

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ

Краснооктябрьская СОШ

А. К. Саломатин

« 5 » 02 2022 г.



ПРОГРАММА

психологического сопровождения обучающихся 5 – го классов.

Пояснительная записка.

С переходом из начальной школы в среднее звено у школьников начинается один из самых сложных этапов адаптации, который сопровождается появлением разного рода психологических проблем: повышением уровня школьной и межличностной тревожности, тревожности в ситуации проверки знаний, снижением успеваемости и учебной мотивации, нежеланием вступать в учебные и внеучебные контакты, нарушением дисциплины, неадекватно заниженной самооценкой.

Проблемы адаптации пятиклассников осложняются ещё и тем, что изменение условий и организации обучения, смена его форм и методов, режима учебного дня, учебных требований и социальных ролей происходит в период полового созревания. В этот период у пятиклассников может наблюдаться снижение темпа деятельности и работоспособности, объёма памяти и внимания, дети становятся забывчивыми, неорганизованными, медлительными. Учителя основной школы часто недооценивают изменения, происходящие с младшими подростками, и вследствие этого не делают различий между пятиклассниками и другими учащимися средней школы. От учеников ожидают более независимого, самостоятельного и ответственного поведения, к чему многие дети не готовы. Всё это обуславливает **актуальность** проблемы адаптации учащихся 5-х классов к ситуации предметного обучения.

Актуальность

Программа психологического сопровождения пятиклассников заключается в том, что в ней сделана попытка создания условий для социально-психологической адаптации младших подростков к среднему звену школы, что, способствуя профилактике школьной дезадаптации, позволяет избежать дезадаптации социальной.

Особенностью программы адаптационных встреч для пятиклассников является учёт закономерностей психо-физиологического развития младших подростков. От 10 до 12–13 лет активность эндокринных центров – гипоталамуса и гипофиза повышается, а активность половых желёз ещё не достигает соответствующего этому уровня, нервные центры функционируют с преобладанием возбуждения над торможением, чем объясняется беспричинная смена настроения, повышение обидчивости, нарушение поведения и двигательных реакций. Именно младший подростковый возраст является оптимальным возрастным периодом для обучения управлению своим телом, осознания и овладения эмоциями и чувствами.

Цель программы - содействие социально-психологической адаптации учащихся пятых классов к условиям обучения в среднем звене основной школы.

Данная программа решает задачи:

1. Познакомить учащихся со способами самоорганизации для оптимального выполнения учебных требований.
2. Сформировать у школьников адекватное отношение к своим учебным и коммуникативным успехам и неудачам.
3. Сформировать навыки самопрезентации, уверенность в собственных силах.
4. Способствовать формированию коммуникативной грамотности и навыков межличностного взаимодействия с педагогами и сверстниками.
5. Снизить уровень школьной и межличностной тревожности.
6. Расширить представление родителей и педагогов о школьной дезадаптации, ее проявлениях у ребенка, а также о методах профилактики и коррекции.

Целевая группа: классные руководители, учащиеся 5-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:

- Психодиагностика (мониторинг обучающихся).
- Индивидуальные беседы (консультации) с детьми группы риска по дезадаптации.
- Консультации классных руководителей по темам: «Результаты мониторинга психологической готовности пятиклассников к обучению в среднем звене основной школы»; «Школьная дезадаптация. Причины. Признаки. Последствия» (по запросу самих учителей);
- Выступление на родительских собраниях или предоставление тематической информации через классных руководителей, индивидуальные беседы с родителями пятиклассников на тему «Признаки. Причины. Профилактика дезадаптации пятиклассника при переходе в основную школу» (по результатам мониторинга);
- Психогимнастика, игровые упражнения, выработка правил поведения, мини-лекции и др. в рамках реализации адаптационной программы для обучающихся «Я=МЫ, МЫ=КОМАНДА». Занятия проводятся в форме тренинга командообразования (в рамках проекта всероссийская школьная летопись).

Сроки реализации программы: в течение года.

План мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся 5-х классов на 2022-2023 уч.г.

№ п/п	Вид деятельности	Содержание	Цель	Сроки	Ответственный	Выход
1	Диагностика учащихся	Анкетирование	Выявление трудностей адаптации к условиям обучения в среднем звене	Октябрь	Педагог – психолог; Классный руководитель	Аналитическая справка по результатам психодиагностики; Рекомендации всем субъектам образовательного процесса; Отчетная документация
		"Оценка уровня школьной мотивации» Опросник Н.Г.Лускановой	Изучение уровня сформированности школьной мотивации, ее типа.	Октябрь		
		Методика «Лестница» (модификация Луговой В.Ф.)	Изучение самооценки обучающихся	Октябрь		
		Тест Филлипа	Диагностика школьной тревожности	Октябрь		
2	Консультативная и просветительская деятельность	<p>1.Работа с родителями</p> <ul style="list-style-type: none"> - Индивидуальные беседы, консультации по запросу: «Когда в семье пятиклассник»; «Как готовить домашнее задание»; «Учебная мотивация»; «Роль самооценки в учебном процессе». - Родительские собрания: «Основные причины трудностей в обучении пятиклассников»; «Как помочь пятикласснику адаптироваться к условиям обучения в старшей школе» (по запросу классных руководителей). <p>2.Работа с педагогами</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выступление на педсовете по преемственности и 	<p>Ознакомление родителей и педагогов с особенностями адаптации пятиклассника к условиям обучения в среднем звене, оказания ему психологической поддержки, создания в классе доброжелательной атмосферы; обеспечение индивидуального подхода к обучающимся.</p> <p>Снижение родительской тревоги.</p> <p>Формирование реалистического представления о признаках, причинах дезадаптации; способах ее профилактики и коррекции;</p> <p>Рекомендации по организации режима дня пятиклассников.</p> <p>Ознакомление педагогов со способами правильного общения с обучающимися, оказания им психолого-педагогической поддержки, создание благоприятного</p>	В течение года, по запросу родителей пятиклассников и педагогов школы	Педагог – психолог; Классный руководитель	Отчетная документация

		Индивидуальные консультации классных руководителей: «Результаты мониторинга обучающихся при переходе на новую ступень обучения»; - Индивидуальные консультации кл.рук: «Основные причины трудностей адаптации обучающихся при переходе на новую ступень обучения». - Профорientационная работа	психологического климата во время образовательного процесса. Составление рекомендаций по организации учебно – воспитательного процесса школьников, находящихся в группе риска по дезадаптации.			
3	Профилактика	Тренинг командообразования «Записки школьника» (Проект Всероссийская школьная летопись)	Формирование позиции «Я - пятиклассник»; Формирование понимания важности соблюдения режима дня, правил выполнения д/з. Формирование уважительного отношения к педагогам.	Первое полугодие	Психолог, Родители, Педагоги	Рекомендации всем субъектам образовательного процесса; Отчетная документация
		Индивидуальные консультации обучающихся группы риска по дезадаптации (по результатам мониторинга; «Режим дня»; «Как выполнять д/з»)	Установление доверительных отношений; анализ динамики процесса адаптации через беседу. Помощь обучающимся в планировании собственной деятельности, режима дня; выявление основных трудностей адаптации и ознакомление с путями их преодоления.	В течение 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 учащимися и др.	Повышение психолого – педагогической компетентности и осведомленности родителей и педагогов в вопросах воспитания и обучения пятиклассников.	В течение года	Педагог – психолог	Отчетная документация

Педагог-психолог _____ Малёва П. П.

Используемая литература

1. Анн Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2007. – 271 с: ил. – (Серия «Эффективный тренинг»).
2. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб, заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 192 с.
3. Битянова М.Р. Как измерить отношения в классе. Социометрический метод в школьной практике. – М.: Чистые пруды, 2005. – 29 с.
4. Бойко В. В. Трудные характеры подростков: развитие, выявление, помощь. Учебное пособие. – СПб: Издательство «Союз», 2002, - 160 с. (Практическая психология).
5. Бордовская., Н.В. Реан А.А. Педагогика. Учебник для вузов — СПб: Издательство “Питер”,2000. — 304 с. — (Серия «Учебник нового века»).
6. Зимбардо, Ф. Застенчивый ребенок/Филипп Зимбардо, Ширли Рэдл; пер. с англ. Е. Долинской. – М.: АСТ Астрель, 2005. – 294, (10)с.
7. Игумнов С. А. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2000. – 112 с.
8. Микляева А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. — СПб.: Речь, 2004. — 248 с, ил.
9. Никольская И. М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. – СПб. – Речь, 2000. – 507 с.
10. Овчарова Р. В. Технологии работы школьного психолога с педагогическим коллективом. – Курган: Изд – во Курганского гос. унив-та, 2006. – 187 с.
11. Перешеина Н. В., Заостровцева М. Н. Девиантный школьник: Профилактика и коррекция отклонений. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 192 с. – (Библиотека практического психолога).
12. 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.
13. Шаповаленко И. В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). – М.: Гардарики, 2005 – 349 с.

Электронный ресурс.

1. <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200301806>
2. http://psylab.info/Главная_страница
3. Киноуроки в школах России. Киноуроки в школах Мира. (kinouroki.org)