

## **Аннотация к программе внеурочной деятельности «Я пятиклассник»**

Данная программа составлена на основе нормативных документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования от 17 декабря 2010 г. № 1897 (в ред. Приказа Минобрнауки РФ от 29.12.2014 № 1644)
2. Письма МОН РФ № 03-296 от 12.05.2011 «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС ООО»
3. Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ СОШ с. Красноармейское
4. Учебного плана ГБОУ СОШ с. Красноармейское на 2020-2021 учебный год

Содержание данной программы ставит целью обучение подростков использованию социально приемлемых способов снятия внутреннего напряжения, конструктивным способам взаимодействия с окружающим. В данной работе представлены разработки занятий с элементами тренинга, которые рекомендуется проводить в первые недели обучения.

Программа предназначена для организации совместной работы психолога, классного руководителя и учителей-предметников на начальном этапе обучения в пятом классе. Она состоит из диагностического и информационно–практического блоков и рассчитана на 35 часов.

**Режим занятий:** программа предполагает проведение занятий 1 раз в неделю. Продолжительность занятий 40 минут.

**Количество обучающихся** - 15-20 человек.

### **Цель Программы**

Обеспечение психологической комфортности пятиклассников в период адаптации к новым условиям обучения в условиях сенсорной комнаты.

### **Задачи Программы**

1. Повышение компетентности в сфере общения, совершенствование коммуникативных навыков
2. Осознание своих ощущений и переживаемых чувств
3. Адекватное восприятие себя и других в ситуациях общения
4. Развитие и совершенствование способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции
5. Формирование адекватных способов реагирования в ситуациях взаимодействия со сверстниками и взрослыми
6. Развитие навыков уверенного поведения
7. Познание своих сильных и слабых сторон
8. Развитие навыков рефлексии
9. Снижение эмоционально - психического напряжения

### **Место учебного курса в учебном плане**

Программа внеурочной деятельности «Я пятиклассник» предназначена для обучающихся 5 классов, имеющих различные хронические заболевания, в

том числе дети с ОВЗ; школьников, испытывающих трудности в адаптации на второй ступени обучения.

**Учебно-методическое обеспечение курса внеурочной деятельности:**

1. Грецов А. Г. Тренинг общения для подростков. СПб, 2007.
2. Королева Е. В. Проблемные ситуации в школе и способы их решения. М, 2006.
3. Зверева Н. Тренинг социальной адаптации для людей с ограниченными возможностями. СПб., 2008.
4. Лютова Е. К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб., 2006.
5. Петрусинский В. В. Искусство общения в играх. М., 2007.
6. Слободяник Н. П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении. М., 2004.
7. Смирнова Е. Е. Познаю себя и учусь управлять собой. СПб., 2007.
8. Школьный психолог. 2005, №11.