**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**

**«Школа № 81»**

**г. Нижнего Новгорода**

**Принята**  **Утверждена**

Решением педагогического совета Директор

Протокол № 6 от 03.06.2017г. МАОУ «Школа № 81»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.Н.Кнутов

Приказ от 05.06.2017г. № 212

**Дополнительное образование**

(Социально-педагогическая направленность)

**Программа работы кружка**

**«Я и моя школа»**

(Срок реализации – 1 год, для детей с 10 лет)

Руководитель:

Самойлина А. А.,

Педагог-психолог

г. Нижний Новгород

2017 год

**СОДЕРЖАНИЕ**

Стр.

1. Пояснительная записка……………………………………………………………….…3
2. Учебно - тематический план …………………………………………………………....5
3. Методическое обеспечение……………………………………………………………...6
4. Список литературы………………………………………………………………………7

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В 5-м классе ко всем проблемам подросткового возраста добавляется проблема адаптации к новым условиям обучения. Под адаптацией принято понимать - в широком смысле - приспособление к окружающим условиям. Адаптация имеет два спектра - биологический и психологический. Мы ведем речь именно о психологической адаптации обучающихся, т. к. им в настоящий период необходимо приспособиться к новым условиям школьной действительности, начиная от внешних (кабинетная система) и заканчивая внутренними (установление контактов с разными учителями, усвоение новых предметов).

Надо заметить, что с понятием «адаптация» тесно связано понятие «готовность к обучению в средней школе». Не все обучающиеся начальной школы подготовлены к переходу в среднюю. Можно выделить следующие составляющие понятия «готовность к обучению в средней школе»:

1. Сформированность основных компонентов учебной деятельности, успешное усвоение программного материала.

2. Новообразования младшего школьного возраста - произвольность, рефлексия, мышление в понятиях.

3. Качественно иной, более «взрослый» тип взаимоотношений с учителями и одноклассниками.

Большинство проблем, трудностей адаптации вызвано двумя группами причин: недостатками в обучении школьников и нарушениями характера их общения со значимыми людьми.

Независимо от того, каким образом начинается учебный год в школе, процессадаптации, так или иначе, идет. Вопрос только в том, сколько времени уйдет у ребенка и учителя на него и насколько этот процесс будет эффективен. Поэтому смысл адаптационного периода в школе состоит в том, чтобы сделать естественный процесс более интенсивным.

Пятикласснику для успешной адаптации необходимо уметь устанавливать адекватные ролевые (соответствующие роли ученика) межличностные (соответствующие его личным потребностям) отношения с педагогами. Очень важно научить ребенка чувствовать и проявлять уважение к учителю (хотя бы как к взрослому человеку).

А также необходимо уметь взаимодействовать с другими людьми; владеть навыками общения.

Если ученики не в силах справиться с возникшими новыми условиями (адаптироваться), а также справиться с трудностями в обучении, общении со сверстниками и учителями, с внутренними своими душевными проблемами, можно сказать у них преобладает школьная дезадаптация.

Данная программа направлена создание условий, позволяющих пятикласснику как можно легче и радостнее пройти новый этап школьного обучения; поддержать и развить в детях интерес к знаниям.

**Основная цель программы** - формирование и развитие позитивного отношения к школе, что подразумевает, в частности, развитие эмоциональной сферы детей, умения понимать свое эмоциональное состояние, распознавать чувства других людей.

В соответствии с этой целью формируются **задачи программы.**1. Актуализация школьных переживаний.  
2. Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.  
3. Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.  
4. Формирование позитивного отношения к сверстникам.  
5. Развитие внутренней активности детей, уверенности в себе.  
6. Формирование стремления к реализации своих способностей.  
7. Снятие тревожности, эмоционального напряжения.  
8. Развитие произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.  
9. Помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями.

Структура занятия: каждое занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие элементы: ритуал приветствия; основное содержание, которое направленно на развитие навыков общения; рефлексию по поводу данного занятия и ритуал прощания.

В ходе работы используются: игровые **методы**, элементы тренинга, метод групповой дискуссии, проективные методики рисуночного и вербального типов, а также психогимнастика. Предпочтение отдаётся игре, т. к. она является ведущей формой организации общения детей этого возраста.

**Основные формы работы:**

- Самостоятельная работа, работа в парах.

- Коллективные обсуждения, дискуссии.

- Игротерапия, арттерапия

Программа представляет собой цикл из 28 занятий. Продолжительность одного занятия 1 час. Режим проведения: одно занятие в неделю. Наполняемость группы — 10 - 15 человек.

**УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Количество часов** | **Дата**  **проведения** |
| 1 | Давайте познакомимся | 2 |  |
| 2 | Первичная диагностика | 1 |  |
| 3 | Тайна моего «Я» | 1 |  |
| 4 | Мой внутренний мир | 1 |  |
| 5 | Мои достоинства, недостатки | 1 |  |
| 6 | Мои чувства | 1 |  |
| 7 | Чем я отличаюсь от других | 1 |  |
| 8 | Мое увлечение/ хобби | 1 |  |
| 9 | Мы такие разные | 1 |  |
| 10 | Я и мои друзья | 1 |  |
| 11 | Я в школе | 1 |  |
| 12 | Конфликт или взаимодействие? | 1 |  |
| 13 | Учимся сотрудничеству | 1 |  |
| 14 | Легко ли быть учеником | 1 |  |
| 15 | Моя учеба в школе | 1 |  |
| 16 | Что поможет мне учиться | 1 |  |
| 17 | Правила школьной жизни | 1 |  |
| 18 | Узнай свою школу | 1 |  |
| 19 | Трудно ли быть настоящим учителем? | 1 |  |
| 20 | Учитель-ученик | 1 |  |
| 21 | Я + Мы | 1 |  |
| 22 | Мы единое целое | 1 |  |
| 23 | Теперь я другой | 1 |  |
| 24 | Мы дружная команда | 1 |  |
| 25 | Большая игра: «Ученики» | 2 |  |
| 26 | Итоговая диагностика | 1 |  |

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Каждое занятие состоит из 3-х частей: вводной, основной и заключительной.

Целью вводной части является эмоциональное раскрепощение детей, снятие напряжения и скованности в поведении.  
Содержание основной части соответствует задачам программы.  
Целью заключительной части является подведение итогов занятия, выделение наиболее успешных ребят, их поощрение за старания, пожелание приятного друг другу.  
Все упражнения и игры, используемые в программе можно подразделить на 5 групп:

К первой группе относятся игры и упражнения, направленные на снятие напряжения и раскрепощение детей, дающие возможность проявить индивидуальность: «Чет и нечет», «Принц – на - цыпочках», «Путешествие по классной доске» и т.д.

Вторая группа игр направлена на выработку правильного отношения к ошибкам и неудачам, на формирование уверенности в себе, стремления к реализации своих способностей: «На ошибках учатся», «Ученик дня», «Верить и стараться» и др.

К третьей группе относятся игры и упражнения, направленные на актуализацию школьных переживаний, снижение тревожности и страхов: «Неоконченные предложения», «Школа – фантазия», «Что делает учитель», «Что я чувствую в школе», «Учитель, ученик» и др.

Четвертую группу составляют игры, способствующие развитию произвольности, внутреннего плана действий: «Друг к дружке», «Кто точнее?», «Найти смысл» и др.

Пятая группа игр и упражнений направлена на формирование позитивного отношения к сверстникам: «Мой класс», «Найти пару», «Подари подарок другу» и др.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. М., 1995.
2. Клюева Н.В., Филиппова Ю.В. Общение. – Ярославль: Академия развития: Академия холдинг, 2001. – 160с.
3. Клюева Н.В. Психолог и семья: диагностика, консультации, тренинг, - Ярославль: Академия развития, 2001 – 160с.
4. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: Искусство отношений. – М.: Международная пед. акад., 1994. – 365с.
5. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов и родителей. – М.:»Издательство ГНОМ и Д», 2000. – 160с.
6. Прихожан А.М. Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе. М., 1994.
7. Сартан П.Н. Тренинг самостоятельности у детей. – М.: Сфера, 2001. – 128с.
8. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? (1–4 ч.) М., 1998.
9. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Программа формирования психологического здоровья у младших подростков. - М.: Генезис, 2001. – 280с.