

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Колтушская СОШ имени ак. И.П.Павлова»**

**Программа психолого-педагогического сопровождения
адаптации учащихся 1, 5, 10-х классов
к обучению в школе**

Содержание программы

Пояснительная записка.....	3
Основные положения.....	3
Специфические задачи.....	5
Прогнозируемый результат.....	6
Ступени реализации программы.....	7
Приложение. План мероприятий адаптационного периода	

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа предназначена для создания психолого-педагогических условий для успешной адаптации учащихся первых, пятых и десятых классов к особенностям образовательной среды школы, сохранения психологического здоровья школьников, разработки способов адаптации образовательной среды к учащимся.

Все периоды адаптации имеют общие и специфические признаки и зависят от следующих условий: продолжительность адаптационного периода, возраст человека, цель адаптации и др. Чаще всего процесс собственной адаптации индивидов не осознается и происходит стихийно. Это приводит к увеличению периода адаптации, к формированию комплексов, к возникновению психологического дискомфорта, состояния фрустрации и стресса, нервного истощения. Освоив необходимые приемы, человек способен сознательно управлять собственно процессом адаптации.

Отличительной особенностью программы «Преемственность и адаптация» является, на наш взгляд, достаточно широкий охват участников учебно-воспитательного процесса: учащихся, родителей, педагогов.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Адаптационный период охватывает первые полгода обучения в первом, пятом и десятом классах.

Адаптационный стресс как совокупность адаптационных реакций организма человека, носящих общий защитный характер, испытывают в той или иной мере все участники образовательного процесса в начале учебного года. Особенно остро этот стресс испытывают те учащиеся, которые попали в новую для себя среду, т.е. ученики первых, пятых и десятых классов.

Переход на новую ступень образования характеризуется рядом психологических особенностей. Прежде всего, учащиеся попадают в новый коллектив сверстников и учителей, происходит значительное увеличение учебной нагрузки. Кроме того, в каждом “переходном” классе имеются свои особенности.

1-й класс.	5-й класс.	10-й класс.
Значительное повышение личностной и ситуационной тревожности детей. Им	Наблюдения показывают, что первые полгода обучения в пятом	Учащиеся испытывают желание “отдохнуть” после экзаменов в девятом классе и перед

<p>не всегда понятно, для чего существуют школьные правила, сложно принять эти правила и контролировать с их помощью свое поведение. Отсюда нарушение дисциплины первоклассниками, их эмоциональная неустойчивость и даже соматические заболевания.</p>	<p>классе школьники проявляют невнимательность, безответственность, тревожность, неуверенность в себе. Они начинают хуже учиться по сравнению с начальной школой, испытывают трудности в общении со сверстниками и учителями.</p>	<p>выпускным одиннадцатым. Это ведет к ослаблению внимания к школьным предметам, тогда как десятый класс – наиболее сензитивный период для окончательного профессионального самоопределения.</p>
---	---	--

Характер адаптации ребенка к изменившимся условиям среды отражается на трех основных уровнях.

1. **Эмоциональный уровень.** Включает себя эмоциональное самочувствие, переживание состояния равновесия или тревоги. Излишнее эмоциональное возбуждение лежит в основе развития адаптационных нарушений. Эмоциональное благополучие школьника в первые месяцы учебы на новой ступени образования отражает характер его адаптации к среде.
2. **Когнитивный уровень.** Включает уровень развития самосознания. В процессе адаптации происходит сознательное принятие новых норм и правил, что находит свое отражение в становлении образа “Я”, осмыслении своей социальной принадлежности, исполняемых ролей, занимаемого статуса и т.д.
3. **Поведенческий уровень** отражает характер поведения ребенка в условиях школьной среды, его взаимоотношения с другими людьми.

Цели и задачи программы сопровождения.

Цели: создание психолого-педагогических условий для успешной адаптации учащихся к особенностям образовательной среды школы, сохранение психологического здоровья школьников, разработка способов адаптации образовательной среды к учащимся.

Поставленная цель достигается за счет последовательного решения педагогическим коллективом следующих задач:

1. Изучить теоретические аспекты проблемы адаптации учащихся с позиции различных наук;
2. Выявить особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении;
3. Создать систему психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в период их первичной адаптации, позволяющей им не только приспособиться к школьным требованиям, но и всесторонне развиваться и совершенствоваться в различных сферах общения и деятельности;
4. Разработать организационно-содержательную модель на период адаптации для учащихся разных возрастных групп;
5. Корректировать процесс организации адаптации в образовательном учреждении.

Таким образом, для решения перечисленных задач социально-психологическая служба должна помочь педагогам:

- Отслеживать результаты психолого-педагогического развития учащихся на различных этапах обучения;
- Создать условия для успешной социально-психологической адаптации личности ребёнка к новой социальной ситуации;
- Помочь школьникам, испытывающим трудности в общении, в выработке комфортного стиля поведения;
- Оптимизировать естественный процесс адаптации, сделав его по возможности безболезненным для ученика и учителя;
- Актуализировать мотивацию обучения, постепенно вырабатывать способность учащегося брать на себя ответственность за успешность своего обучения.

Основные направления работы

Психологическая диагностика на этапе адаптации детей направлена, в первую очередь, на изучение степени и особенностей приспособления детей к новой социальной ситуации. Она проводится в начале учебного года.

Консультативная работа с педагогами и родителями. Работа с педагогами проводится в виде семинаров. Семинары для классных руководителей и учителей-предметников знакомят с основными задачами и трудностями периода адаптации, тактикой общения с детьми и формами оказания помощи. Консультирование родителей осуществляется индивидуально или на родительских собраниях.

Профилактическая работа осуществляется психологом и направлена на оказание поддержки каждому ребенку. Наиболее продуктивно и эффективно проходит в форме развивающих занятий с элементами тренинга.

Коррекционно-развивающая работа проводится с учащимися, испытывающими трудности в школьной адаптации. Такая работа проводится с детьми индивидуально или в микрогруппах, которые формируются на основе сходства проблем, выявленных у детей на этапе диагностики.

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ЗАДАЧИ

1-й класс.

1. Создание условий для обеспечения эмоционального комфорта, чувства защищенности у первоклассников при вхождении в школьную жизнь.
2. Создание доброжелательной атмосферы в классе как необходимого условия для развития у детей уверенности в себе.
3. Помощь первоклассникам в осознании и принятии правил школьной жизни и себя в роли учеников.
4. Создание благоприятных условий для знакомства детей друг с другом.
5. Формирование навыков учебного сотрудничества.
6. Создание предпосылок для групповой сплоченности класса.
7. Создание условий для освоения первоклассниками пространства своего класса как предпосылки для освоения пространства школы.
8. Знакомство педагогов с особенностями детей данного класса.

5-й класс.

1. Формирование у детей позитивной Я – концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности;
2. Формирование устойчивой учебной мотивации;
3. Формирование адекватных форм поведения в новых школьных ситуациях;

4. Изучение уровня готовности учащихся к обучению в среднем звене (4 класс) и диагностика уровня адаптации пятиклассников (5 класс);
5. Консультирование учителей основной школы, их знакомство с индивидуальными особенностями будущих пятиклассников.

10-й класс.

1. Определить оптимальный учебный режим для вновь прибывших учащихся.
2. Создать условия для формирования благоприятного психологического климата общения учащихся, укрепления навыков поведенческой саморегуляции.
3. Способствовать становлению группового коллектива.
4. Проводить наблюдение поведенческих параметров с целью определения коммуникативных и деятельностных проблем учащихся.
5. Помогать классным руководителям в изучении индивидуальных особенностей вновь прибывших детей с целью построения воспитательной траектории.
6. Повышать психолого-педагогическую компетентность педагогов через внедрение педагогической психологии.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Успешная адаптация, проявляющаяся на трёх уровнях:

1. Эмоциональный уровень: эмоциональное благополучие школьника
2. Когнитивный уровень: развитие самосознания
3. Поведенческий уровень: включённость в общение с окружающими людьми, способность к ответственному поведению

Ожидаемые результаты реализации программы.

- Повышение интереса к школьной жизни у обучающихся всех ступеней;
- Формирование позитивного “Образа Я” у школьников;
- Активизация интереса педагогов к проблемам адаптации.

СТУПЕНИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Ступени	Виды деятельности
Первая ступень – определение готовности	Проведение психолого-педагогической диагностики, направленной на определение готовности к обучению в следующем звене.

<p>учащихся к обучению на новом возрастном этапе</p>	<p>Групповые и индивидуальные консультации родителей.</p>
	<p>Взаимопосещение уроков, занятий воспитателями ДООУ и учителями начальных классов, учителями-предметниками с целью поисков путей преодоления содержательных и методических «разрывов».</p>
	<p>Проведение совместных «круглых столов», носящих на данном этапе общий ознакомительный характер: для педагогов, набирающие первые классы с воспитателями детских садов; учителей-предметников, классных руководителей пятиклассников и учителей начального звена, выпускающих 4 классы; учителей-предметников и классных руководителей десятиклассников.</p>
<p>Вторая ступень - первичная адаптация к новым социальным условиям (с сентября по январь)</p>	<p>Составление социального паспорта класса</p>
	<p>Проведение психолого-педагогической диагностики</p>
	<p>Проведение консультативной и просветительской работы, направленной на ознакомление взрослых с основными задачами и трудностями периода адаптации, тактикой общения и помощи детям, результатами диагностики</p>
	<p>Организация методической работы педагогов, направленной на построение учебного процесса в соответствии с индивидуальными особенностями и возможностями учащихся, выявленных в ходе диагностики и наблюдения в первые недели.</p>
	<p>Организация педагогической поддержки учащихся во внеучебное время.</p>
	<p>Организация профилактической работы в период адаптации.</p>
	<p>Аналитическая работа, направленная на осмысление итогов деятельности педагогов, родителей в период первичной адаптации учащихся разных возрастных групп.</p>
	<p>Проведение круглых столов по разработке единой системы требований к классам со стороны учителей-предметников.</p>

Третья ступень - психолого-педагогическая работа с учащимися, испытывающими особые трудности в период адаптации	Выявление характера и природы синдрома дезадаптации в каждом конкретном случае, определение путей оказания помощи этим учащимся.
	Экспертные опросы учителей, родителей; диагностика неадаптированных учащихся; анализ педагогической документации и материалов предыдущих обследований.
	Оказание родителям данных учащихся психолого-педагогической помощи в форме индивидуальных консультаций.
	Индивидуальное консультирование учителей по вопросам общения с дезадаптированными учащимися. Привлечение специалистов разных профилей (при необходимости).
	Организация педагогической помощи учащимся, испытывающим различные трудности в обучении с учётом результатов их психодиагностики.
	Проведение с учащимися, испытывающими особые трудности в адаптации, коррекционно-развивающих занятий с элементами тренинга.
	Аналитическая работа по результатам, полученным на третьем этапе, и соотнесение их с результатами адаптации, проведение расширенного совещания по итогам адаптации учащихся, испытывающих трудности к приспособлению к новым социальным условиям.

Организованная таким образом работа по преемственности и адаптации имеет ряд положительных моментов: обеспечивает возможность реализации индивидуального подхода к каждой конкретной личности; каждый ребёнок имеет возможность адаптироваться в своём индивидуальном темпе.

Приложение 1.

План мероприятий адаптационного периода.

Организация педагогических мероприятий.

	№	Название мероприятия.	Сроки.	Ответственные.
1 класс.	1.	Обсуждение совместного плана сотрудничества детского сада и начальной школы по подготовке детей подготовительной группы к школьному обучению.	май	Зам. Директор а по УВР
	2.	Знакомство воспитателей подготовительной группы с программой обучения и воспитания первоклассников.	сентябрь	Зам. Директор а по УВР
	3.	Знакомство учителей с программой обучения и воспитания дошкольников.	сентябрь	Зам. Директор а по УВР

	4.	Посещение воспитателями уроков учителей в начальной школе в первом классе. Посещение занятий в детском саду будущими учителями первоклассников - в начале учебного года: Цель: знакомство с детьми подготовительной группы и формами работы; - во второй половине года: Цель: знакомство с уровнем полученных знаний, умений и навыков, творческих способностей детей с ДОУ	Октябрь-апрель	Зам. Директора по УВР Воспитатели Учителя начальных классов
	5.	Совместное педагогическое совещание учителей и воспитателей с целью обсуждения реализации задач планирования.	январь	
5 класс.	6.	Распределение нагрузки на предстоящий учебный год.	декабрь	Зам. Директора по УВР
	7.	Посещение учителями-предметниками уроков в 4-х классах, знакомство с будущими пятиклассниками.	Апрель, май.	Учителя-предметники.
	8.	Проведение интегрированного МО “Готовность учащихся четвертого класса к переходу в среднее звено”.	Май.	Участники и ПМПк.
	9.	“Итоги адаптационного периода пятиклассников”.	Декабрь.	Участники и ПМПк
10 класс.	10.	Совещание “Итоги реализации профориентационной программы в 9 классе, готовность к переходу в старшее звено”	Март.	
	11.	Совещание “Итоги адаптационного периода в 10 классе”.	декабрь	

Социально-психологический компонент.

№	Название мероприятия.	Сроки.	Ответственные.
1.	Изучение социальных условий. Составление социального паспорта 1, 5, 10 класс.	Сентябрь.	Классные руководители.
2.	Определение психосоматического здоровья через анализ медицинских карт.	Октябрь.	Мед. работник.
3.	Изучение эмоционального благополучия: а) уровень развития тревожности – 1 и 5 класс б) САН – 10 класс в) Социальная адаптация – 10 класс	Ноябрь, декабрь.	Психологи.

Воспитательный компонент.

	№	Название мероприятия.	Сроки.	Ответственные.
Мероприятия совместно с	1.	Выставки работ будущих первоклассников “Я рисую школу”, “Я - первоклассник”	Апрель.	Воспитатели.
	2.	Экскурсии детей в школу. Цель: Знакомство дошкольников со школьной жизнью, школьными помещениями (библиотекой, классами, спортзалом).	В течение года	Воспитатели Зам. Директора по УВР
Школьные мероприятия.	3.	Социометрические исследования межличностных отношений в классах.	Октябрь.	Психологи, классные руководители.
	4.	Изучение уровня удовлетворенности учащихся школьной жизнью.	Декабрь.	Психологи.
	5.	Изучение уровня воспитанности.	Март.	Классные руководители.

Диагностический компонент.

№	Название мероприятия.	Класс.	Сроки.	Ответственные.
1.	Изучение функциональной школьной зрелости.	1 класс	Сентябрь.	Психолог .
2.	Наблюдение поведенческих особенностей учащихся.	1,5,10	Октябрь.	Психолог .
3.	Определение стартовых уровней учебных достижений.	5,10	Ноябрь .	Зам. Директора по УВР
4.	Изучение учебной мотивации (рисуночные методики “Я в школе”).	1,5	Ноябрь .	Психолог .
5.	“Диагностика поведения и деятельности ребенка” опросник для учителей.	1	Ноябрь .	Психолог .
6.	Изучение интеллектуального развития учащихся. (ШТУР)	10	Декабрь.	Психолог .
7.	Изучение интеллектуального развития учащихся. (Методика для диагностики интеллектуального развития учащихся 4-х классов при переходе в среднее звено»	4	Апрель .	Психолог .

Консультативный компонент.

	№	Название мероприятия.	Сроки.	Ответственные.
Мероприятия с.р. МПДОУ	1.	Родительское собрание со следующей тематикой: “Задачи семьи и детского сада по созданию условий для успешной подготовки детей к школьному обучению”	Октябрь .	Воспитатели Учителя начальных классов

	2.	Подготовка тематических выставок для родителей. <ul style="list-style-type: none"> • “Какими умениями должен обладать первоклассник для успешного обучения в школе” • “Роль семьи в формировании положительного образа школы” 	В течение года	Воспитатели.
	3.	Консультации учителей для родителей будущих первоклассников	По запросу	Учителя начальных классов
	4.	Анкетирование родителей по теме “Готовы ли вы отдать своего ребенка в школу?”	Январь.	Воспитатели
	Мероприятия в школе.	5.	“Ребенок пошел в школу” родительское собрание в 1 классе.	Октябрь.
6.		“Итоги адаптационного периода” родительские собрания в 1 и 5 классах.	Ноябрь.	Психолог.
7.		“Время отдыха?” родительское собрание в 10 классе.	Декабрь.	Психолог.
8.		“Как помочь ребенку в пятом классе” родительское собрание в 4 классе.	Май.	Психолог.
9.		Индивидуальное консультирование родителей.	В течение года.	Психолог.

Коррекционно-развивающий компонент.

	№	Название мероприятия.	Сроки.	Ответственные
--	---	-----------------------	--------	---------------

МДОУ.	1	Проведение тематических занятий по программе подготовки дошкольника к школе, с учетом формирования компонентов учебной деятельности.	Ноябрь - апрель	Воспитатели Учителя начальных классов
	2	Совместный интеллектуальный марафон “Я познаю мир” первоклассников и детей подготовительной группы	Март	Воспитатели Учителя начальных классов
1 класс.	3	“Здравствуй, школа!” адаптационные занятия с первоклассниками.	Сентябрь-декабрь.	Психолог.
	4	Преодоление школьной тревожности. Групповая работа.		Психолог.
Средняя ступень.	5	Занятия по формированию готовности младших школьников к переходу на вторую ступень обучения.	Январь – май.	Психолог.
	6	“Новичок в средней школе”	I полугодие	Психолог.
Старшая ступень	7	Индивидуальные консультации вновь прибывших в 10 класс.	I четверть.	Психолог.
	8	Профорориентационные занятия по программе “Моя профессия»	I полугодие	Психолог.

Литература.

1. *Ганьшина В.Н.* Книга учителя. МОУ “Лицей № 1” г. Усолье-Сибирское, 2017 г.
2. *Елена Кравцова.* "Десятиклассники" // Школьный психолог 2017, № 20.
3. Здравствуй, школа! Адаптационные занятия с первоклассниками. Под. Ред. *Пилипко Н.В.* М.:2016.
4. *Истратова О.Н., Эксакусто Т.В.* Справочник психолога средней школы. – Ростов-на-Дону, 2016 г.
5. *Коблик Е.Г.* Первый раз в пятый класс: программа адаптации детей к средней школе. М.: 2013.
6. Подростковый возраст – все ли в норме? Комплект диагностических методик для комплексного обследования учащихся средней школы / Авт.-сост. *В.И.Екимова, А.Г.Демидова.* – М.: 2017 г.
7. Психодиагностика и профориентация в образовательных учреждениях / Ред.-сост. *Л.Д. Столяренко.* – Ростов, 2015 г.
8. *Хухлаева О.В.* Тропинка к своему Я. М.: 2015.