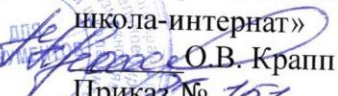


Министерство образования и науки Алтайского края
Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение для обучающихся
, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Алейская общеобразовательная школа-интернат»

Рассмотрено
на заседании ППк
 О.В. Гербер
Протокол № 1
от «30.08» 2024 г.



Утверждаю
Директор
КГБОУ «Алейская
общеобразовательная
школа-интернат»
 О.В. Крапп
Приказ № 107
от «30» 08 2024 г.

Рабочая программа
коррекционного курса «Психокоррекционные занятия»
«Адаптация к 5 классу»

5 класс

Срок реализации программы: 2024-2025 учебный год

Разработана: О.В. Гербер,
педагогом-психологом

г. Алейск, 2024 г.

**Рабочая программа
коррекционного курса
«Психокоррекционные занятия»
«Адаптация к 5 классу»**

(5 класс)

1. Пояснительная записка

Программа составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599.
3. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
4. Учебный план КГБОУ «Алейская общеобразовательная школа-интернат».

Цель: Сохранение психического здоровья обучающихся 5 класса через повышение адаптивных возможностей детей в ходе специально организованной деятельности.

Задачи:

1. Создать условия для успешной адаптации обучающихся 5-х классов к новым условиям обучения в средней школе.
2. Повысить уровень психологической готовности детей к успешному обучению, усвоению знаний, познавательному развитию.
3. Создать комфортный психологический климат в классном коллективе через принятие норм взаимоотношений со сверстниками и педагогами.
4. Способствовать снижению уровня школьной тревожности.
5. Предупредить и преодолеть трудности адаптационного периода у обучающихся.
6. Формировать у обучающихся адекватное отношение к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, а также представлений о себе как о человеке с большими возможностями развития.

2. Общая характеристика коррекционного курса:

Переход в 5-й класс – важный и сложный период в жизни детей. Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе, кроме того дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба.

Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным – адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики результатам, или негативным – стресс. При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды). Именно поэтому необходимо проведение занятий с обучающимися, которые приводили бы к наиболее адекватному, почти безболезненно му

приспособлению к новым условиям, которые позволяли бы формировать положительное отношение к школе, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Практической основой для данной программы стала в несколько измененном виде программа Коблик Е. Г. «Первый раз в пятый класс». — М.: Генезис, 2007.

3. Описание места коррекционного курса в учебном плане:

Коррекционный курс входит в учебный план образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа рассчитана на 21 занятие, продолжительностью 40 минут.

4. Личностные результаты освоения коррекционного курса:

Личностные результаты:

Снижение уровня школьной тревожности; позитивная динамика эмоционального развития ребенка; гармонизация образа “Я” (позитивная самооценка); повышение уверенности в себе и своих возможностях; формирование у детей позитивного отношения к школе, к учителям и одноклассникам.

Эмоциональное благополучие каждого ребенка в классе.

Овладение необходимыми коммуникативными навыками в общении с педагогами и старшеклассниками.

Достижение необходимого уровня психологической компетентности педагогов и родителей по проблемам адаптационного периода.

Уменьшение количества обучающихся с высоким уровнем тревожности.

5. Содержание коррекционного курса:

Основные направления профилактической работы:

Первый этап – диагностический. Включает в себя психологические тесты и проективные методики, позволяющие исследовать личностные особенности учащихся и эмоциональное состояние каждого ребенка.

Второй этап – информационно-практический. Включает в себя психологические занятия для пятиклассников, родительские собрания, семинар для педагогов, индивидуальные и групповые консультации для всех участников образовательного процесса.

Третий этап – итоговый. Включает в себя подведение итогов реализации программы, которое проходит на основе сравнительного анализа диагностических данных.

Занятия включают в себя изучение индивидуальных особенностей пятиклассников и цикл тренинговых адаптационных занятий.

Содержание занятий определяется целями занятий, для которых характерно сочетание как традиционных методов и приемов, так и инновационных (рисуночные тесты, рисование под музыку, сказкотерапия и т.д.). Традиционные методы, используемые на занятиях, обогащаются игровыми ситуациями. Программа предусматривает проведение занятий в различных формах: групповой, парной, индивидуальной.

В структуру программы входят блоки:

1 блок – Диагностический – 7 занятий. В начале курса занятий проводится диагностика развития когнитивной и эмоционально-волевой сфер.

2блок - Коррекционно-развивающие занятия – 10 занятий (с учетом возрастных особенностей обучающихся). Занятия направлены на развитие и коррекцию познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы, снятия эмоционального напряжения, формирование и развитие УУД, развитие психических процессов.

3 блок – Диагностический – 4 занятия. По окончании курса занятий проводится диагностика динамики когнитивных и эмоционально-волевой сфер.

Общая структура занятия:

1 часть: "Разминка", в которую включены упражнения для профилактики нарушений зрения, дыхательные упражнения, настрой на предстоящую деятельность.

2 часть: "Основная", в которую включены упражнения, направленные на коррекцию и развитие познавательной сферы (внимание, мышление, воображение, память, саморегуляция).

3 часть: "Заключительная", в которой подводятся итоги занятия, проводится "рефлексия".

На занятиях детям обеспечивается право на уважение собственного человеческого достоинства, свободу выражения своего мнения; уважения мнения другого человека и уважительное отношение к каждому, как полноправной личности.

В работе с детьми используется новое оборудование, полученное в ходе реализации федерального проекта «Современная школа» национального проекта «Образование»: набор «Альтернативная коммуникация». Распорядок дня», дидактическая панель «Времена года, дерево», интерактивный стол «Экватор 32 М», вибромзыкальный сухой бассейн и шарики для сухого бассейна, дидактический набор «Дары Фребеля».

6.Календарно-тематическое планирование по программе «Адаптация к 5 классу»

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
	План	Факт			
1 четверть					
1 блок Диагностический					
1	09.09.24г.		Диагностика интеллектуальной готовности к обучению в среднем звене	1	С использованием дидактического набора «Дары Фребеля», дидактической панели «Времена года, дерево», интерактивного стола «Экватор 32 М». <u>Методики для определения уровня памяти:</u> - вербально-слуховой кратковременной; - смысловой 2. <u>Методика на изучение внимательности, сформированности функций контроля.</u>
2	16.09.24г.		Диагностика интеллектуальной	1	С использованием дидактического набора «Дары Фребеля», дидактической панели «Времена года, дерево», интерактивного стола

			готовности к обучению в среднем звене		«Экватор 32 М». <u>Методики на определение степени овладения логическими операциями мышления:</u> - способность выделять существенное; - сравнение; - обобщение
3	23.09.24г.		Диагностика интеллектуальной готовности к обучению в среднем звене	1	С использованием дидактического набора «Дары Фребеля», дидактической панели «Времена года, дерево», интерактивного стола «Экватор 32 М». <u>Методики на определение степени овладения логическими операциями мышления:</u> - классификации; - анаграмма; - анализ отношений понятий (аналогия)
4	07.10.24г.		1.Диагностика интеллектуальной готовности к обучению в среднем звене 2.Диагностика мотивационной сферы	1	С использованием дидактического набора «Дары Фребеля», дидактической панели «Времена года, дерево», интерактивного стола «Экватор 32 М». <u>1.Методика на определение некоторых сторон речевого развития: понимания речи, сформированности письменной речи; уровня смысловой памяти:</u> - воспроизведение рассказа 2.Диагностика мотивационной сферы (анкета для оценки уровня школьной мотивации Н.Лускановой).
5	14.10.24г.		Диагностика адаптации учащихся к школе	1	<u>1.Опросник «Чувства в школе».</u> <u>2.Опросник «Отношение к учебным предметам».</u> <u>3. «Черты идеального учителя».</u>
6	21.10.24г.		Диагностика школьной тревожности	1	Тест школьной тревожности Филлипса. <u>Релаксация в вибромзыкальном сухом бассейне с шариками.</u>
Итого				6	
2 четверть					
1	11.11.24г.		Диагностика эмоционального состояния	1	<u>Проективная методика «Шарики чувств»</u> (диагностика чувств ребенка, которые он испытывает в школе в разных ситуациях).

2 блок Профилактические занятия					
Знакомство					
2	18.11.24г.		«Давайте познакомимся!»	1	С использованием набора «Альтернативная коммуникация». Распорядок дня». 1.Ритуал приветствия: Здрав – ствуй – те 2.Работа по теме: -Притча «Если хочешь быть счастливым, будь им». -Вопросы и задания по прочитанному. 3.Знакомство с правилами тренингов («Да» - «Нет») 4.«Проективная методика «Несуществующее животное». 5.<u>Релаксация в вибромusзыкальном сухом бассейне с шариками.</u>
3	25.11.24г.		«Что такое 5 класс»	1	С использованием набора «Альтернативная коммуникация». Распорядок дня». 1.Ритуал приветствия. 2.Работа по теме. 3.Упражнение «Продолжи фразу». 4.«Школьный путь». 5.Упражнение «Те, кто...» 6.Упражнение «Школьный путь». 7.Упражнение «Что важно для меня?» 8.Анкета для пятиклассников. 9.Рефлексия. 10.Притча «Одноклассники».
Я в этом огромном мире					
4	02.12.24г.		«Какой я и чем отличаюсь от других?»	1	С использованием набора «Альтернативная коммуникация». Распорядок дня». 1.Ритуал приветствия. 2.Работа по теме. 3.Упражнение «Ласковое имя». 4.Анкета «Вот я какой!». 5.Упражнение «Поменяйтесь местами те ...» 6.«Кактус». Графическая методика М.А. Панфиловой.

5	09.12.24г.		«Мир информации»	1	7.Рефлексия. С использованием набора «Альтернативная коммуникация». Распорядок дня». 1.Ритуал приветствия. 2.Работа по теме. 3.Упражнение «Мое приветствие». 4.Упражнение «Память на лица». 5.Упражнение «Испорченный телефон». 6.Притча «Два волка». 7.Рефлексия.
6	16.12.24г.		«Я могу»	1	1.Ритуал приветствия. 2.Работа по теме. 3.Упражнение «Догадайся». 4.Упражнение «Ладонь». 5.Упражнение «Я могу, я умею». 6.Слушание сказки О. Горьковой «Фламинго» 7.Обсуждение сказки и выполнение иллюстраций к ней. 8.Рефлексия.
7	23.12.24г.		«Мир эмоций»	1	1.Ритуал приветствия. 2.Работа по теме. 3.Упражнение «Угадай эмоцию». 4.Упражнение «Фигуры эмоций». 5.Упражнение «Изобрази эмоцию». 6.Упражнение «Поставь балл эмоции». 7.Притча «Обида на песке» (Приложение 1). 8.Рефлексия.
Итого: 7					
3 четверть					
Мы – единое целое!					
1	13.01.25г.		«Наши классные уголки»	1	1.Ритуал приветствия. 2.Работа по теме. 3.Упражнение «Гусеничка». 4.Работа в группах. 5.Рефлексия.

					6. Релаксация в вибромusзыкальном сухом бассейне с шариками.
2	20.01.25г.		«Понимаем ли мы друг друга»	1	1.Ритуал приветствия. 2.Работа по теме. 3.Упражнение «Мне в тебе нравится». 4.Упражнение «Рисунок по инструкции». 5.Упражнение «Кораблик успехов». 6.Упражнение «Пойми меня». 7.Игра-шутка «Пойми меня». 8.Игра «Гомеостат». 9.Рефлексия.
3	27.01.25г.		«Без друзей меня чуть-чуть»	1	1.Ритуал приветствия. 2.Работа по теме. 3.Упражнение «Дерево и ветер». 4.Упражнение «Кораблекрушение». 5.Упражнение «Рисунок дружбы». Детям предлагается нарисовать образ дружбы. Обсуждение. 6.Упражнение «Групповая дискуссия». 7.Пословицы и поговорки о дружбе. 8.Рефлексия.
4	03.02.25г.		«Мы и наш класс»	1	1.Ритуал приветствия. 2.Работа по теме. 3.Упражнение «Коллаж класса». 4.Упражнение «Какие мы». 5.Проективная методика «Дерево». 6.Оценка эффективности занятий. <u>7.Релаксация в вибромusзыкальном сухом бассейне с шариками.</u>
3 блок Диагностический					
5	10.02.25г.		Диагностика мотивационной сферы	1	Диагностика мотивационной сферы (анкета для оценки уровня школьной мотивации Н.Лускановой). С использованием набора «Альтернативная коммуникация». Распорядок дня», интерактивного стола «Экватор 32 М».
6	17.02.25г.		Диагностика адаптации	1	1.Опросник «Чувства в школе».

			учащихся к школе		2.Опросник «Отношение к учебным предметам». 3.«Черты идеального учителя». 4.Релаксация в вибромusзыкальном сухом бассейне с шариками.
7	24.02.25г.		Диагностика школьной тревожности	1	Тест школьной тревожности Филлипса. Релаксация в вибромusзыкальном сухом бассейне с шариками.
8	03.03.25г.		Диагностика эмоционального состояния	1	Проективная методика «Шарики чувств» (диагностика чувств ребенка, которые он испытывает в школе в разных ситуациях). Релаксация в вибромusзыкальном сухом бассейне с шариками.
Итого:				8	

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса:

Компьютер, принтер.

В работе с детьми используется новое оборудование: набор «Альтернативная коммуникация». Распорядок дня», дидактическая панель «Времена года, дерево», интерактивный стол «Экватор 32 М», вибромusзыкальный сухой бассейн и шарик для сухого бассейна, дидактический набор «Дары Фребеля».

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса:

Основная литература:

1. Коблик Е. Г. Первый раз в 5 класс. Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2003. – 122 с.
2. Коробкина С.А. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах (1, 5, 10 классы): система работы с детьми, родителями, педагогами / авт.-сост. С. А. Коробкина. – Волгоград: Учитель, 2010. – 238 с.
3. Останина Н. Я и школа: Программа развития адаптивных возможностей учащихся при переходе в среднее звено / Н. Останина // Школьный психолог. Приложение к газете "Первое сентября". - 2003. - №41.
4. Прихожан А. Пятиклассники: Собрание для родителей пятиклассников (психологические аспекты): методический материал / А. Прихожан // Школьный психолог. Приложение к газете "Первое сентября". - 2002. - №12.

Интернет-ресурсы:

<https://ihfouruk.ru>