

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 1 ГОРОДА КИРОВСКОЕ  
ШАХТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА»  
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО на заседании ШМО Протокол № 2 от «26» августа 2025 г. Председатель ППк  И.Л. Сабельникова	СОГЛАСОВАНО зам. директора по УВР  И.Л. Сабельникова «26» августа 2025 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор ГБОУ «СШ №1 Г.КИРОВСКОЕ ШАХТЕРСКОГО М.О.»  Л.В. Зуева «26» августа 2025 г.  М.П.
---	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности «Я-пятиклассник!»

*основного общего образования*

*для 5 класса*

Рабочую программу составил(а):

Починок Екатерина Александровна

педагог-психолог

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности составлена для основной общеобразовательной программы среднего общего образования в соответствии:

- с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ООО - Федеральной образовательной программы основного общего образования, утвержденной приказом Минпросвещения России от 18 мая 2023 г. №370;
- Приказом Минпросвещения России от 09.10.2024 N 704 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования".
- ФГОС ООО, утвержденным приказом Минпросвещения от 31.05.2021 № 287;
- ФОП ООО, утвержденной приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 370;
- Приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 07.08.2025 №608 «Об организации образовательной деятельности в организациях Донецкой Народной Республики, реализующих основные образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, в 2025-2026 учебном году».

Программа кружка «Я – пятиклассник» на 2022-2023 учебный год составлена на основе:

Государственного Образовательного Стандарта основного общего образования Донецкой Народной Республики. (Приказ Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики № 22-НП от 30 марта 2022 года);

Коррекционно-развивающей программы «Я – пятиклассник» для обучающихся пятых классов/ сост. Жаркова А. И., Торез, 2016.

Переход в средние классы образно можно сравнить с переходом на совершенно новую работу или с освоением новых видов деятельности. Еще недавно, в начальной школе, дети были самыми старшими, и вот, спустя каких-то три месяца, оказались самыми младшими в средней школе. Непросто снова учиться всему заново. Появилось много новых предметов, которые уже не столь «наглядны», как в начальных классах, и требуют развития абстрактного мышления. Все эти «новшества» создают нагрузку на психику пятиклассника, которая и без того проходит в это время непростой период развития. В десять лет ребенок способен понять, что школу можно рассматривать как модель общества в миниатюре, и на этой модели можно научиться строить отношения с совершенно разными людьми. Значимость коррекционно-развивающей программы заключается в том, чтобы помочь ребенку преодолеть все сложности адаптационного периода.

Цель программы – оказание психолого-педагогической поддержки обучающимся 5-х классов в период адаптации к условиям обучения в средней школе.

Задачи программы:

1. Снизить уровень тревожности пятиклассников.
2. Развить познавательный интерес, повысить мотивацию к обучению.
3. Развить навыки сотрудничества со сверстниками.
4. Выработать нормы поведения и общения на основе собственного опыта.

Программа рассчитана на 37 часов (1 час в неделю) и включает вступительное занятие, четыре раздела и итоговое занятие.

1. Раздел «Познай себя». Цели раздела: создавать мотивацию к самопознанию, саморазвитию, развить рефлекссию своих поступков, осознание ценности и уникальности личности каждого человека.

2. Раздел «Развитие познавательной деятельности». Цели раздела: развивать мыслительные и творческие способности, способствовать развитию мотивации на обучение.

3. Раздел «Мои эмоции». Цели раздела: познакомить с понятием «эмоции», научить осознавать свои собственные эмоции и управлять ими.

4. Раздел «Мы вместе». Цели раздела: научить взаимодействовать с другими людьми, повысить коммуникативные умения и навыки.

Ожидаемые результаты:

1. Учащиеся получают психологическую помощь и поддержку в процессе адаптации к новой учебной и социальной ситуации;

2. Учащиеся расширят общий кругозор, получат знания о психологических и социальных явлениях;

3. Учащиеся, путем самопознания, смогут отследить свои интересы, слабые и сильные стороны в учебе, общении, творчестве;

4. Учащиеся получают знания и навыки, полезные для поддержания дружеских отношений, профилактики конфликтов;

5. В классе повысится уровень сплоченности и взаимного доверия.

#### Учебно-тематический план

№ п/п	ТЕМА	Кол-во часов
1.	Раздел «Познай себя»	6
2.	Раздел «Развитие познавательной деятельности»	10
3.	Раздел «Мои эмоции»	7
4.	Раздел «Мы вместе»	13
5.	Итоговое занятие	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>37</b>

# Календарно-тематическое планирование кружка «Я – пятиклассник» для 5 класса

37 часов (1 час в неделю)

№	Тема занятия	Дата проведения		Примечание
		По плану	По факту	
Раздел 1. «Познай себя»				
1.	«Мы и 5 класс»			
2.	«Кто Я?»			
3.	«Кто Я?»			
4.	«Чем я отличаюсь от других?»			
5.	«Чем я отличаюсь от других?»			
6.	«Я и учеба»			
Раздел 2. «Развитие познавательной деятельности»				
7.	«Мое восприятие»			
8.	«Мое восприятие»			
9.	«Мое внимание»			
10.	«Мое внимание»			
11.	«Моя память»			
12.	«Моя память»			
13.	«Мое мышление»			
14.	«Мое мышление»			
15.	«Мои творческие способности»			
16.	«Мои творческие способности»			
Раздел 3. «Мои эмоции»				
17.	«Наши эмоции»			
18.	«Радость»			
19.	«Злость»			
20.	«Спокойствие»			
21.	«Страх»			
22.	«Интерес и удивление			
23.	«Обида»			
Раздел 4. «Мы вместе»				
24.	«Умение слышать и слушать»			
25.	«Умение слышать и слушать»			

26.	«Ищу друга»			
27.	«Ищу друга»			
28.	«Что такое любовь?»			
29.	«Понимаем ли мы друг друга»			
30.	«Понимаем ли мы друг друга»			
31.	«Учимся доверию»			
32.	«Учимся доверию»			
33.	«Разрешаем конфликты»			
34.	«Разрешаем конфликты»			
35.	«Мы вместе»			
36.	«Мы вместе»			
37.	Итоговое занятие			

### **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1. Вачков И.В. Разогревающие игры и психотехники // Основы технологии группового тренинга. Психотехники. Учебное пособие. Издательство «Ось-89», 2010г
2. Мартынюк Е. В. Программа коррекционно-развивающих занятий с учащимися 5-11-х классов общеобразовательной школы СПб.: Речь, 2006.
3. Маширова Н.В. Коррекционно-развивающая программа «Я и мы!», «Новая школа», М., 2010
4. Маширова Н.В. Программа «Первый раз – в пятый класс!». «Новая школа», М., 2011
5. Петрусинский В.В Игры: обучение, тренинг, досуг, «Новая школа», М., 2005.
6. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. - Генезис, М., 1999.
7. <http://www.eti-deti.ru/korrekt/>
8. <http://trepsy.net/korrek/>

Прошито, пронумеровано,  
скреплено печатью  
6 (шестов)

Директор ГБОУ  
«СП № 1 Г. КИРОВСКОЕ  
ШАХТЕРСКОГО М.О.»

 Л.В. Зуева