

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МОУ

Краснооктябрьская СОШ

А. К. Саломатин

« 08 » 2022 г.



**ПРОГРАММА**

психологического сопровождения обучающихся 1 – х. классов.

## Пояснительная записка

Программа психологического сопровождения обучающихся 1-х классов составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания начального общего образования.

Предлагаемая программа направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, повышению эффективности процесса адаптации учащихся к школьной жизни. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к школьной жизни, социуму.

Программа психологических занятий с младшими школьниками направлена на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- способность справляться со страхами, обидами, гневом;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение справляться с негативными эмоциями;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация к учебному процессу.

## Актуальность

Поступление ребенка в школу является началом нового возрастного периода в жизни ребенка – начало младшего школьного возраста, ведущей деятельностью которого становится учебная деятельность. В это время отмечается интенсивное развитие интеллекта. Меняется мышление бывшего дошколенка, а вслед за ним претерпевают изменения процессы памяти, внимания, восприятия и других психических процессов. Они оттачиваются, совершенствуются. Тем не менее, есть несколько моментов, имеющих значение для школьного этапа жизни ребенка – развитие такого качества, как произвольность и формирование навыков социального поведения в обществе других людей.

Произвольность – это сложный, многосоставной процесс, который позволяет человеку осознанно регулировать свои желания и действия. Это способность управлять своим поведением, умение ставить перед собой определенные цели и задачи и достигать их, умение планировать свою деятельность. Это качество принципиально важно для успешной адаптации к условиям обучения в ОУ. Кроме произвольности, успешность обучения ребенка в целом зависит от того, насколько малыш научится успешно контролировать свои желания, действия.

Еще одним принципиально важным процессом в жизни любого школьника является социализация. В конкретном случае, это умение общаться со сверстниками, умение слушать и слышать взрослых, принятие авторитета взрослого человека, умение выходить из конфликтных ситуаций, знание и соблюдение правил поведения в общественных местах.

Основным видом деятельности в первом классе по-прежнему остается игра, хотя уже в середине периода, им становится интересно именно учиться, а игра постепенно отходит на второй план, хотя еще долгое время остается необходимой ребенку для гармоничного развития.

Психологическая поддержка ребенка на всем этапе обучения – проблема важная и сложная. В последнее время очень много говорится о необходимости готовности ребенка к обучению в школе. Зачастую она сводится к накоплению теоретических знаний об окружающем мире и выработке навыков владения мелкой моторикой руки. Но принципиально важное значение в адаптации ребенка к обучению является его психо-физиологическая готовность к новому виду деятельности.

Адаптация ребенка к школе – довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма. К сожалению, не один день и даже не одна неделя требуется для того, чтобы малыш освоился в школе по-настоящему. Организм ребенка приспосабливается к изменениям, новым факторам, мобилизуя систему адаптационных реакций.

Выделяют три фазы адаптации ребенка к учебному процессу:

1. Генерализованная реакция, когда в ответ на новое воздействие практически все системы организма ребенка отвечают бурной реакцией и значительным напряжением. Эта «физиологическая буря» длится 2-3 недели;
2. Неустойчивое приспособление, в процессе которого организм ребенка подбирает оптимальные виды реакций на непривычное воздействие;
3. Относительно устойчивое приспособление предполагает закрепление наиболее подходящих вариантов реагирования, новых нагрузок, то есть собственно адаптацию. В среднем 3-й этап адаптации происходит на 5-6 неделе.

Но не всегда этот процесс проходит безболезненно. У некоторых детей она может не наступить совсем, в этом случае следует говорить о социально-психологической дезадаптации, которая в самом мрачном прогнозе может привести к невозможности получить полноценное образование и даже найти свое место в жизни.

Одной из причин возможной дезадаптации первоклассников является физиологическая незрелость и несоответствие функциональных возможностей требованиям, которые предъявляет сама система школьного обучения (именно поэтому перед поступлением в школу мною было проведено обследование всех дошколят на предмет «школьной зрелости»).

Другой немаловажной причиной дезадаптации может стать недостаточный уровень интеллектуального развития, его социальная незрелость, неумение общаться с окружающими, неудовлетворительное состояние физического здоровья.

Все это – комплекс внутренних причин или «проблемы ребенка». К внешним же причинам относится несоответствие личности педагога и психо-физиологических особенностей ребенка. Но чаще всего эти факторы взаимосвязаны и вытекают один из другого. В связи с этим многие родители как в городах, так и сельской местности, стараются отдать свое чадо именно к тому учителю, который на их взгляд «сможет найти подход к ребенку». Но не всегда это становится возможным.

Решить данную проблему возможно только при условии грамотного, поэтапного сотрудничества учителя, родителей, школьного психолога и других специалистов, работающих в школе. Поэтому считаю целесообразным реализацию адаптационной программы для первоклассников.

Основной **целью** программы является содействие педагогам и родителям учащихся в профилактике учебной и социальной дезадаптации.

Достижение поставленной цели возможно при реализации задач:

1. Помочь войти детям в контакт друг с другом и со взрослыми, осознать себя как личность.
2. Познакомить детей с правилами поведения в школе, выявить школьную мотивацию.
3. Научить детей сопереживать друг другу, проявлять дружелюбие, сформировать умение различать и понимать эмоциональное состояние других людей.
4. Укрепить желание учиться, получать знания; показать, что знания необходимы.
5. Расширить представление родителей и педагогов о школьной дезадаптации, ее проявлениях у ребенка, а также о методах профилактики и коррекции.

**Целевая группа:** классные руководители, учащиеся 1-х классов и их родители.

**Этапы реализации программы:**

1. Диагностический (подбор и проведение диагностических мероприятий).
2. Теоритический (подбор методической литературы, анализ результатов диагностики).
3. Практический (разработка и реализация классных часов (занятий), выступление на родительских собраниях, распространение тематических брошюр, работа с сайтом школы, оформление информационного стенда и др).
4. Подведение итогов.

**Используемые формы и методы работы:**

1. Консультации для педагогов, обучающихся первоклассников, по темам: «Психологическая готовность детей к школе» (по результатам входящей диагностики школьной зрелости), «Младший школьник. Какой он?», «Школьная дезадаптация. Причины. Признаки. Последствия» (по запросу самих учителей);

2. Индивидуальные беседы с родителями первоклассников на тему «Особенности развития ребенка до поступления в школу» (по результатам исследования готовности к обучению в школе (родители группы риска обучающихся по неуспеваемости));

3. Выступление на родительских собраниях по темам: «Школьная дезадаптация. Причины. Признаки. Последствия» (по запросу самих учителей)); «Результаты мониторинга готовности первоклассников к обучению в школе».

5. Проведение групповой коррекционной работы с детьми, показавшими как низкий уровень школьной зрелости и высокий уровень дезадаптации.

**Сроки реализации программы:** в течение года.

**План мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся 1-х классов на 2022-2023 уч.г.**

№ п/п	Вид деятельности	Содержание	Цель	Сроки	Ответственный	Выход
1	Диагностика учащихся	Методика Ясюковой	Прогноз и профилактика неуспеваемости.	Сентябрь - октябрь	Педагог – психолог;	Аналитическая справка по результатам психодиагностики;  Рекомендации всем субъектам образовательного процесса;  Отчетная документация
		Проективная техника «Мой класс»	Изучение уровня социализации ребенка, его эмоциональной сферы	Конец 1 четверти	Классный руководитель	
		Проективная техника «Школа зверей»	Изучение уровня сформированности позиции «Ученик», исследование эмоционального состояния ребенка	Конец 2 четверти		
2	Консультативная и просветительская деятельность	<p>1.Работа с родителями -Индивидуальные беседы, консультации: «Младший школьник. Какой он?»; «Режим дня школьника»; «Школьная дезадаптация. Причины. Признаки. Последствия»</p> <p>2.Работа с педагогами -Индивидуальная консультация «Школьная дезадаптация. Причины. Признаки. Последствия»;</p> <p>Результаты мониторинга готовности обучающихся к обучению в школе</p> <p>3.Работа с учащимися Профориентационная деятельность</p>	<p>Ознакомление родителей и педагогов с особенностями адаптации первоклассника к школе, оказания ему психологической поддержки, создания в семье благоприятного психологического климата. Снижение родительской тревоги. Формирование реалистического представления о признаках, причинах дезадаптации; способах ее профилактики и коррекции; Рекомендации по организации режима дня первоклассников.</p> <p>Ознакомление педагогов со способами правильного общения с обучающимися, оказания им психолого-педагогической поддержки, создание благоприятного психологического климата во время образовательного процесса.</p>	В течение года, по запросу родителей первоклассников педагогов школы	<p>Педагог – психолог;</p> <p>Классный руководитель</p>	Отчетная документация

3	Профилактика	Программа «Развивай-ка» (для обучающихся группы риска по неуспеваемости).	Формирование позиции «Ученик»; Стабилизация психоэмоционального состояния; релаксация, обучение методам снятия нервно-психического напряжения.	Январь - май	Психолог, Родители, Педагоги	Рекомендации всем субъектам образовательного процесса;  Отчетная документация
4	Коррекция и развитие	Программа «Развивай-ка» (для обучающихся группы риска по неуспеваемости).	Коррекция и развитие когнитивных психических функций (памяти, внимания и др.)	2-е полугодие 2022 – 2023 года	Психолог, родители, педагоги	Рекомендации всем субъектам образовательного процесса;  Отчетная документация
4	Методическая работа	Памятки (брошюры, информация на сайте школы, оформление стенда «Режим дня школьника»; разработка родительских собраний, занятий с уч-ися и др.	Повышение психолого – педагогической компетентности и осведомленности родителей и педагогов в вопросах воспитания и обучения обучающихся 1-х классов.	В течение года	Педагог – психолог	Отчетная документация

Педагог-психолог \_\_\_\_\_ Малёва П. П.



### Список используемой литературы:

1. Личностная и коммуникативная компетентности современного дошкольника: Учебное пособие. / Авдулова Т. П., Хузеева Г. Р.: Прометей; Москва; 2013
2. Машталъ О. Ю. Подготовка ребенка к школе. 200 упражнений, заданий, тестов, игр. – СПб: Наука и Техника, 2011. – 288 с., ил., CD.
3. Микляева А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. — СПб.: Речь, 2004. — 248 с, ил.
4. Глозман Ж. М. Нейропсихология детского возраста: учеб. пособие для студ. Высш. учеб. завед. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 272с.
5. Рахманкулова Р. Программа работы по профилактике и коррекции дезадаптации у первоклассников // Школьный психолог. 2003. № 18.
6. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: в 2 кн. – М.: Изд – во ВЛАДОС – ПРЕСС, 2001. – Кн.1: Система работы психолога с детьми разного возраста. – 384 с.: ил..
7. Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях введения ФГОС: планирование, документация, мониторинг, учет и отчетность / сост. И. В. Возняк (и др.). - Волгоград: Учитель: ИП Гринин Л. Е., 2014. – 235 с.
8. Сыропятова Г. А. Графические диктанты. Домашние животные (для детей 6 – 10 лет): тетрадь. – Екатеринбург: ООО «Литур - опт», 2012.
9. Тихомирова, Л.Ф., Басов А. В. Развитие логического мышления детей. – Ярославль: ТОО «Академия развития», 1996. – 240 с. Илл.
10. Хухлаева О. В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. — М.: Генезис, 2006. — 176 с: илл. — (Психологическая работа с детьми.)
11. Шалаева, Г.П. Сложение и вычитание./ Г. П. Шалаева- М.: АСТ: СЛОВО, 2010. – 64 с. – (Маленький гений).

12. 50 лучших головоломок для развития левого и правого полушария мозга / Чарльз Филлипс: Эксмо; Москва; 2015

Электронный ресурс.

1. <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200301806>
2. <http://74444s021.edusite.ru/p40aa1.html>
3. [http://psylab.info/Главная\\_страница](http://psylab.info/Главная_страница)
4. Профориентация и самоопределение школьников и взрослых. НАВИГАТУМ | Главная (navigatum.ru)