

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Якшур-Бодьинская сельская гимназия

РАССМОТРЕНА

на заседании школьного МО

Протокол № 1

«29» августа 2023г

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора МБОУ

Якшур-Бодьинская гимназия №290

о/д от «31» августа 2023г.

### **Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

Наименование: «Дорога в 5 класс»

Направление: духовно-нравственное воспитание

Класс: 4

Срок реализации программы: III и IV четверти 2023-2024 учебного года

Рабочую программу составила: \_\_\_\_\_ / Широбокова О.Н.

с. Якшур-Бодья, 2023 год

### **Пояснительная записка**

Обучение ребенка в начальной школе – первая и очень значимая ступень в его школьной жизни. От степени освоения им новой – учебной – деятельности, приобретения умения учиться во многом зависит дальнейшее обучение ребенка, развитие как субъекта учебного процесса и формирование его отношения к школе.

В пятом классе для детей многое оказывается новым: учителя, разнообразие их требований, форма обучения, которая в средней школе становится предметной, занятия в разных кабинетах, необходимость вступать в контакты со старшеклассниками. Переход в среднее звено школы сопряжен с проблемами личностного развития и межличностных отношений ребят, а это, как правило, сопровождается появлением разного рода трудностей – повышением тревожности, появлением неуверенности, страхов, частых волнений в ситуациях, связанных с решением каждодневных задач.

К сожалению, не всегда опыт учебной деятельности на этом этапе способствует позитивному восприятию ребенком установок и правил школьной жизни. Нереализованные ожидания, связанные с учебой, трудности общения с учителем или сверстниками, нарастание волевого и нервного напряжения в ходе обучения – эти и многие другие факторы, к которым еще в начальной школе ребенок оказывается не вполне готов, могут способствовать формированию у него повышенной тревожности и негативных установок к дальнейшему школьному обучению. Необходима система профилактических психолого-педагогических мер по предотвращению школьной дезадаптации и подготовке младших школьников к переходу в основную школу. Насколько легко и быстро младший подросток приспособится к условиям средней школы, зависит не только и не столько от его интеллектуальной готовности к обучению. Важно, чтобы были сформированы умения и навыки, определяющие успешность адаптации: умение осознавать требования учителя и соответствовать им; умение устанавливать межличностные отношения с педагогами; умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы; навыки общения и достойного поведения с одноклассниками; навыки уверенного поведения; навыки совместной (коллективной) деятельности; навыки самостоятельного решения конфликтов мирным путем; навыки самоподдержки; навыки адекватной оценки собственных возможностей и способностей.

Предлагаемая программа направлена на формирование этих навыков и на создание благоприятных условий для их дальнейшего развития.

#### **Цели программы:**

- формировать обучающихся психологическую готовность к обучению на второй ступени школы;
- преодолеть возможную дезадаптацию, связанную с переходом на новую ступень обучения;
- активизировать мотивационный и интеллектуальный потенциал ребенка;
- в привлекательной форме показать интересные стороны познавательной деятельности и собственные возможности ребенка в этой сфере;
- формировать у обучающихся адаптивное поведение при переходе на вторую ступень обучения.

#### **Задачи программы.**

Формирование (развитие) у обучающихся:

- различных видов памяти, внимания, мышления, речи;
- навыков произвольного внимания и восприятия;
- приёмов мыслительной деятельности: умения анализировать, сравнивать, синтезировать, обобщать, выделять главное, доказывать и опровергать;

- рефлексивно-регулятивных и контрольно-оценочных действий;
- позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности;
- устойчивой учебной мотивации детей;
- социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом.

Ознакомление обучающихся:

- с приемами целеполагания и планирования деятельности;
- с приемами образного и логического запоминания. Расширение объема памяти;
- с приемами аналитико-синтетической деятельности;

Создание условий для:

- повышения уровня психологической готовности к обучению, формирования учебных навыков;
- снижения высокого уровня тревожности;
- выработки у обучающихся уверенности в своих силах и повышение навыков самоконтроля;
- выработки норм поведения.

#### **Методы и техники, используемые в программе:**

1. *Ролевые игры.* Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды
2. *Дискуссии.* Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.
3. *Диагностические процедуры.*

4. *Рисуночная арт-терапия.* Задания могут быть предметно-тематические и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов, а также изображающие эмоциональные состояния и чувства.

5. *Моделирование образцов поведения.* Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, в программе подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.

6. *Метафорические истории и притчи.*

**Планируемые результаты:** успешная адаптированность к обучению в среднем звене школы; положительная учебно-познавательная мотивацией; достаточный уровень развития познавательных процессов: памяти, внимания, мышления; умение устанавливать межличностные отношения с одноклассниками и педагогами; осознание требования учителя и соответствующий им; адекватная оценка собственных возможностей и способностей; принятие и соблюдение правил жизни класса и школы.

#### **Сформированность УУД:**

*Личностные УУД:* сформировать адекватные формы поведения в новых школьных ситуациях; использовать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы, анализировать и обобщать информацию, сравнивать, выделять главное, доказывать и опровергать; применять способы запоминания при работе; определять понятия; пользоваться сведениями об организации своего рабочего времени.

*Метапредметные УУД:* овладеть приемами организации учебной деятельности; способами развития различных видов памяти; приемами аналитико-синтетической деятельности; навыками целеполагания и планирования; умениями определять понятия.

*Коммуникативные УУД:* овладеть приемами доброжелательного общения, правилами поведения и общения со взрослыми, обучения и поведения в основной школе; приемами организации отдыха, релаксации.

*Регулятивные УУД:* овладеть способностью принимать и сохранять цели деятельности; осуществление целеполагания как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно; овладение действиями планирования, определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий; способность осуществлять действия прогнозирования — предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик; овладение действием контроля в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; осуществление действия коррекции — внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата с учётом оценки этого результата самим обучающимся, учителем, товарищами; способность к действию оценки — выделение и осознание обучающимся того, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; оценка результатов работы; саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий; освоение способов решения проблем творческого характера.

#### **Оценка эффективности реализации программы:**

Диагностика психологической готовности детей к обучению в средней школе.

*Коммуникативные УУД*

- Социометрия

*Регулятивные УУД*

- Тест простых поручений

- Корректирующая проба

*Личностные УУД*

- Опросник «Чувства в школе»

- Самооценка

- Методика на выявление тревожности (Филлипс)

*Познавательные УУД*

- Методика Ясюковой Л.А.

Программа рассчитана на работу с детьми 4 класса.

#### **Пространственно-временная организация**

Продолжительность занятий: 40 минут. Периодичность встреч: 1 раз в неделю, в течение 3 и 4 учебных четвертей.

**Формы организации деятельности обучающихся:** групповая, работа в парах, индивидуальная.

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Основное содержание	Основные виды деятельности	Форма проведения занятия	ЭОР
1.	Давайте начнем...	Формирование эмоционального отношения к занятиям. Адаптация детей к новому стилю общения взрослого. Знакомство с приемами доброжелательного общения.	Игра «Качества по моему имени», составление правил доброжелательного общения, обыгрывание жизненных ситуаций, обсуждение, игровой тренинг,	Игры, эмоционально-аналитическая беседа	Презентация
2.	Как научиться учиться?	Обучение приемам организации учебной деятельности. Знакомство с требованиями основной школы.	Обмен мнениями, сравнение, упражнение «Твоя школа такая, какой ты ее видишь», анализ приемов, помогающих учиться, игра «Вижу, слышу, ощущаю», игра на развитие динамичности мышления	Дискуссия, игры	Видео-ролик
3.	Чего я боюсь?	Развитие умения детей распознавать свои школьные страхи, помочь найти способы их преодоления; Снижение школьной тревожности.	Упражнение «Чего я боюсь?», упражнение «На ошибках учатся», упражнение «Рисуем слово», анализ структуры слова	Аналитическая деятельность, творчество, психодиагностика	
4.	Как готовить домашние задания	Обучение приемам самостоятельной учебной деятельности. Развитие контрольно-оценочных действий.	Упражнение «2П+6П», обучение приему «Отложенный контроль»	Аналитическая беседа	Мультфильм
5.	Как развивать память. Умею ли я думать?	Обучение способам развития различных видов памяти. Развитие умения применять способы запоминания при работе. Развитие приемов аналитико-синтетической деятельности.	Различные приемы развития памяти, установление аналогий «Найди слово», «Найди девятый»	Игры, обсуждение	

6.	Что такое? Кто такой?	Обучение умению определять понятия. Развитие связной речи.	Конкурс, классификация понятий и подведение их под категорию, упражнение «Широкое-узкое»	Беседа по тексту	
7.	Учимся решать проблему	Обучение приемам планирования при решении проблемных задач. Развитие действий логического анализа и обобщения. Активизация мыслительной деятельности и формирование познавательного интереса к решению логических задач.	Решение логической проблемной ситуации, построение алгоритма решения, обсуждение	Игры, игровое моделирование	
8.	Наука отдыхать	Знакомство с приемами релаксации. Обучение приемам организации отдыха.	Групповая работа по методике «Пчелиный рой», составление правил отдыха, подведение итогов	Игры	Презентация
9.	Что такое «психологический портрет» и как его нарисовать?	Развитие рефлексивно-оценочных действий. Формирование адекватной самооценки. Развитие связной речи.	Алгоритм составления психологического портрета, составление психологического портрета своего друга, итоги	Игры, описания	Фрагмент фильма
10.	Я и мои одноклассники	Развитие навыков доброжелательного общения со сверстниками. Диагностика межличностных отношений.	Упражнение «Что я люблю делать?», социометрия, коллективный самоанализ, упражнение на развитие рефлексии, решение ситуаций,	Психодиагностика	
11.	Я и мои учителя	Обучение правилам поведения и общения со взрослыми. Диагностика представлений детей об учителях.	Анкета «Я и мои учителя», групповая работа, анализ выполненной работы, анализ прав и обязанностей	Диагностика представлений	
12.	Я и моя семья	Диагностика межличностных отношений в семье.	Индивидуальная творческая работа	Диагностика межличностных отношений	
13.	Легко ли быть взрослым?	Знакомство с правилами обучения и поведения в основной школе.	Тест на изучение общей самооценки ребенка, определение	Обсуждение	

		Формирование рефлексивно-контрольных действий. Диагностика общей самооценки.	качеств, решение возможных трудных ситуаций,		
14.	Мое близкое будущее – 5 класс. Что нового ждет меня в 5 классе?	Осмысление личной готовности к переходу в основную школу. Дать возможность проанализировать предстоящие перемены.	Индивидуальная творческая работа	Обсуждение	Презентация
15.	Как подготовиться к контрольной работе	Систематизация знаний об организации рабочего времени. Закрепление навыков целеполагания и планирования. Развитие контрольно-оценочных действий.	Беседа, анализ действий, необходимых для подготовки к контрольной работе, определение моментов, мешающих выполнению работы	Обсуждение	
16.	Ставим цели	Осмысление личных целей на период обучения в основной школе	Упражнение «Определи, насколько ты веришь в себя, в свои?», упражнение «Инь и Ян», упражнение «Ставим цели», «Доброжелательное послание»	Обсуждение	
17.	Мы вместе!	Подведение итогов работы группы.	Игра- викторина	Игры	Музыкальное сопровождение

### **Программно-методическое обеспечение:**

1. Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе.
2. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении: Практическое пособие.
3. Тихомирова Л.Ф. Формирование и развитие интеллектуальных способностей ребенка.
4. Фопель К. Чтобы дети были счастливы: Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста: Пер. с нем.
5. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие.
6. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие.
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в начальной школе (1–4-е классы).
8. Ясюкова Л.А. Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах