т.п..
16. Памятка «Ваше здоровье в ваших руках»
17. Разработать памятку «Интернет: в чем польза, а в чем вред?» (для пятиклассников).
18. Провести опрос одноклассников на интересную психологическую тему «Подростки и СМИ», «Как стать отличником?..», «Подростковое одиночество - это миф?»...
19. Участие в «Неделе психологии» в школе (оформление, разработка и проведение мероприятий по психологии для сверстников, ... другие идеи).

**Обязательное условие – публичная защита зачетной работы.**

