

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Якшур-Бодьинская сельская гимназия

РАССМОТРЕНА
на заседании школьного
МО
Протокол № 1
«27» августа 2024 г

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
МБОУ Якшур-Бодьинская
гимназия
№386 о/д от «30» августа 2024 г

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

Наименование: «Дорога в 5 класс»

Направление: духовно-нравственное

Класс: 4

Срок реализации программы: III и IV четверти 2024-2025 учебного года

Рабочую программу составила:  /Широбокова Ольга Николаевна/

с. Якшур-Бодья, 2024

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 у 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	Видеоролик
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	Упражнение «Что я люблю делать?»	Психодиагностика	

		общения со сверстниками. Диагностика межличностных отношений.	социометрия, коллективный самоанализ, упражнение на развитие рефлексии, решение ситуаций,		
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. Формирование рефлексивно-контрольных действий. Диагностика общей самооценки.	Тест на изучение общей самооценки ребенка, определение качеств, решение возможных трудных ситуаций,	Обсуждение	
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	Систематизаций 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	Упражнение «Определи, насколько ты веришь в себя, в	Обсуждение	

		период обучения в основной школе	свои?», упражнение «Инь и Ян», упражнение «Ставим цели», «Доброжелательное послание»		
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.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