Муниципальное общеобразовательное учреждение

Средняя общеобразовательная школа № 10

 « Утверждаю»

 Директор СОШ № 10

 Петровских И.М.

**ПРОГРАММА**

 **факультативных занятий**

**по адаптации в среднем звене**

**для учащихся пятого класса**

Педагог-психолог

 Чёрная И.Л.

ст. Новомышастовская

2009 – 2010 учебный год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Переход из младшей школы в среднюю – важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым : учителя, форма обучения, которая в средней школе становится предметной, а иногда и одноклассники. кроме того, нередко дети переходят из одного здания школы ( или этажа) в другое, тогда им приходится привыкать ещё и к новому помещению.

Пятиклассникам в школе и интересно, и тревожно: хочется быть активным, умным и независимым, нужным и успешным, хочется, чтобы новый учитель увидел и оценил все самое лучшее в них.

Предлагаемые в данной разработке методики и технологии направлены на успешную адаптацию пятиклассников в среднем звене,

**Цель программы:**

Создать условия, позволяющие каждому пятикласснику как можно легче и радостнее вступить в новый этап школьного обучения , поддержать и развить в детях интерес к знаниям, помочь им конструктивно общаться с одноклассниками и преподавателями.

**Задачи:**

* Формирование у детей позитивной Я-концепции, устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности;
* Формирование устойчивой учебной мотивации детей;
* Создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку единой системы обоснованных требований;
* Освоение детьми школьных правил;
* Повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков;
* Выработка норм и правил жизни класса;
* Формирование адекватных форм поведения в новых школьных ситуациях;
* Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

**Характеристика основных этапов работы**

1. Основное внимание уделяется формированию групповой сплоченности, навыков поведения в школьных ситуациях, умению ориентироваться в пространстве школы, созданию доброжелательной атмосферы в классном коллективе.
2. Проводится работа с основнымипроблемами, возникающими у пятиклассников.кроме того, решается важная задача принятия правил школы и класса, установления норм взаимоотношений со сверстниками, преподавателями.
3. Формирование понимания критериев оценки, осваиваются способы работы, способствующие достижению высоких результатов. Начинается работа по принятию детьми своих негативных чувств. Поэтому отдельного внимания заслуживают приемы по снижению напряжения в школьных ситуациях; с помощью этих приемов дети овладевают навыками релаксации и работы со школьными страхами.
4. Уделяется особое внимание формированию навыков, связанных с самоорганизацией и самоконтролем в учебной деятельности, продолжается работа над развитием коммуникативных умений, конструктивные способы решения конфликтных ситуаций.
5. Осмысление личных целей детей на период обучения в пятом классе. Подведение итогов групповой работы.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | тема | Кол-во часов |
|  | Здравствуй, пятый класс! | 2 |
|  | Упражнение «Твоя школа такая, какой ты её видишь» | 1 |
|  | Анкета «Вот я какой!» | 1 |
|  | «Письмо родителям» | 1 |
|  | Диагностика школьной тревожности | 2 |
|  | Находим друзей | 2 |
|  | «Мой портрет в лучах солнца» | 1 |
|  | Узнай свою школу | 2 |
|  | Нарисуй свое настроение | 1 |
|  | Развитие позитивного самоотношения «Пропало имя» | 1 |
|  | Легко ли быть учеником? | 1 |
|  | Что поможет мне учиться | 2 |
|  | Анкета школьной мотивации | 1 |
|  | Развитие школьной мотивации «Как Вася поссорился с Творческим мышлением» | 1 |
|  | Упражнение «Незнайка» | 1 |
|  | Чего я боюсь? | 2 |
|  | Упражнение «Доведение до абсурда» | 1 |
|  | Рисуем слово. | 1 |
|  | Исследование направленности интересов «Любопытный муравьишка» | 1 |
|  | На ошибках учатся | 1 |
|  | Как реагировать на замечания. | 2 |
|  | Рисуем обиду. | 1 |
|  | Упражнение «Инь и янь» | 1 |
|  | «Ставим цели» | 1 |
|  | «Мои цели» | 1 |
|  | «Два Я» | 1 |
|  | «Письмо классному руководителю» | 1 |
|  |  Всего  | 34 часа |

**Литература:**

1. Захаров А.И. Страхи у детей. Речь, С-П.,2007
2. Микляева А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. Речь, С-П.,2007
3. Черникова Т.В. Школа без стрессов и тревог. М., Глобус
4. Шваб Е.Д. Психологическая профилактика и