

**Приложение
к АООП ООО
для обучающихся с НОДА
(вариант 6.1)**

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УВР
_____/ Кириллова А.С./
ФИО

от 28 августа 2020г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ №11
_____/ Кирилловский Л.Р./
ФИО
Приказ № 163
от 28 августа 2020г.

Рабочая программа
коррекционно-развивающего курса
«Адаптация младших подростков при переходе в 5 класс»
для обучающихся с НОДА (вариант 6.1.)
5 класс

Программу составила:
педагог-психолог
Извекова Л.Ю.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Начало учебы в 5 классе - особый этап в школьной жизни ребенка. Перед каждым учеником стоит задача адаптации к непривычным условиям обучения: к множеству учебных предметов, к новым учителям и т. п. У пятиклассников наблюдаются относительно высокая тревожность, некоторое снижение успеваемости, проблемы в поведении. Кроме того, приближается «трудный» возраст, когда дети превращаются в подростков. Ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остается учеба. Это еще одна причина внутреннего конфликта, переживаемого учащимися 5 класса.

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 иногда приспособиться к новым требованиям очень сложно, и на этом этапе очень важно вовремя помочь учащемуся адаптироваться к новым обязанностям, обстановке и коллективу.

Цель - оказание психолого-педагогической поддержки обучающимся 5-х классов в период их адаптации к условиям обучения в средней школе, а также их всестороннего личностного развития с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Задачи:

1. Нормализовать уровень тревожности обучающихся с НОДА.
2. Развивать навыки сотрудничества со сверстниками.
3. Развивать навыки сотрудничества с учителями.
3. Развивать навыки уверенного поведения пятиклассников.

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

Данная программа рассчитана на обучающихся 5 классов и включает в себя 34 занятия (один раз в неделю), продолжительность каждого из которых 40 минут.

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

Личностные, метапредметные результаты освоения коррекционного курса.

Личностные результаты (система ценностных отношений обучающегося):

- ✓ Приобретение навыков эффективного взаимодействия со сверстниками;
- ✓ Снижение уровня тревожности
- ✓ Развитие навыков уверенного поведения
- ✓ Способность к оценке своей учебной деятельности.
- ✓ Знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение.
- ✓ Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
Адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, связывая успех с усилиями, трудолюбием, старанием.
- ✓ Этические чувства - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения.
- ✓ Готовность совершить дальнейший профессиональный выбор, соответствующий интересам, склонностям, состоянию здоровья.

Регулятивные УУД:

- ✓ Сознательно планировать и организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата);
- ✓ Начинать выполнение действия и заканчивать его в требуемый временной момент.
- ✓ Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.
- ✓ Адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей. Родителей и других людей.
- ✓ Контролировать своё поведение в зависимости от ситуации.

Познавательные УУД:

- ✓ Выполнять познавательные и практические задания, в том числе с использованием проектной деятельности и на занятиях и в доступной социальной практике.
- ✓ Использовать элементы причинно-следственного анализа;
- ✓ Исследование несложных реальных связей и зависимостей;
- ✓ Определение существенных характеристик изучаемого объекта; выбор верных критериев для сравнения, сопоставления, оценки объектов;
- ✓ Поиск и извлечение нужной информации по заданной теме в адаптированных источниках различного типа;

Коммуникативные УУД:

- ✓ Оценивать свои учебные достижения, поведение, черт своей личности с учетом мнения других людей, в том числе для корректировки собственного поведения в окружающей среде, выполнение в повседневной жизни этических и правовых норм, экологических требований;
- ✓ Определение собственного отношения к явлениям современной жизни, формулирование своей точки зрения.
- ✓ Адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач.
- ✓ Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
- ✓ Конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Содержание программы коррекционно-развивающего курса.

Формы работы определяются целями занятий, для которых характерно сочетание как традиционных приемов и методов, так и инновационных технологий. Настроение детей, их психологическое состояние в конкретные моменты могут стать причиной варьирования методов, приемов и структуры занятий.

Каждое занятие начинается ритуалом приветствия, выполняющим функцию установления эмоционально-позитивного контакта психолога с ребенком и завершается ритуалом прощания.

Разминка включает упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышают уровень их активности. Обсуждение домашнего задания проводится после (иногда вместо) разминки и способствует закреплению пройденного материала.

Основная часть занятия включает в себя психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач тренинга. Предпочтение отдается многофункциональным техникам, таким как моделирование образцов поведения, позволяющим преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка. Тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, поэтому в основной части занятия в первую очередь представлены упражнения и игры, направленные на снятие тревожности и школьных страхов.

Обсуждение итогов занятия, или рефлексия является обязательным этапом и предполагает эмоциональную и смысловую оценку содержания занятия в ходе заключительного обсуждения.

Соблюдение подобной структуры занятий, привыкание к ней детей помогает им войти в новую деятельность и сформировать соответствующие ожидания.

Раздел 1. Коррекция адаптации младших подростков при переходе в 5 класс (23 часа)

Прояснение обучающимися своих целей на время обучения в пятом классе.

Активизация ресурсного состояния, создание ситуации уверенности, успеха. Знакомство с помощью игры «МЯЧ». Задание «Принятие правил». Упражнение «Те, кто». Упражнение «Продолжи фразу». Релаксационные упражнения на руки.

Выявление причин, вызывающих неудовлетворенность школьной жизнью, определение уровня школьной тревожности.

Расширение и обогащение навыков общения с учителями.

Формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки. Релаксационное упражнение. Дискуссия «Школьная оценка». Рисунок «Мое настроение в школе»

Осознание качеств, необходимых успешному ученику. Рассказать про себя что-нибудь хорошее.

Определение уровня интеллектуальных способностей по методике ГИТ. Упражнение «От всей души...». Методика «Незаконченные предложения». Мини-лекция «Как организовать свои занятия».

Создание ситуация осознания ценности и уникальности каждой личности. Обсуждение качеств, ценных в дружбе.

Развитие навыков общения и разрешения конфликтов. Упражнение «Дорисуй и передай»

Формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания.

Формирование положительной мотивации к обучению, осмыслению и выработке общих целей.

Раздел 2. Коррекция общеобразовательных навыков (10 часов)

Развитие зрительного восприятия, Срисовывание по клеточкам; Работа с наложенным изображением и зашумлением, Упражнения на восприятие пространственного расположения предметов, развитие глазомера.

Развитие эмоциональности и творческого воображения; упражнения, направленные на развитие художественного восприятия; Релаксационные упражнения

Развитие концентрации внимания. Развитие устойчивости внимания. Развитие распределения внимания. Развитие объема внимания. Развитие переключаемости внимания. Упражнения на развитие всех свойств внимания. Упражнения для снятия глазного напряжения. Рефлексия.

Развитие зрительной памяти: Развитие слуховой памяти Развитие осязательной памяти. Развитие логической памяти; Развитие двигательной памяти. Упражнения на сочетание различных видов памяти для лучшего запоминания. Рефлексия.

Развитие умения устанавливать причинно-следственные связи. Выделение признаков предмета. Развитие умения классифицировать. Релаксационные упражнения;

Раздел 3. Контрольная диагностика (1 час)

Диагностика «10 слов»; «Исключение лишнего»; «Простые аналогии»; «Смысловая память» «Методика Пьерона-Рузера»; «Напряженное состояние», «Мотивация учения» (методика Н.Г. Лусканова). Подведение итогов курса.

Тематическое планирование

5 класс

№	Тема	Основные виды учебной деятельности	Содержание коррекционно-развивающей работы	Количество часов
1	«Я - пятиклассник»	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Знакомство с помощью игры «МЯЧ» Задание «Принятие правил» Упражнение «Те, кто» Упражнение «Продолжи фразу» Релаксационные упражнения на руки Упражнение «Школьный путь» Поменяться местами по какому-либо признаку Анализ занятия (обратная связь)	1
2	«Какие мы разные».	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Упражнение «Давайте поздороваемся» "Что я люблю" с запоминанием других. Один начинает предложение, другой его заканчивает Упражнение «Гипотетическая ситуация» Упражнение «Что важно для меня?»	1

			Совместный рисунок	
3	«Познаем себя»	Практическая работа, игровая деятельность	Настрой на занятие Бросать друг другу мяч с любым вопросом "о тебе" Упражнение "«Кто я? Какой я?» Обсуждение домашнего задания. Игра "Ошибки Мишани Релаксационное упражнение. Рассказать про себя что-нибудь хорошее Рефлексия занятия. Домашнее задание.	1
4	«У нас новенький!»	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Добрый-злой мяч Обсуждение домашнего задания Беседа «Здравствуй, новичок, будем учиться на отлично!» Релаксационное упражнение Упражнение «Вот я какой! Угадали?»	1
5	«Я и учеба»	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Упражнение «От всей души...» Методика «Незаконченные предложения» Мини-лекция «Как организовать свои занятия» Игра «Выпутываемся из проблем». Релаксационное упражнение Дискуссия «Школьная оценка». Рисунок «Мое настроение в школе»	1
6	«Наши эмоции»	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Упражнение «Дорисуй и передай» Обсуждение домашнего задания Игра «Угадай эмоцию» Упражнение «Фигуры эмоций» Игра «Назови эмоцию» Игра «Изобрази эмоцию» Релаксационное упражнение. Упражнение «Поставь балл эмоции»	1
7	«Хозяин эмоций»	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Игра «Пчелы» . Игра «Изобрази ногами» Игра «Расскажи стишок» Игра «Походки» Релаксация «Цветок»	1

			Игра: «Зверята» Игра «любящий взгляд».	
8	«Понимаем ли мы друг друга?»	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Ролевая гимнастика: Упражнение: «Где я?» Обсуждаем, сравниваем понятия «слушать и «слышать». Тест «Умеете ли вы слушать?» Упражнение «Рисунок по инструкции» Релаксационное упражнение. Драматизация истории. Рефлексия занятия.	1
9	«Будь внимателен!»	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Игра «Два дела одновременно» Игра «Не повторяйся!» Упражнение на воображение Упражнение «Эксперимент» Мини-лекция «Правила самоорганизации внимания» Упражнение «Письмо» Упражнение «Шестерка»	1
10	Режим дня пятиклассника	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Анкета «Режим дня пятиклассника» Беседа «Режим дня школьника» Гигиенические нормативы Рефлексия занятия	1
11	Культура учебного труда	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Беседа «Ученик 5 класса методика «Дерево успехов». Дискуссия «Как надо работать на уроках?» Памятка «Как готовить домашние задания». Рефлексия занятия	1
12	Наши учителя	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Упражнение «Учебные предметы» Игра «Учителя нашей школы» Упражнение «Учительница первая моя» Рефлексия занятия	1
14	Трудно ли быть учителем?	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Дискуссия «Учитель – личность – профессионал» Игра «Ты – учитель» Рефлексия занятия	1
15	Мои одноклассники	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Упражнение «Комплимент». Игра «Презентация одноклассника». Игра «Кто это?» Рефлексия занятия	1
16	Оценка. Как ее выставляют?	Беседа, практическая работа, игровая	Игра «Выстави однокласснику оценку» Беседа «Правильное	1

		деятельность	отношение к оценке» Рефлексия занятия	
17	Вот я какой!	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Игра "Я - настоящий. Я - супер» Упражнение «Рисунок по инструкции» Релаксационное упражнение. Рефлексия занятия	1
18	Наша сила в том, что мы разные	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Упражнение «Ищу друга» (единомышленника) Дискуссия по вопросам Рефлексия занятия	1
19	Конфликт или взаимодействие?	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Игра «Ха-ха» Релаксационное упражнение. Рефлексия занятия	1
20	Как разрешать конфликтные ситуации?	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Дискуссия по вопросам Игра «Пойми меня» Рефлексия занятия	1
21	Как реагировать на негативное замечание?	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Методика Филлипса Упражнение «Рисунок по инструкции» Рефлексия занятия	1
22	Школа, в которой хотелось бы учиться	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Методика Филлипса. Проективная методика «Коллективный рисунок» Дискуссия по вопросам Рефлексия занятия	1
23	«Самоорганизация»	Беседа, практическая работа, игровая деятельность	Упражнение «Привет и комплимент в подарок» Упражнение: «Настоящий школьник - это...» Релаксация «Цветок» Кинезиологическое упражнение Мини-лекция «Как организовать свои занятия» Анализ занятия (обратная связь)	1
24	Развитие воображения.	Практическая работа	«Неоконченный рисунок»; «О чем рассказала музыка»; «Поможем художнику»; «Чудесные превращения»; «Придумай окончание истории».	1
25	Развитие эмоциональности и творческого воображения.	Практическая работа	Разминка. Упражнения, направленные на развитие эмоциональности и творческого воображения Упражнение «На что похожи	1

			наши ладошки»; «Три краски»;	
26	Развитие воображения. Развитие художественного восприятия.	Практическая работа	«Поможем художнику»; «Чудесные превращения»; «Придумай окончание истории».	1
27	Развитие концентрации внимания.	Практическая работа	Конкурс «Профессия - детектив»; Лабиринты; Анаграммы; игра «Аэропорт»; Развитие концентрации внимания.	1
28	Развитие распределения и переключения внимания. Развитие объема внимания.	Практическая работа	Упражнения «Найди букву»; «Зеркало» «Мозговая гимнастика»; Упражнения «Найди букву»; «Зеркало»; Конкурс «Профессия - детектив»; Лабиринты;	1
29	Развитие зрительной памяти.	Практическая работа	«Мозговая гимнастика»; игра «Фотоаппараты»; «Сделай, как я»; «Запомни точки»; «Матрешки». «Запоминаем вместе». «Нарисуй фигуру». «С какой ветки детки?»; Рефлексия	1
30	Развитие слуховой памяти. Развитие двигательной памяти.	Практическая работа	«Сделай, как я»; игра «Радио»; «Матрешки». «Запоминаем вместе»	1
31	Развитие логической памяти.	Практическая работа	«Матрешки». «Нарисуй фигуру» «С какой ветки детки?»;	1
32	Развитие мышления. Сравнение. Развитие мышления. Анализ и синтез.	Практическая работа	«Разминка»; Развитие умения устанавливать причинно-следственные связи. Упражнение «Найди пару». Упражнение «Последовательности». Упражнение «Подбери общее понятие». Выделение признаков предмета. Рефлексия.	1
33	Развитие мышления. Установление логических связей.	Практическая работа	Упражнение «Разложи по группам». Релаксационные упражнения; Выделение признаков предмета. Рефлексия.	1
34	Контрольная диагностика	Практическая работа, диагностическая работа	«10 слов»; «Исключение лишнего»; «Простые аналогии»; «Смысловая память» «Методика Пьерона-	1

			Рузера»; «Напряженное состояние», «Мотивация учения» (методика Н.Г. Лусканова)	
Итого	34			

**Календарно-тематическое планирование коррекционно-развивающих занятий в 5
классе**

№	Тема	Дата	Содержание коррекционно-развивающей работы	Количес- тво часов
1	«Я - пятиклассник»		Знакомство с помощью игры «МЯЧ» Задание «Принятие правил» Упражнение «Те, кто» Упражнение «Продолжи фразу» Релаксационные упражнения на руки Упражнение «Школьный путь» Поменяться местами по какому- либо признаку Анализ занятия (обратная связь)	1
2	«Какие мы разные».		Упражнение «Давайте поздороваемся» "Что я люблю" с запоминанием других. Один начинает предложение, другой его заканчивает Упражнение «Гипотетическая ситуация» Упражнение «Что важно для меня?» Совместный рисунок	1
3	«Познаем себя»		Настрой на занятие Бросать друг другу мяч с любым вопросом "о тебе" Упражнение "«Кто я? Какой я?» Обсуждение домашнего задания. Игра "Ошибки Мишани Релаксационное упражнение. Рассказать про себя что-нибудь хорошее Рефлексия занятия. Домашнее задание.	1
4	«У нас новенький!»		Добрый-злой мяч Обсуждение домашнего задания Беседа «Здравствуй, новичок, будем учиться на отлично!» Релаксационное упражнение Игра "Наши учителя" Упражнение «Вот я какой! Угадали?»	1
5	«Я и учеба»		Упражнение «От всей души...» Методика «Незаконченные предложения» Мини-лекция «Как организовать	1

			свои занятия» Игра «Выпутываемся из проблем». Релаксационное упражнение Дискуссия «Школьная оценка». Рисунок «Мое настроение в школе»	
6	«Наши эмоции»		Упражнение «Дорисуй и передай» Обсуждение домашнего задания Игра «Угадай эмоцию» Упражнение «Фигуры эмоций» Игра «Назови эмоцию» Игра «Изобрази эмоцию» Релаксационное упражнение. Упражнение «Поставь балл эмоции»	1
7	«Хозяин эмоций»		Игра «Пчелы» . Игра «Изобрази ногами» Игра «Расскажи стишок» Игра «Походки» Релаксация «Цветок» Игра: «Зверята» Игра «любящий взгляд».	1
8	«Понимаем ли мы друг друга?»		Ролевая гимнастика: Упражнение: «Где я?» Обсуждаем, сравниваем понятия «слушать и слышать». Тест «Умеете ли вы слушать?» Упражнение «Рисунок по инструкции» Игра «Пойми меня» Релаксационное упражнение. Драматизация истории. Рефлексия занятия.	1
9	«Будь внимателен!»		Игра «Два дела одновременно» Игра «Не повторяться!» Упражнение на воображение Упражнение «Эксперимент» Мини-лекция «Правила самоорганизации внимания» Упражнение «Письмо» Упражнение «Шестерка»	1
10	Режим дня пятиклассника		Анкета «Режим дня пятиклассника» Беседа «Режим дня школьника» Гигиенические нормативы Рефлексия занятия	1
11	Культура учебного труда		Беседа «Ученик 5 класса методика «Дерево успехов». Дискуссия «Как надо работать на уроках?»	1

			Памятка «Как готовить домашние задания». Рефлексия занятия	
12	Наши учителя		Упражнение «Учебные предметы» Игра «Учителя нашей школы» Упражнение «Учительница первая моя» Рефлексия занятия	1
14	Трудно ли быть учителем?		Дискуссия «Учитель - личность - профессионал» Игра «Ты - учитель» Рефлексия занятия	1
15	Мои одноклассники		Упражнение «Комплимент». Игра «Презентация одноклассника». Игра «Кто это?» Рефлексия занятия	1
16	Оценка. Как ее выставляют?		Игра «Выстави однокласснику оценку» Беседа «Правильное отношение к оценке» Рефлексия занятия	1
17	Вот я какой!		Игра "Я - настоящий. Я - супер» Релаксационное упражнение. Рефлексия занятия	1
18	Наша сила в том, что мы разные		Упражнение «Ищу друга» (единомышленника) Дискуссия по вопросам Рефлексия занятия	1
19	Конфликт или взаимодействие?		Игра «Ха-ха» Релаксационное упражнение. Рефлексия занятия	1
20	Как разрешать конфликтные ситуации?		Дискуссия по вопросам Рефлексия занятия	1
21	Как реагировать на негативное замечание?		Методика определения тревожности Филлипса Рефлексия занятия	1
22	Школа, в которой хотелось бы учиться		Методика Филлипса. Проективная методика «Коллективный рисунок» Дискуссия по вопросам Рефлексия занятия	1
23	«Самоорганизация»		Упражнение «Привет и комплимент в подарок» Упражнение: «Настоящий	1

			школьник – это...» Релаксация «Цветок» Кинезиологическое упражнение Мини-лекция «Как организовать свои занятия» Анализ занятия (обратная связь)	
24	Развитие воображения.		«Неоконченный рисунок»; «О чем рассказала музыка»; «Поможем художнику»; «Чудесные превращения»; «Придумай окончание истории».	1
25	Развитие эмоциональности и творческого воображения.		Разминка. Упражнения, направленные на развитие эмоциональности и творческого воображения Упражнение «На что похожи наши ладошки»; «Три краски»;	1
26	Развитие воображения. Развитие художественного восприятия.		«Поможем художнику»; «Чудесные превращения»; «Придумай окончание истории».	1
27	Развитие концентрации внимания.		Конкурс «Профессия - детектив»; Лабиринты; Анаграммы; игра «Аэропорт»; Развитие концентрации внимания.	1
28	Развитие распределения и переключения внимания. Развитие объема внимания.		Упражнения «Найди букву»; «Зеркало» «Мозговая гимнастика»; Упражнения «Найди букву»; «Зеркало»; Конкурс «Профессия - детектив»; Лабиринты;	1
29	Развитие зрительной памяти.		«Мозговая гимнастика»; игра «Фотоаппараты»; «Сделай, как я»; «Запомни точки»; «Матрешки». «Запоминаем вместе». «Нарисуй фигуру». «С какой ветки детки?»; Рефлексия	1
30	Развитие слуховой памяти. Развитие двигательной памяти.		«Сделай, как я»; игра «Радио»; «Матрешки». «Запоминаем вместе»	1
31	Развитие логической памяти.		«Матрешки». «Нарисуй фигуру» «С какой ветки детки?»;	1
32	Развитие мышления. Сравнение.		«Разминка»; Развитие умения устанавливать причинно-следственные связи. Упражнение	1

	Развитие мышления. Анализ и синтез.		«Найди пару». Упражнение «Последовательности». Упражнение «Подбери общее понятие». Выделение признаков предмета. Рефлексия.	
33	Развитие мышления. Установление логических связей.		Упражнение «Разложи по группам». Релаксационные упражнения; Выделение признаков предмета. Рефлексия.	1
34	Контрольная диагностика		«10 слов»; «Исключение лишнего»; «Простые аналогии»; «Смысловая память» «Методика Пьерона-Рузера»; «Напряженное состояние», «Мотивация учения» (методика Н.Г. Лусканова)	1
Итого	34			