



**УТВЕРЖДАЮ**

Директору МОУ «ООШ № 10» ЭМР

Соклакова Т.В.

# **КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

психолого-педагогического сопровождения учащихся 5 классов

## **"Жизненные навыки"**

на 2021-2022 уч. год

(по материалам программы Кривцовой С.В. Тренинговые занятия с младшими подростками)

Педагог-психолог

Никишина Ю.В.

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа психолого-педагогического сопровождения младших подростков составлена на основе программы С.В. Кривцовой «Жизненные навыки» (Тренинговые занятия с младшими подростками). Данная программа одобрена ФГУ «Федеральным институтом развития образования» в качестве учебно-методического пособия для педагогов и психологов основного и дополнительного образования системы общего образования РФ». На заседании методического совета программа рассмотрена и рекомендована к использованию в организации внеурочной деятельности учащихся.

Программа предполагает проведение 30 занятий во внеурочное время продолжительностью 1-2 часа (в зависимости от степени осведомлённости и значимости для группы той или иной темы).

### **Цель:**

Оказание психолого-педагогической поддержки учащимся 5-ых классов в период адаптации к новым условиям обучения. Создание условий, которые помогут младшим подросткам адаптироваться к миру, лучше узнать и понять себя, наилучшим образом освоить жизненные навыки и социальные умения.

### **Задачи:**

#### **1. Формирование у учащихся:**

- навыков взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других;
- адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, развитие навыков уверенного поведения;
- представления о себе как о человеке с большими возможностями развития.

#### **2. Ознакомление учащихся:**

- с системой самоорганизации для 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;
- выполнение упражнений в игровой форме, проведение дискуссий;
- развитие 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.

## Содержание занятий.

Проводятся занятия в режиме тренинга, состоят из кратких объяснений, выполнения специальных упражнений и их обсуждения. Именно упражнения (обучение конкретным приёмам, которые школьник сразу может использовать в своей учебной работе) составляют их основное содержание. Дополнительно используются игры, способствующие улучшению психологического климата и сплочению коллектива.

**Тема 1. «Я – ты – группа»** Основные задачи на этом этапе – создание атмосферы психологической безопасности, работа над созданием группы, для новичков – восполнение базовых тем начальной школы (наши чувства, моё тело, личное пространство).

**Тема 2. «Мы – пятиклассники!»** Работа направлена на помощь ребятам при адаптации к средней школе и посвящена знакомству учеников с особенностями учебной деятельности в средней школе, развитию представлений о новом социальном статусе младшего подростка, созданию «когнитивной картины» учебного процесса; формированию представлений о педагоге как об интересном человеке, собеседнике.

**Тема 3. «Учимся общаться».** Будут рассмотрены разные позиции в общении. Больше знакомство ребят друг с другом, с тем, что они ценят в других людях, в себе; чем нравится заниматься, как они чувствуют себя в школе. Подростки учатся отстаивать свои границы, распознавать, в каких случаях действительно нарушаются их права. Предполагается рассмотреть навыки общения с разными взрослыми: родители, учителя, вожатые, братья-сёстры, друзья, одноклассники). Будут исследованы особенности общения: сильные и слабые стороны (области гиперчувствительности и ранимости). Например, вспыльчивость, обидчивость, трудности в установлении контакта. Работа построена так, чтобы способствовать развитию: стремления к самосовершенствованию.

**Тема 4. «Конкуренция или сотрудничество».** Формирование и развитие навыков разрешения конфликтов. Основная задача – дать понять ребятам, что у другого человека есть цель. Если он делает то, что тебе мешает, он это делает не для того, чтобы добиться своей цели, которая, как правило, отличается от твоей. Разбираются разные стратегии поведения в конфликтах. В искусственно созданных конфликтных ситуациях пробуются как старые, так и новые модели поведения. Так у подростков появляется новый опыт проживания конфликтных ситуаций.

**Тема 5. «Другие». Проблемы подростковой толерантности».** В слове «другие» - и страх, и непонимание, и желание отделиться от «других», объединиться со «своими». Наполняются смыслом понятия сотрудничества и соревновательности; ответственности за принятие решения; навыка произвольного контроля за эмоциональными проявлениями.

### **Планируемые результаты.**

Данный курс занятий позволит учащимся осознать личностный смысл учения, понять смысл и цель самообразования, принять базовые ценности, научиться давать нравственно-этические оценки (личностные результаты).

Метапредметные результаты прохождения курса будут наблюдаться в умении учащихся:

- участвовать в работе группы, распределять роли, договариваться друг с другом, предвидеть последствия коллективных решений;
- выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы;
- понимать точку зрения другого, определять самостоятельно критерии оценивания, давать самооценку;
- критично относиться к своему мнению, уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций;
- самостоятельно делать выводы, перерабатывать информацию

### **Информационно-методическое обеспечение программы**

1. Асмолов А.Г. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли, М. «Просвещение», 2010.
2. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. М., 2000.
3. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. М.: Ось-89, 2000.
4. Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками (5-6 класс) / С.В. Кривцова, Э Д.В. Рязанова, О.И. Еронова, Е.А. Пояркова; Под ред. С.В. Кривцовой.- М.:Генезис, 2017.

## Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов
<b>1.</b>	<b>Я – ты – группа.</b>	<b>4</b>
1.1	Правила и безопасность. Продолжаем знакомиться.	1
1.2	Наши чувства.	1
1.3	Говорим о своих чувствах.	1
1.4	Моё тело. Личное пространство.	1
<b>2.</b>	<b>Мы – пятиклассники!</b>	<b>5</b>
2.1	Нравится – не нравится в старшей школе.	1
2.2	Мы – исследователи.	1
2.3	День пятиклассника.	1
2.4	Такие разные школы: начальная и средняя.	1
2.5	Коллаж.	1
<b>3.</b>	<b>Учимся общаться.</b>	<b>6</b>
3.1	Начинаем общаться.	1
3.2	Я и Ты – действуем вместе.	1
3.3	Общаемся без слов. Доверие и взаимодействие в группе.	1
3.4	Мы – команда.	1
3.5	Даём место другому и отстаиваем своё место.	1
3.6	Просто скажи: «Нет!»	1
<b>4.</b>	<b>Конкуренция или сотрудничество.</b>	<b>7</b>
4.1	Что такое конфликт? Причины конфликтов.	1
4.2	Наши чувства в конфликте.	1
4.3	Стратегии поведения в конфликте. Понятие сотрудничества.	1
4.4	Тренируем конструктивное поведение в конфликте.	1
4.5	Конфликт? Отлично!	1
4.6	Конфликты проходят, отношения остаются.	1
<b>5.</b>	<b>«Другие». Проблемы подростковой толерантности.</b>	<b>8</b>
5.1	Уникальность и различия.	1
5.2	«Другие» в нашей жизни.	1
5.3	«Странные» люди.	1
5.4	Разные нормы и правила.	1
5.5	Ярлыки и стереотипы.	1
5.6	Стереотипы и предрассудки.	1
5.7	Как жить в мире различий.	1
5.8	Подведение итогов года.	1
		<b>30</b>

**«Утверждаю»:**  
Директор МОУ «ООШ № 10»  
\_\_\_\_\_ Соклакова Т.В.

Приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2021 г.

# **КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

психолого-педагогического сопровождения учащихся 5 классов

## **"Жизненные навыки"**

на 2021-2022 уч. год

(по материалам программы Кривцовой С.В. Тренинговые занятия с  
младшими подростками)

Педагог-психолог  
Никишина Ю.В.