

*Приложение №33 к п.2.1.33  
Основной общеобразовательной  
программы основного общего образования,  
утвержденное приказом директора МБОУ СОШ №73  
от 01.09.2025 №279*

Рабочая программа учебного курса  
внеурочной деятельности  
**«Я пятиклассник»**  
для учащихся **5 классов.**

Составитель:  
Исламова Е.Г.,  
Учитель МБОУ «СОШ № 73»

Лесной 2025

## Пояснительная записка

Программа разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.
2. Программа Коблик Е. Г. «Первый раз в пятый класс» . — М.: Генезис, 2007

В ходе социально-экономических реформ проблема адаптации человека к изменяющимся условиям стала одной из самых актуальных. Особенно остро она стоит перед подрастающим поколением. Нынешним школьникам предстоит начать самостоятельную жизнь и трудовую деятельность в условиях, жесткие требования которых ставят перед ними не только проблемы правильного выбора профессии и трудоустройства, но и эколого-экономические проблемы, напрямую связанные с их благосостоянием и здоровьем.

Пристальное внимание к школьной адаптации вызвано тем, что являясь динамическим процессом прогрессивной перестройки функциональных систем организма, она обеспечивает возрастное развитие школьника.

Известно, что в самом распространенном своем значении школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режимным моментам и т. д. Ребенок, который вписывается в школьную систему требований, норм и социальных отношений, чаще всего и называется адаптированным.

Переход из начальной школы в среднее звено предъявляет повышенные требования к интеллектуальному и личностному развитию учащихся, к степени сформированности учебных умений, к способности саморегуляции, развитию коммуникативных навыков. В этот период происходят существенные изменения в психике ребенка. У многих наблюдается:

- снижение показателей обученности;
- снижение интереса к учебе;
- напряженные отношения между собой;
- повышенная тревожность;
- непредсказуемые реакции;
- отстранение от взрослых.

Усвоение новых знаний, новых представлений об окружающем мире перестраивает сложившиеся ранее у детей житейские понятия, а школьное обучение способствует развитию теоретического мышления в доступных учащимся этого возраста формах.

Причины медленной адаптации:

1. Разные требования со стороны учителей-предметников, необходимость все эти требования и учитывать, и выполнять.
2. Большой поток информации, незнакомые термины, слова. Нужно научить пятиклассника пользоваться справочниками и словарями, а также научить спрашивать о значении непонятных слов у взрослых.
3. Чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы, а классному руководителю не всегда удастся уделить всем необходимое внимание.
4. Привычка к контролю. В начальной школе учащиеся всегда находятся в поле зрения педагога. Дети, привыкшие к постоянному контролю со стороны взрослых, должны самостоятельно организовать собственную школьную жизнь.

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 учащимися, которые приводили бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению к новым условиям, которые позволяли бы формировать положительное отношение к школе, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Признаки возникшей дезадаптации учащихся:

- усталый, утомленный вид ребенка;
- нежелание делиться впечатлениями о проведенном дне;
- стремление при разговоре отвлечь родителей от школьных событий, переключить внимание на другие темы;
- нежелание выполнять домашнее задание;
- негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников;
- жалобы на те или иные события, связанные со школой;
- беспокойный ночной сон;
- трудности утреннего пробуждения, вялость;

- постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Проблема школьной дезадаптации пятиклассников в настоящее время является очень актуальной. Переход учащихся из начальной школы в среднее звено — это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Наша задача — разобраться в том, что происходит с нашими детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Исходя из этого, я предлагаю один из возможных вариантов сохранения психологического здоровья младших подростков при переходе из начальной школы в среднее звено – программу психолого-педагогического сопровождения «Я – пятиклассник».

### **Практическая направленность**

Профилактическая психолого-педагогическая программа направлена на предупреждение школьной дезадаптации учащихся 5 класса к условиям обучения в основной школе.

**Целью** данной программы является создание условий для успешной адаптации учащихся 5 класса к новым условиям обучения в средней школе.

В психолого-педагогической работе в период адаптации пятиклассников на этапе введения ФГОС основного общего образования в деятельность образовательного учреждения реализуются следующие **задачи**:

- совершенствовать у учащихся навыки взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других, адекватного отношения к своим успехам и неудачам;
- знакомить учащихся с нормами и правилами поведения на новом этапе их школьной жизни;
- создавать условия для снижения тревожности.

Ребёнок, приходя в школу и погружаясь в школьную среду, решает определённые задачи, реализует свои индивидуальные цели психического и личностного развития, социализации, образования. Сопровождающая работа находящихся рядом с ним взрослых направлена на создание благоприятных социально-психологических условий для его успешного обучения, социального и психического развития.

В рамках психолого-педагогического сопровождения пятиклассников осуществляются следующие **направления**:

1. *Психологическая диагностика*, направленная на выявление особенностей статуса школьников.

2. *Консультирование* психологом связанное в основном с обсуждением результатов проведения диагностики, конкретным запросом педагога или родителя в связи с проблемами обучения, общения или психического самочувствия.

3. *Коррекционно-развивающая работа*, ориентированная на оказание помощи детям, испытывающим трудности в школьной адаптации. Эти трудности могут проявляться в поведении, обучении, самочувствии ребёнка. Коррекционная работа в школе проводится в двух основных формах – групповой и индивидуальной.

Для эффективного решения поставленных задач используется ряд **средств**:

1. Проведение диагностических обследований адаптации в школьной среде с целью изучения степени и особенностей приспособления детей к новой социальной ситуации.

2. Проведение индивидуальных и групповых консультаций для педагогов, классных руководителей и родителей с целью создания ситуации сотрудничества, рекомендаций по оказанию помощи и поддержки ученикам, испытывающим трудности в процессе адаптации.

3. Проведение индивидуальной и групповой коррекционно-развивающей работы с детьми «группы риска» с целью коррекции психологических проблем, которые выявлены психодиагностическим исследованием адаптации.

### **Диагностика**

На этапе адаптации психологическая диагностика направлена, в первую очередь, на изучение степени и особенностей приспособления к новой социальной ситуации, эмоционального комфорта в ней. Проводится в первой четверти наряду с педагогическими наблюдениями.

Цель: отслеживание процесса развития и формирование УУД учащихся; определение уровней социально-психологической адаптации обучающихся 5 классов.

#### **Методы диагностического исследования:**

1. Методика Э.М. Александровской для определения уровня адаптации детей.
2. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса.
3. Методика изучения мотивации обучения (М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина).
4. Анкета «Как определить состояние психологического климата в классе» Федоренко Л.Г.
5. Методика «Лица» (Н.В. Лукьянченко, Т.Л. Ядрышников).

## Календарно-тематическое планирование

5 класс

№ п\п	Кол-во часов	Тема урока
1.	1	Давайте познакомимся!
2.	1	Давайте познакомимся!
3.	1	Если хочешь быть счастливым, будь им!
4.	1	Что такое 5 класс.
5.	1	Что важно для меня!
6.	1	Анкетирование.
7.	1	Я в этом огромном мире...Экскурсия.
8.	1	Какой я и чем я отличаюсь от других. Интересы .
9.	1	Квест-игра "Одноклассники".
10.	1	Анкета «Вот я какой»
11.	1	Поменяйтесь местами те ...Игра.
12.	1	"Кактус" .Графическая методика М.А. Панфилова.
13.	1	Мир информации. Библиотечный урок.
14.	1	Мое приветствие. Игра.
15.	1	Память на лица. Игра.
16.	1	Испорченный телефон. Игра.
17.	1	Разбор ситуации .Притча «Два волка»
18.	1	Практическое занятие. «Ладонь».
19.	1	Притча «Два волка». Обсуждение ситуации.
20.	1	«Я могу» . Мозговой штурм.
21.	1	Мир эмоций. Практическое занятие.
22.	1	Угадай эмоцию. Игра.
23.	1	Фигуры эмоций. Игра.
24.	1	Изобрази эмоцию. Сценическое мастерство.
25.	1	Поставь балл эмоции. Сценическое мастерство.

26.	1	Притча «Обида на песке». Обсуждении ситуации.
27.	1	Мы - единое целое. Работа в группах.
28.	1	Наши классные уголки.. Работа в группах.
29.	1	Классная команд. Работа в группах
30.	1	Понимаем ли мы друг друга. Игра.
31.	1	Мне в тебе нравится. Нарисуй портрет одноклассника.
32.	1	Рисунок по инструкции.
33.	1	Кораблик успехов. Тренинг.
34.	1	Групповая дискуссия. «Рисунок дружбы». Тренинг.

### Список литературы

1. Битянова М. Психолого-педагогическое сопровождение школьников на этапе перехода из начального в среднее звено / М. Битянова // Школьный психолог. Приложение к газете "Первое сентября". – 2001. - №33.
2. Владимирова Ю. Новичок в средней школе: Программа адаптационных встреч для пятиклассников / Ю. Владимирова // Школьный психолог. Приложение к газете «Первое сентября», - 2004. - №9.
3. Журавлев Д. Адаптация учащихся при переходе из начальной в среднюю школу / Д. Журавлев // Народное образование. - 2002. - №8.
4. Иванова Н. Адаптационный период в школе: смысл, значение, опыт / Н. Иванова // Новые ценности образования. - М., 1997 г.
5. Коблик Е. Г. Первый раз в 5 класс. Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2003. – 122 с.
6. 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.
7. Крылова М. На новой ступени: трудности адаптации пятиклассников к школе / М. Крылова // Классное руководство и воспитание школьников. Приложение к газете "Первое сентября". - 2009. - №16.
8. 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.

9. Прихожан А. Пятиклассники: Собрание для родителей пятиклассников (психологические аспекты): методический материал / А. Прихожан // Школьный психолог. Приложение к газете "Первое сентября". - 2002. - №12.

## Развивающие занятия

### I раздел: «Знакомство» (2 часа)

#### Занятие 1. «Давайте познакомимся!»

**Цель:** познакомить детей с целями занятий, формой работы; принять правила поведения на занятиях.

1. Ритуал приветствия: Здравствуйте (дети начинают приветствие, держась за руки, на последнем слоге хлопают в ладоши).
2. Работа по теме.

**Притча «Если хочешь быть счастливым, будь им»** (Приложение 1).

#### **Вопросы и задания по прочитанному:**

- Почему счастье улетело прочь от человека?
- Как вы думаете, счастье приходит к каждому человеку?
- Почему одни люди всю жизнь чувствуют себя несчастными, а другие, наоборот, считают себя счастливыми?

Что такое счастье?

Психолог подводит детей к выводу, что счастье каждый понимает по-своему, но есть и общие моменты в понимании счастья: получение радости от того, что ты живешь на Земле; твоя необходимость, полезность окружающим; хорошее здоровье.

«Чтобы работа в нашей группе была плодотворной и принесла пользу, необходимо соблюдать правила. Я буду называть правило, а вы, если согласны, то говорите «Да-да-да» и хлопайте в ладоши, если не согласны, то говорите «Нет-нет-нет» и топайте ногами.

- Внимательно слушать, когда говорят другие – «Да»
- Драться – «Нет»
- Уважать чужое мнение – «Да»
- Шуметь – «Нет»
- Шутить и улыбаться – «Да»
- Дуться и быть «букой» - «Нет»
- Говорить по одному – «Да»
- Перебивать говорящего – «Нет»
- Смотреть на того, к кому ты обращаешься – «Да»
- Смеяться над говорящим – «Нет»

**Проективная методика «Несуществующее животное».**

#### Занятие 2. «Что такое 5 класс?»

**Цель:** профилактика проблем адаптации: мобилизация внутреннего ресурса, умения самостоятельно проявлять активное участие и сотрудничать со сверстниками в дискуссиях.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

### **Упражнение «Продолжи фразу».**

На доске или в середине круга укрепляется рисунок «Школьный путь». На нем изображена гора, отображающая школьный путь с 1-го по 10-й класс. Участникам предлагается продолжить фразу: «В начальной школе мне больше всего запомнилось...»; «В пятом классе мне хотелось бы...». Все высказываются по кругу, передавая друг другу мяч или игрушку. Ведущий отмечает наиболее интересные высказывания и оптимистические ожидания, обращает внимание на то, что все участники имеют довольно большой школьный опыт, поэтому дальнейший путь должен быть легче. Каким он будет? Психолог предлагает поговорить о том, что нового появилось в школьной жизни учащихся в связи с переходом в 5-й класс.

### **Упражнение «Те, кто...»**

Делают шаг вперед те, кто любит сладкое; поднимают правую руку те, у кого есть кошка; приседают те, кому нравится играть в футбол и т.д. После окончания упражнения предлагается взяться за руки всем, кто является учеником 5-го класса. При этом психолог подчеркивает, как много общего у участников.

### **Упражнение «Школьный путь» (Родионов, Ступницкая).**

Ведущий проводит беседу с ребятами о пройденном отрезке пути и о том, что еще предстоит.

### **Упражнение «Что важно для меня?»**

Ребятам необходимо представить, что они с родителями надолго уезжают, чтобы провести каникулы на необитаемом острове. Родители предлагают детям взять с собой чемодан и упаковать в него ровно три вещи, самые важные для них. Названия этих вещей необходимо написать на листе бумаги. Далее ребята читают список и рассказывают, почему они выбрали именно эти три вещи.

**Анкета для пятиклассников (Приложение 2).**

### **Рефлексия.**

**Притча «Одноклассники» (Приложение 1).**

**II раздел: «Я в этом огромном мире...» (4 часа)**

**Занятие 3. «Какой я и чем я отличаюсь от других?»**

**Цель:** осознание ценности и уникальности личности каждого.

1. Ритуал приветствия.

2. Работа по теме.

**Упражнение «Ласковое имя».**

Дети стоят в кругу. Психолог просит вспомнить, как их ласково называют дома. Затем дети, передавая мяч, называют свое ласковое имя. После того как все назовут свои имена, мяч передается в обратном направлении. При этом нужно вспомнить и назвать ласковое имя того, кому передаешь мяч.

**Анкета «Вот я какой!»** (Приложение 2).

**Упражнение «Поменяйтесь местами те ...»**

Дети сидят на стульях в кругу. Начинает игру учитель. Он ведущий стоит в центре круга, стула у него нет. Ведущий по желанию выбирает какой – либо признак, имеющийся у некоторых детей, и просит их поменяться местами. Например: «Поменяйтесь местами те, у кого светлые волосы». Те, у кого светлые волосы меняются местами друг с другом. Задача ведущего – занять освободившееся место. Тот, кому не хватило стула, становится ведущим.

**«Кактус».** Графическая методика М.А. Панфиловой.

**Рефлексия.**

**Занятие 4. «Мир информации».**

**Цель:** развитие навыков уверенного поведения; формирование основных способов самопознания.

1. Ритуал приветствия.

2. Работа по теме.

**Упражнение «Мое приветствие».**

Каждый участник придумывает свой способ приветствия группы.

**Упражнение «Память на лица».**

Один игрок закрывает глаза и перечисляет всех участников круга, начиная с того, которого выберет психолог. Далее игроки пересаживаются в произвольном порядке, и процедура повторяется уже с новым участником круга.

**Упражнение «Испорченный телефон».**

Выбирается команда из 6 человек. Учитель зачитывает небольшую притчу одному участнику, остальные дожидаются за дверью. Первый передает услышанное второму, тот третьему и т. д. Последний участник рассказывает первому, а психолог зачитывает первоначальный текст.

**Притча «Два волка»** (Приложение 1).

**Рефлексия.**

**Занятие 5. «Я могу».**

**Цель:** формирование учебных умений, повышение самооценки.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

### **Упражнение «Догадайся».**

Водящий садится на стул лицом к классу, держа раскрытыми ладони; закрывает глаза. Один из членов группы тихонько подходит к нему и на несколько секунд кладет свои руки на руки водящего. Водящему необходимо догадаться, чьи ладони прикасались к нему.

### **Упражнение «Ладонь».**

Учащимся предлагается обвести свою ладошку на листе бумаги, посередине рисунка написать «Я», а на каждом пальчике рисунка что – либо хорошее о себе. Затем психолог собирает детские работы, по очереди зачитывает их, а ребята определяют, кому какая ладошка принадлежит.

### **Упражнение «Я могу, я умею».**

Ребята в быстром темпе перебрасываются мячом. Тот, кому в руки попадает мяч, быстро называет какое – либо свое умение («я умею петь», «я умею бегать» и т. п.)

Слушание сказки О. Горьковой «Фламинго» (Приложение 3).

Обсуждение сказки и выполнение иллюстраций к ней.

### **Рефлексия.**

### **Занятие 6. «Мир эмоций».**

**Цель:** познакомить учащихся с понятием «эмоции»; научить определять эмоциональное состояние других людей; тренировать умение владеть своими эмоциями.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

### **Упражнение «Угадай эмоцию».**

Вывешивается плакат со схематичным изображением эмоций, без указаний состояний человечков. Участники угадывают, какие эмоции изображены на плакате.

### **Упражнение «Фигуры эмоций».**

Ребята рисуют пять больших фигур на листе А4. Потом, подписав имена четырех из них (гнев, радость, страх, ярость), раскрашивают цветными карандашами. Придумывают имя 5-й фигуре, раскрашивают, используя такие цвета, которые соответствуют ее эмоциональному состоянию.

### **Упражнение «Изобрази эмоцию».**

Необходимо подготовить карточки, на которых будет написана та или иная эмоция (радость, грусть, насмешка, обида, страх, удивление и т.д.). Каждый из ребят по очереди достает из конверта карточку и пытается изобразить доставшуюся ему эмоцию без слов. Остальные должны угадать, что это за эмоция.

### **Упражнение «Поставь балл эмоции».**

На бланках с различными эмоциями предлагается поставить балл (от 1 до 10) каждой эмоции в зависимости от того, как часто ее испытывает отвечающий.

**Притча «Обида на песке»** (Приложение 1).

**Рефлексия.**

**III раздел: «Мы – единое целое!» (4 часа)**

**Занятие 7. «Наши классные уголки».**

**Цель:** формирование необходимых психологических средств адаптации; развитие навыков уверенного поведения.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

**Упражнение «Гусеничка».**

Участники соединяются в «гусеничку», положив руки на плечи стоящего впереди, и совершают перемещения в произвольном порядке по классной комнате.

**Работа в группах.**

Деление класса на четыре группы.

1. «Карта школы». (Данная группа составляет плакат с основными школьными объектами: столовая, актовый зал, спортзал, медицинский кабинет, расписание и т. д.)
2. «Знаки ПРОДвижения». (Разработать основные знаки-помощники, для «карты» школы).
3. «Кладовая знаний». (Данная группа оформляет стенд учителей-предметников, работающих в их классе. Основное требование – фотография и краткая характеристика каждого учителя).
4. «Классная команда». (Данная группа готовит стенд с фотографиями учеников, подписывая под ними интересы, обязанности в школе и классе).

**Рефлексия.**

**Занятие 8. «Понимаем ли мы друг друга».**

**Цель:** показать значимость собственного «Я»; подвести учащихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими; показать важность взаимопонимания.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

**Упражнение «Мне в тебе нравится».**

Психолог задумывает какое – то качество, которое ему нравится в подростке, прикасается к нему, пытаясь передать, таким образом, задуманное качество. Подросток пытается угадать, какое качество задумано (можно привлечь к угадыванию всю группу).

Затем водящими становятся сами подростки. При последующих выполнениях задуманные качества можно передавать взглядом.

### **Упражнение «Рисунок по инструкции».**

Сначала все рисуют свой дом. Потом, убрав рисунок, достают чистый лист и работают в парах – один рисует с закрытыми глазами дом под диктовку соседа-автора. В конце сравнивают, похож ли рисунок на авторский. Затем ребята меняются местами. После упражнения обмениваются впечатлениями.

### **Упражнение «Кораблик успехов».**

Участникам предлагается нарисовать корабль (один на всех) с тем условием, чтобы каждая проведенная ребенком линия означала какое – то его положительное качество. Каждый по очереди рисует одну линию, называя вслух свою хорошую черточку.

### **Упражнение «Пойми меня».**

Одновременно все участники громко произносят свое слово, а водящий повторяет все слова, которые удалось услышать.

### **Игра-шутка «Пойми меня».**

Участники объединяются в группы по три человека, изображая «глухого и немого», «глухого и неподвижного», «слепого и немого». Им дается задание договориться о подарке другу.

### **Игра «Гомеостат».**

Участники выстраиваются в шеренгу. По сигналу психолога можно прыгнуть, повернувшись в любую из четырех сторон. Задача – добиться того, чтобы вся группа смотрела в одну сторону.

### **Рефлексия.**

### **Занятие 9. «Без друзей меня чуть-чуть».**

**Цель:** совершенствовать навыки общения.

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

### **Упражнение «Дерево и ветер».**

Дети делятся на пары. Один в паре «дерево», другой «ветер». Ветер дует на дерево – «дерево» наклоняется в зависимости от силы «ветра».

«Дерево» и «ветер» меняются местами.

### **Упражнение «Кораблекрушение».**

Дети делятся на две команды, согласно номеру при пересчете на «первый-второй». Команды работают за столом. Участники получают карточки, изображающие части корабля. Каждая команда выбирает несколько карточек с надписью предмета. Задача команды: придумать назначение этих предметов на корабле. Ответ должен быть

оригинальным. Командам дается несколько минут на выполнение этого задания. Затем команды представляют свое решение.

**Упражнение «Рисунок дружбы».**

Детям предлагается нарисовать образ дружбы.

Обсуждение.

**Упражнение «Групповая дискуссия».**

Пословицы и поговорки о дружбе (Приложение 4)

**Занятие 9: «Мы и наш класс».**

**Цель:** снижение тревожности, достижение внутригруппового сплочения, осмысление своего персонального «Я» как части общего «Мы».

1. Ритуал приветствия.
2. Работа по теме.

**Упражнение «Коллаж класса».**

Школьникам предлагается создать свою эмблему - визитку, на которой должно быть написано имя участника и какое-либо его положительное качество, форму каждый выбирает свою. Пока дети работают, на доске перед ними висит плакат с надписью в центре «Мы и наш класс». Выполнив задание, каждый подходит к плакату и приклеивает свою эмблему на общий шаблон. Психологу необходимо подвести участников к идее, что каждый из них - частичка целого класса, что все отдельные «Я» составляют общее «Мы».

**Упражнение «Какие мы».**

Все хором произносят «Мы все», а отдельные участники по очереди читают качества, записанные на индивидуальных гербах, но только во множественном числе. Например: «Мы все сильные, умные, красивые, добрые...»

Делается общая фотография группы.

**Проективная методика «Дерево».**

**Оценка эффективности занятий.**

Каждый участник заполняет анкету для оценки эффективности цикла занятий.

### Притчи

#### «Если хочешь быть счастливым, будь им»

- Горе мне, горе, - вздыхал человек, сидя на лавке, и слезы ручьем катились по его лицу.

- Что ты все ноешь? - рассердилась жена. - Если хочешь быть счастливым, будь им.

- Как же мне быть счастливым, если счастье не приходит ко мне. Зато несчастья одним за другим сыплются на мою бедную голову. Урожай не созрел, крыша прохудилась, забор сломался, ноги болят. Ох, горе мне, горе, - плакал человек.

Услышало Счастье эти стенания и пожалело беднягу. Решило оно заглянуть к нему в дом.

Постучало Счастье в окошко и проговорило: «Если хочешь быть счастливым, будь им».

- Подожди плакать, посмотри, что-то сияет в нашем окошке, - остановила человека жена.

- Закрой шторы. Этот свет слепит меня и мешает горевать, - велел человек жене и снова зарыдал. Жена закрыла шторы, села рядом на скамейку и тоже заплакала.

Удивилось Счастье и улетело прочь.

#### «Одноклассники»

Повстречал однажды богатый человек нищего, и узнал в нем своего бывшего одноклассника.

- Повезло тебе, - сказал ему нищий, - Все у тебя есть, а я голодаю и ночью под открытым небом. А ведь наш учитель любил меня гораздо больше, чем тебя. Он задавал тебе невероятно сложные задания, а меня освободил от всех занятий.

- Да, ты прав, - сказал второй, с жалостью и состраданием глядя на товарища, - учитель любил тебя, и поэтому сделал так, как ты его просил. Но именно его самые сложные задания и научили меня тому, как обеспечить всю свою будущую жизнь.

#### «Два волка»

Когда-то давно старик открыл своему внуку одну жизненную истину:

- В каждом человеке идёт борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло: зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь. Другой волк представляет добро: мир, любовь, надежду, истину, доброту и верность.

Внук, тронутый до глубины души словами деда, задумался, а потом спросил:

- А какой волк в конце побеждает?

Старик улыбнулся и ответил:

- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

#### «Обида на песке»

Жили два друга. В один момент они поспорили и один из них дал пощёчину другому. Последний, чувствуя боль, но ничего не говоря, написал на песке: "Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощёчину". Они продолжали идти, и нашли оазис, в котором они решили искупаться. Тот, который получил пощёчину, едва не утонул и его друг его спас. Когда он пришёл в себя, он написал на камне: "Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь". Тот, кто дал пощёчину и который спас жизнь своему другу спросил его: "Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему"? Друг ответил: "Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны выгравировать это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это".

**Анкета для пятиклассников**

**Анкета используется для изучения трудностей адаптационного периода (учебные затруднения, межличностные отношения, мотивация). Внимание! Вторая часть анкеты – анонимна.**

**Продолжи, пожалуйста, предложения:**

1. Когда я прихожу в школу \_\_\_\_\_
2. Самое интересное в школе это \_\_\_\_\_
3. Самый трудный предмет для меня \_\_\_\_\_
4. Мне мешает учиться \_\_\_\_\_
5. Мне помогает учиться \_\_\_\_\_
6. Мой класс \_\_\_\_\_
7. Я бы хотел сидеть за одной партой с *(напиши 2-3 фамилии)* \_\_\_\_\_
8. Я бы не хотел сидеть за одной партой с *(напиши 2-3 фамилии)* \_\_\_\_\_
9. К себе на день рождения я бы пригласил *(напиши 2-3 фамилии)* \_\_\_\_\_
10. К себе на день рождения я бы не пригласил *(напиши 2-3 фамилии)* \_\_\_\_\_
11. Я учусь в школе для того, чтобы \_\_\_\_\_
12. Я \_\_\_\_\_  
Я \_\_\_\_\_  
Я \_\_\_\_\_  
Я \_\_\_\_\_

*Спасибо!*

.....  
Линия отреза

1. Мне нужна помощь учителя по *(укажи предмет)* \_\_\_\_\_
2. Я не понимаю объяснения учителя на *(укажи предмет)* \_\_\_\_\_
3. Я часто боюсь, что могу получить не только тройку, но и двойку на *(укажи предмет)* \_\_\_\_\_
4. Особенно много заданий задают по *(укажи предмет)* \_\_\_\_\_
5. На выполнение домашнего задания обычно я трачу *(укажи время)* \_\_\_\_\_
6. Учитель больше спрашивает, чем объясняет на *(укажи предмет)* \_\_\_\_\_
7. Я боюсь отвечать на уроке \_\_\_\_\_

*Спасибо!*

**Анкета «Вот я какой!»**

1. Меня зовут \_\_\_\_\_
2. Мне \_\_\_\_\_ лет
3. У меня \_\_\_\_\_ глаза
4. У меня \_\_\_\_\_ волосы
5. Я проживаю по адресу \_\_\_\_\_
6. Моя любимая еда \_\_\_\_\_
7. Мой любимый цвет \_\_\_\_\_
8. Мое любимое животное \_\_\_\_\_
9. Моя любимая книга \_\_\_\_\_
10. Моя любимая телевизионная передача \_\_\_\_\_
11. Самый прекрасный фильм, который я видел (а) \_\_\_\_\_

12. В себе я люблю \_\_\_\_\_
13. Моя любимая игра \_\_\_\_\_
14. Моего лучшего друга зовут \_\_\_\_\_
15. Лучше всего я умею \_\_\_\_\_
16. Больше всего я боюсь \_\_\_\_\_
17. Самая заветная мечта \_\_\_\_\_

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 716455383911024633342339769422330336394534850034

Владелец Коротков Владислав Олегович

Действителен с 25.02.2026 по 25.02.2027