

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования № 31 имени Романа Петровича Стащенко»**

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
от 01.09.2021 № 545-а

МП

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
тренинговых занятий по адаптации пятиклассников
в средней школе
«Мы-пятиклассники»

Принята на заседании педагогического совета, протокол
от 27.08.2021 № 1

Рассмотрена и рекомендована к утверждению
Протокол заседания СППС от «30» августа 2021 г. № 1

Аннотация к программе

Успешная адаптация обучающихся к условиям школьной жизни является предпосылкой не только успешного усвоения новых знаний, но и определяет успех обучения в целом.

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;
- напряженное отношение между собой;
- повышенная тревожность;
- импульсивность;
- отстранение от общения.

Основной целью программы тренинговых занятий является – создание благоприятных условий для успешной адаптации обучающихся при переходе из начального звена в среднее.

Задачи:

- помочь детям осознать себя в роли ученика средней школы;
- познакомить их с правилами школьной жизни;
- развивать эмоциональную и коммуникативную сферу;
- способствовать снятию психоэмоционального напряжения.

Данная программа предназначена для обучающихся 5 класса. Программа тренинговых занятий рассчитана на 3 часа (1 раз в неделю по 1 часу). Срок реализации программы - 3 недели.

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Начало учебы в 5 классе – особый этап в школьной жизни ребенка. Перед каждым учеником стоит задача адаптации к непривычным условиям обучения: к множеству учебных предметов, к новым учителям и т. п. У пятиклассников наблюдаются относительно высокая тревожность, некоторое снижение успеваемости, проблемы в поведении. Кроме того, приближается «трудный» возраст, когда дети превращаются в подростков. Ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остается учеба. Это еще одна причина внутреннего конфликта, переживаемого учащимися 5 класса.

Данная программа направлена на повышение адаптивных возможностей пятиклассников и развитие навыков уверенного поведения при обучении в среднем звене. Занятия позволяют оказать пятиклассникам помощь в период адаптации: снизить у них тревожность, а также научить пользоваться поддержкой окружающих, оказывать помощь другим. В условиях перехода ребенка из начальной школы в среднее звено важно, чтобы в учениках сформировалось чувство уверенности и защищенности в изменившихся условиях. В условиях постоянно меняющихся ситуаций иногда приспособиться к новым требованиям очень сложно, и на этом этапе очень важно вовремя помочь учащемуся адаптироваться к новым обязанностям, обстановке и коллективу.

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

Задачи:

1. Нормализовать уровень тревожности пятиклассников.
2. Развивать навыки сотрудничества со сверстниками.
3. Развивать навыки уверенного поведения пятиклассников.

Форма занятий: выполнение упражнений в игровой форме, проведение дискуссий; соревнования, психологические тренинги и релаксации.

Данная программа рассчитана на обучающихся 5 классов и включает в себя 3 занятия, продолжительность каждого из которых 40 минут.

Ожидаемые результаты:

- приобретение навыков эффективного взаимодействия со сверстниками;
- снижение уровня тревожности;
- развитие навыков уверенного поведения.

II. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№	Название занятия	Цели	Кол-во часов
1.	Я-пятикласник.	Знакомство, снятие психологического напряжения в группе. Развитие представления о новом социальном статусе пятикласника	40 мин
2.	Ковер мира	Развитие навыков общения (умения слушать друг друга); Преодоление психологических барьеров, мешающих полноценному самовыражению; Воспитание уважительного отношения к окружающим.	40 мин
3.	Что такое 5 класс?	Развивать представления о новом социальном статусе пятикласника по сравнению со статусом обучающегося средней школы; формировать позитивное отношение к своим возможностям, а также умение преодолевать трудности, которые возникают, оказывать поддержку другим.	40 мин

Структурирование программного материала.

Занятия строятся по определенной схеме, имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием, в зависимости от этапа работы, его целей и задач, от индивидуальных особенностей учащихся.

По своей структуре урок делится на **вводную часть, основную и заключительную.**

Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного эмоционального фона, без которого эффективное усвоение знаний невозможно. В качестве приема создания положительного эмоционального фона может выступить просьба учителя улыбнуться друг другу и сказать добрые слова. Важным моментом вводной части является выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности. Для каждого урока подобраны специальные упражнения, стимулирующие те психические функции, которые подлежат развитию на данном уроке.

Задания для основной части занятия подобраны с учетом их направленности на осуществление дифференциации познавательных структур и с точки зрения удобства для коллективной работы в классе. Для достижения развивающего эффекта необходимо неоднократное выполнение заданий. Для предотвращения снижения интереса учащихся к повторным выполнениям одного и того же задания обеспечивается разнообразие внешнего оформления содержания ряда заданий. Здесь реализуется принцип «спирали», т.е. возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности.

Задача заключительной части занятия состоит в подведении итогов занятия, обсуждении результатов работы учащихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий. Существенным моментом здесь являются ответы учащихся на вопрос, чем же они занимались и чему научились на данном уроке «Интересное – полезное»

Все этапы взаимосвязаны и направлены на реализацию поставленных целей и задач программы сопровождения.

Тренинг "Я - пятиклассник"

Цель тренинга:

Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи учащимся в адаптации к обучению в 5 классе.

Задачи тренинга:

1. Способствование снижению тревожности;
2. Дать положительный настрой на работу, стремиться к преодолению негативных эмоций, связанных с обучением в школе;
3. Проработка своих эмоциональных состояний;
4. Стимулирование фантазии, воображения учащихся;
5. Развитие навыка уверенного поведения;
6. Формирование навыков взаимодействия с другими людьми, способствование сплочению класса, уважению друг к другу и взаимопониманию.

Обоснование необходимости тренинга:

Из года в год возникает проблема адаптации учащихся при переходе из начального в среднее звено школы. Несмотря на то, что ученики уже привыкли к школе, требованиям учителя, одноклассникам, проблема адаптации существует. Они снова адаптируются к новым социальным условиям. У них появляется новый классный руководитель, учителя-предметники, новые предметы. Каждый учитель выдвигает свои требования. Этот возраст начало подросткового периода, когда происходят ещё и физиологические изменения в организме у детей, что тоже накладывает свой отпечаток на учащихся.

С целью преодоления тревожности пятиклассников, негативных эмоций, сопровождающих переход в пятый класс, следует проводить подобного рода занятия. Опыт показывает, что учащиеся, принявшие участие в таких занятиях, легче адаптируются к учебе в 5-м классе и облегчает коммуникацию с «новичками».

Тренинговые занятия можно проводить как со всеми учащимися класса, так и с группой детей, которым такие занятия нужны в большей степени.

Ни для кого не секрет, что зачастую учителя сами настраивают негативно учащихся к обучению в среднем звене школы: «Вот попадете в пятый класс, там

узнаете...» Безусловно, зерно, брошенное на тревожную почву, дает негативные всходы. У детей изначально формируется страх, боязнь, тревога за будущее.

Очень часто тревожность учащихся усугубляет и семья. Многие родители, вместо того, чтобы поддержать в ребенке уверенность в собственных силах, предупреждают его о том, что у него ничего не получится, что он станет последним учеником в классе и т. д..

Занятие носит игровой, занимательный характер, что поможет учащимся быстрее входить в ритм занятия, с удовольствием включаться в деятельность.

Продолжительность тренинговых занятий: 45 минут (школьный урок).

Категория участников: учащиеся 5-х классов.

Мини тренинг – сплочение «Ковёр мира»

Цель: сплочение коллектива.

Задачи:

1. Развитие навыков общения (умения слушать друг друга);
2. Преодоление психологических барьеров, мешающих полноценному самовыражению;
3. Воспитание уважительного отношения к окружающим.

Условия проведения:

- необходимо пространство, позволяющее обеспечить безопасность детей;
- для ведущего важно уделять особое внимание эмоциональной поддержке группы, созданию доброжелательной атмосферы;
- помнить главное правило- делать всем всем вместе и не обязательно быстро.

Мини тренинг - Что такое 5-й класс?

Цель:

Профилактика проблем адаптации: мобилизация внутреннего ресурса, умения оказывать поддержку себе и другим.

Задачи:

Развивать представления о новом социальном статусе пятиклассника по сравнению со статусом учащегося начальной школы; формировать позитивное отношение к

своим возможностям, а также умение преодолевать возникающие трудности и оказывать поддержку другим; помогать осмыслению себя как члена группы, способной оказывать поддержку.

Оборудование:

Лист ватмана с рисунком «Школьный путь», мягкая игрушка или мяч.

Цель:

Профилактика проблем адаптации: мобилизация внутреннего ресурса, умения оказывать поддержку себе и другим.

Задачи:

Развивать представления о новом социальном статусе пятиклассника по сравнению со статусом обучающегося средней школы; формировать позитивное отношение к своим возможностям, а также умение преодолевать трудности, которые возникают, оказывать поддержку другим.

Оборудование:

Схема – рисунок «Школьный путь», мячик, правила занятия.

Список литературы

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.

Владимирова Ю. Новичок в средней школе: Программа адаптационных встреч для пятиклассников / Ю. Владимирова // Школьный психолог. Приложение к газете «Первое сентября», - 2004. - №9.

Журавлев Д. Адаптация учащихся при переходе из начальной в среднюю школу / Д. Журавлев // Народное образование. - 2002. - №8.

Иванова Н. Адаптационный период в школе: смысл, значение, опыт / Н. Иванова // Новые ценности образования. - М., 1997 г.

Коблик Е. Г. Первый раз в 5 класс. Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2003. – 122 с.

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.

Крылова М. На новой ступени: трудности адаптации пятиклассников к школе / М. Крылова // Классное руководство и воспитание школьников. Приложение к газете "Первое сентября". - 2009. - №16.

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.

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

Занятие 1. « Я-пятиклассник»

Приветствие.

Упражнение №1 "Имя и цветок".

Каждый из участников называет своё имя и цветок на заглавную букву этого имени, с которым ребята могут себя ассоциировать.

Упражнение №2 "Поменяйтесь местами те, кто..."

Цель: Разогревающее упражнение, направленное на активацию участников, снятию напряжения.

Ход упражнения: Ребята сидят в кругу, ведущий – в центре. Количество стульев меньше на 1, чем участников. Ведущий говорит: "Встаньте и поменяйтесь местами те, кто..." и называет какое-либо качество (например, кто считает себя добрым, умным, справедливым, красивым, терпеливым, сильным и так далее). Те, у кого присутствует названный признак, встают, и стараются занять свободное место, кроме рядом стоящего стула. Далее игра повторяется снова с новым ведущим.

Упражнение №3 "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. Что вы выберете? Далее ребятам перечисляют список и рассказывают, почему они выбрали именно эти три вещи.

Упражнение №4 "Новичок Том "

Ведущий: Давайте представим, ребята, что к нам в школу приехал кто-то из другой страны. Он хочет продолжить свое обучение в нашей школе. Но прежде чем мы поможем ему познакомиться с жизнью школы, давайте дадим ему имя. Ребята выдвигают свои версии (не больше пяти) и на основе голосования выбирают имя – например, Том. Теперь давайте подумаем, что мы ему расскажем о жизни в школе? Дети называют варианты: про учителей, школьников, об уроке, домашней работе, контрольных, письменной и устной работе на уроке и т.д.

Начнем, например, с того, как надо работать на уроке. Ведущий предлагает наводящие вопросы, на которые ребята дают развернутые ответы, характеризующие как их осведомленность, так и возможность проявить себя (главное – не бояться ошибок при высказывании своего мнения).

Упражнение №5 "Назови эмоцию"

Передавая мяч по кругу, участники называют эмоции, мешающие общению. Затем мяч передается в другую сторону и называются эмоции, помогающие общению.

Упражнение № 6"Изобрази эмоцию"

Эмоции можно выразить с помощью движений, мимики, жестов, интонации.

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 №7 "Наш портрет"

Необходимые материалы: Ватман, карандаши, фломастеры.

Составление внутригруппового коллажа, как портрета группы.

Попросить оценить их отношение к проведенному занятию с помощью:

смайлов с улыбкой – если понравилось, и грустным смайлом – если не понравилось. Желательно озвучить то, что не понравилось. Приклеить по окантовке коллажа-портрета класса.

Плакат: «Портрет нашего класса».

Занятие 2. «Ковер мира».

Приветствие в кругу.

- Здравствуйте ребята, я очень рада видеть вас. Сегодня наша встреча называется «Ковёр мира», потому что в конце этой встречи мы с вами вместе соберём ковёр сотканный из добра взаимопонимания и умения слушать друг друга.

- Ребята, а скажите мне пожалуйста вы любите хвалить себя?

Ответы детей.....

- Сейчас я вам предлагаю выполнить

Упражнение «Самопохвала».

- Мы будем называть своё имя и хвалить себя за какой то поступок, за свою внешность, за черту характера и т.д. Я думаю у каждого из вас найдётся за что себя похвалить.

- Меня зовут Светлана Сергеевна, и я хвалю себя за то, что я хорошая хозяйка и очень люблю гостей в своём доме, т.е. я гостеприимная ...

Далее дети представляют себя....

- Ребята скажите, а кому было сложно себя похвалить?

- А почему порой бывает себя похвалить сложнее чем кого либо?

Хорошо молодцы, а сейчас.

- поднимите руки те, у кого сейчас хорошее настроение;

- похлопайте в ладоши те, у кого в классе есть друзья;

- поднимите руки те, кто уверен в себе;

- похлопайте в ладоши те, кто знает, чем мы будем сегодня заниматься;

- поднимите руки те, кто не знает, что мы сегодня будем делать.

Сегодня вы будете участвовать в психологическом тренинге.

У вас будет возможность испытать себя, выполняя различные задания, но не забываем о правилах. И ещё в тренинге есть одно условие – задание засчитывается, если его выполнили все участники. Причём, важно не кто лучше или быстрее его сделает. А чтобы делали все. Но вначале я хочу рассказать вам притчу:

«В одном селе умирал глава большой семьи. Это был уважаемый человек, проживший большую жизнь, и у его изголовья собрались многочисленные родственники. Он попросил принести веник и предложил своим сыновьям сломать его. Каждый из сыновей попытался сделать это, хотя все они были сильные люди. Ни одному не удалось справиться. Тогда отец попросил разрезать проволоку, связывающую веник, и предложил сыновьям сломать рассыпавшиеся прутья. Они с лёгкостью сделали это. Тогда отец сказал: «Когда меня не будет, держитесь вместе, и любые испытания вам будут не страшны. А поодиночке вас легко сломать, как эти прутья»

В сегодняшнем тренинге мы посмотрим, насколько вам удастся действовать вместе. Прислушиваясь, друг к другу. Итак, начнём.

Упражнение «Строй».

Я уверена, что вы можете легко и быстро построиться по росту.

А я попрошу вас построиться (вы должны сделать это молча): по алфавиту;

После выполнения проводится краткое обсуждение по вопросам:

- Как вы договорились?

- Кто помогал?

- Кому помогали?

- Кто руководил? И т.д.

Упражнение «Кто быстрее?»

Группа должна быстро, без слов, построить, используя всех игроков команды, следующие фигуры: квадрат; треугольник; ромб; букву; птичий косяк.

Психологический смысл упражнения: координация совместных действий, распределение ролей в группе.

Обсуждение: Трудно было выполнять задание? Что помогло при его выполнении?

Упражнение «Пообщаемся руками».

Я предлагаю вам всем разбиться на пары встать друг против друга закрыть глаза вытянуть руки вперёд и найти на ощупь руки друга. Попробуйте пообщаться руками: поздоровайтесь руками; потолкайтесь ладошками; согрейте руки друг друга; похлопайте ладошками.

А сейчас откройте глаза и поменяйтесь друг с другом, и сделайте это упражнение ещё раз. Можно сделать в кругу вместе со всеми.

После этого упражнения необходимо обратить внимание на эмоциональные ощущения детей в ходе выполнения задания.

- Кому было легко выполнять это задание? Кому было трудно?

Итоговое упражнение «Подарок»

Сейчас, пожалуйста, встаньте в круг, рассчитайтесь по порядку и запомните свой номер. Здесь в этой комнате, для каждого из вас есть небольшой

подарок. Вспомните свой номер, под таким же номером вы найдёте свой подарок. И помните, ничто не случайно. То, что скажет твой подарок, - предназначено именно тебе. Каждый находит в комнате листок на котором написано пожелание.

Плакат: «Ковер мира».

Примеры пожеланий:

- 1.Чтобы контролировать ситуацию, надо оставаться спокойным.
- 2.Уважай чувства других людей.
- 3.Любую проблему можно решить.
- 4.Не сердись, улыбнись!
- 5.Начни свой день с улыбки.
- 6.Будь увереннее в себе, в своих силах.
- 7.Уважай старших!
- 8.В споре умей выслушивать собеседника до конца.
- 9.Будь внимателен к людям, с которыми общаешься.
- 10.Раскрой свое сердце, и мир раскроет свои объятия.
- 11.Взгляни на своего обидчика – может, ему просто нужна твоя помощь.
12. Дружбой умей дорожить.
- 13.Делай добрые поступки, и добро к тебе обязательно вернется.
- 14.Береги себя и своих близких.
- 15.Посмотри на других: в тебе и окружающих так много общего.
- 16.Не обижай друзей и одноклассников.
- 17.Уважай чужую точку зрения.
- 18.Относись к другим так, как бы ты хотел, чтобы относились к тебе.
- 19.Цени людей, которые приходят в те моменты, когда плохо не им, а тебе.
- 20.Нет слов «не могу», есть слова «не хочу».
- 21.Заводя новых друзей, не теряй старых.
- 22.Друга можно быстро сделать врагом, но сделать другом врага трудно.
- 23.Друзья не способны на зло, иначе они сообщники.
- 24.Не стесняйся уступить старшему место. Стыдно – не уступить!
- 25.Кто себе друзей не ищет – самому себе он враг.
- 26.Без дружбы никакого общение между людьми не имеет ценности.

И сейчас мы все вместе соберём наши пожелания на «Ковре мира».

Дети приклеивают листочки на заранее подготовленный большой ковер из бумаги.

Ребята посмотрите, что у нас получилось, вы выбрали подарок и мы сплели ковёр, который соединил в себе ваши пожелания, ваше участие, вашу поддержку и помощь другу в трудную минуту.

И сейчас мы выполним последнее упражнение в нашей сегодняшней встрече.

Упражнение «Аплодисменты».

Вы поаплодируйте себе так, как вы собой довольны, чтобы было слышно, понравилось вам сегодня со мной общаться или нет.

Если дети аплодируют громко, значит, всё понравилось.....Если хлопают тихо, то.....

- Ребята спасибо вам большое за прекрасно проведённое время с вами. Всего вам хорошего вы очень дружный класс, такими и оставайтесь. До свидания.

Занятие 3. «Что такое 5 класс?»

Приветствие

Упражнение «Коллективный счет»

Участники стоят в кругу, опустив голову и не глядя друг на друга. Необходимо называть по порядку числа натурального ряда, стараясь как можно быстрее добраться до больших чисел. При этом должны выполняться три условия: участникам неизвестно, кто начинает счет и кто называет следующее число; один участник не может называть два числа подряд; если следующее по порядку число назовут одновременно несколько участников, счет начинается сначала, с единицы. Запрещается каким-либо способом договариваться между собой. Ведущий подчеркивает, что каждый должен постараться уловить настроение других и решить, стоит ли ему говорить, или лучше промолчать. Особо подчеркивается, что чем сплоченнее группа, тем до больших чисел она добирается.

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, прыгает тот, кто любит читать книгу и т.д. После окончания данного упражнения предлагается взяться за руки всем, кто является учеником 5-го класса. При этом ведущий делает вывод, подчеркивая, как много общего у участников.

Один из учащихся читает принятые на прошлом занятии правила поведения на тренинге. Ведущий предлагает добавить какие-либо правила, если это необходимо. Можно подчеркнуть, что чем больше правил, тем сложнее их соблюдать. Принятые на прошлом занятии правила являются достаточно универсальными, они охватывают все возможные ситуации, возникающие на тренинге.

Далее ведущий напоминает, что необходимо принять ритуал приветствия. При его обсуждении выясняется, зачем люди здороваются, в чем смысл приветственных жестов и слов (отдания воинской чести, рукопожатия, пожелания здоровья и успехов). Подчеркиваются наиболее интересные высказывания.

Если участники долго не смогут выбрать вариант приветствия, ведущий может предложить такой: все становятся в круг, левую руку поднимают вверх, а левую руку кладут на плече соседа, произнося хором слово «ЗДРАВ-СТВУЙ-ТЕ». На последнем слогe руки разъединяют и хлопают в ладоши. Можно повторить это несколько раз для тренировки.

На доске или в середине круга укрепляется рисунок «Школьный путь». На нем изображена гора: левый склон изображен в виде крутого подъема. Это 1, 2, 3, 4-й классы. Они изображены в виде труднодоступных уступов. Далее изображен более пологий участок пути: 5—6-й классы — небольшой подъем, 7-й класс — чуть заметная вершина, 8—9-й классы — начало пологого подъема, 10 класс — вершина горы. Расстояния между классами должны быть одинаковыми, их необходимо обозначить флажками или стрелками.

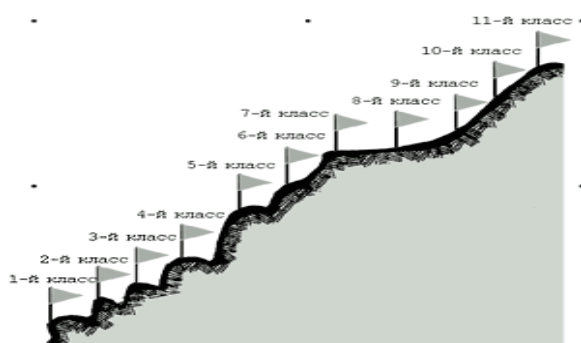


Рис. 1 «Школьный путь»

Участникам предлагается на этой линии найти свое нынешнее место. Ведущий просит детей представить, что они путешественники, за плечами которых трудный подъем. Они, преодолев самую трудную часть пути, почти достигли его середины и решили сделать привал. О чем говорят путники на привале? (Вспоминают пройденный путь и обдумывают предстоящую дорогу.) Что запомнилось на пройденном участке пути? Какие встречались трудности? Что помогло их преодолеть? (Можно предложить участникам продолжить фразу: «В начальной школе мне больше всего запомнилось...»).

Все высказываются по кругу, передавая друг другу мяч или игрушку. Ведущий отмечает наиболее интересные высказывания, обращает внимание на то, что все участники имеют довольно большой школьный опыт, поэтому дальнейший путь должен быть легче. Каким он будет? (Продолжить фразу: «В пятом классе мне хотелось бы...») В детских высказываниях нужно подчеркнуть оптимистические ожидания.

Ведущий предлагает поговорить о том, что нового появилось в школьной жизни учащихся в связи переходом в 5-й класс. Обобщает высказывания и предлагает ответить на вопрос: «Все новое, что появилось в 5-м классе, — это скорее интересно или скорее трудно?» После высказываний учащиеся подводятся к мысли, что учеба в 5-м классе — дело и трудное, и интересное. При этом у каждого пятиклассника уже есть достаточный опыт для преодоления трудностей («Вы — опытные путешественники, преодолевшие почти половину дороги...»).

Основная часть

Ведущий обращает внимание участников на отрезок «Школьного пути» с 5-го по 9-й класс и сообщает, что это самый важный участок, основной отрезок пути, который так и называется «Основное звено школы». Что значит «основное звено»? Высказываются желающие, передавая мяч друг другу. Ведущий подчеркивает, что основное — это главное, то, от чего зависит все остальное. Ведущий обращает внимание детей на то, что они приступили к преодолению

основной части своего школьного пути. Предлагает подумать, как поступают опытные путешественники, преодолевая какой-либо трудный путь.

Высказываются все желающие (путешественники проверяют, все ли они взяли с собой, надежные ли рядом товарищи, чем они могут помочь товарищам). По аналогии предлагается сказать, какой багаж нужно взять с собой пятиклассникам. Высказываются все желающие (знания, опыт школьной жизни и т.п.).

Далее учащиеся думают над вопросом, в чем надежность их одноклассников.

Упражнение «Комплименты»: участники, сидя в кругу, по очереди берут в руки мяч или игрушку, остальные называют наиболее привлекательные черты того участника, у которого в руках в данный момент находится мяч или игрушка. Для осознания, чем каждый сам может помочь другим, можно продолжить фразу: «Лучше всего мне удастся...».

Подводя итог упражнения, ведущий подчеркивает наиболее удачные высказывания участников. Делается вывод, что каждый, обладая какими-либо преимуществами, может оказывать поддержку другим и, в свою очередь, полагаться на их помощь в трудной ситуации.

Упражнение «Путешествие на газете»: участники делятся на 2-е небольшие группы (4—5 человек), задача которых разместиться на развернутой стандартной газете. Если это удалось, газета складывается пополам и т.д. Побеждает та команда, которая уместилась на самом маленьком куске газеты. После окончания этого упражнения проводится краткое обсуждение впечатлений от его выполнения. При этом ведущий подчеркивает, что чем теснее сплоченность группы, тем успешнее выполняется это упражнение.

Домашнее задание

Обсудить с родителями, какая помощь тебе может понадобиться в 5-м классе (не обязательно только в учебе) и чем бы ты сам мог помочь другим (не только одноклассникам).