МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ТЕЛЬМИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | УТВЕРЖДАЮ  Директор МБОУ  «Тельминская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_Луценко Т.Н.  Приказ №257/3  От «31» августа 2023 года |

**Программа   
психолого-педагогического сопровождения  
 «Преемственность и адаптация»**

**обучающихся 1,5,10-ых классов  
МБОУ «Тельминская СОШ»**

***Автор-составитель:***

*Бархатова Т.А.,*

*педагог-психолог*

**2023 г.**

Содержание программы

Пояснительная записка……………………………………………………………………… 3

Основные положения………………………………………………………………………... 3

Специфические задачи……………………………………………………………………… 5

Прогнозируемый результат………………………………………………………………… 6

Этапы реализации программы…………………………………………………………….. 6

**Приложение**

**Приложение 1.** План мероприятий адаптационного периода.

**Приложение 2**. Программа коррекционно-развивающих занятий «Лестница роста»   
для первых классов.

**Приложение 3.** Программа коррекционно-развивающих занятий «я-пятиклассник»  
 для пятых классов.

**Приложение 4.** Программа коррекционно-развивающих занятий «Адаптация  
 обучающихся при переходе на новую ступень обучения» (для учащихся 10-х классов).

**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 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. | Наблюдения показывают, что первые полгода обучения в пятом 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. | Учащиеся испытывают желание “отдохнуть” после экзаменов в девятом классе и перед выпускным одиннадцатым. Это ведет к ослаблению внимания к школьным предметам, тогда как десятый класс – наиболее сензитивный период для окончательного профессионального самоопределения. |

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 СПС 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.

На занятиях используются известные и апробированные программы, такие как:

1. Программа коррекционно-развивающих занятий «Лестница роста» для первых классов
2. Программа коррекционно-развивающих занятий «я-пятиклассник» для пятых классов
3. Программа коррекционно-развивающих занятий «Адаптация обучающихся при переходе на новую ступень обучения» (для учащихся 10-х классов)

**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: включенность 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.

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

|  |  |
| --- | --- |
| Этапы | Виды деятельности |
| Первый этап – определение готовности учащихся к обучению на новом возрастном этапе | Проведение психолого-педагогической диагностики, направленной на определение готовности к обучению в следующем звене. |
| Групповые и индивидуальные консультации родителей. |
| Взаимопосещение уроков, занятий воспитателями ДОУ и учителями начальных классов, учителями-предметниками с целью поисков путей преодоления содержательных и методических «разрывов». |
| 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. |
| Второй этап - первичная адаптация к новым социальным условиям (с сентября по январь) | Составление социального паспорта класса |
| Проведение психолого-педагогической диагностики |
| Проведение консультативной и просветительской работы, направленной на ознакомление взрослых с основными задачами и трудностями периода адаптации, тактикой общения и помощи детям, результатами диагностики |
| 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. |
| Организация педагогической поддержки учащихся во внеучебное время. |
| Организация профилактической работы в период адаптации. |
| Аналитическая работа, направленная на осмысление итогов деятельности педагогов, родителей в период первичной адаптации учащихся разных возрастных групп. |
| Проведение круглых столов по разработке единой системы требований к классам со стороны учителей-предметников. |
| Третий этап - 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.

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА**

**План мониторинга адаптации обучающихся   
1-х, 5-х, 10-х классов на 2023-2024 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятие** | **Сроки** | **Ответственный** |
| **СЕНТЯБРЬ–ОКТЯБРЬ** | | | |
| 1 | Инструктивное совещание при директоре с классными руководителями, педагогами-предметниками, педагогом-психологом, социальным педагогом | 14.09.2023 | Заместитель директора по УВР |
| 2 | Стартовая диагностика обучающихся 1-х классов  1 блок  (Изучение познавательных психических процессов и общей осведомленности):   * Рисунок человека * Графический диктант * Образец и правило * Первая буква   2 блок  Изучение:   * социометрии * мотивации * тревожности | 19.09.2023-28.09.2023 | Педагог-психолог |
| 3 | Входная диагностика 5 – 10 классов:   * Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса * Методика изучения мотивации (при переходе из начальных классов в средние) М. И. Лукьянова, Н. В. Калинина * Методика изучения мотивации обучения старшеклассников (для учащихся 10-го класса) М.И.Лукьянова, Н.В.Калинина. | 19.09.2023-28.09.2023 | Педагог-психолог |
| 4 | Дефектологическая диагностика обучающихся с ОВЗ 1-х, 5-х классов | 19.09.2023-28.09.2023 | Дефектологи |
| 5 | Стартовая диагностика по русскому языку и математике (5-е, 10-е классы), по сформированности навыков чтения (5-е классы) | 19.09.2023-28.09.2023 | Заместитель директора по УВР,  педагоги-предметники 5-х, 10-х классов |
| 6 | Стартовая диагностика по сформированности навыков устной речи в 1-х классах | 06.09.2023-10.09.2023 | Заместитель директора по УВР, учителя 1-х классов |
| 7 | Анкетирование классных руководителей 5-х классов «Трудности пятиклассников» | 01.10.2023-08.10.2023 | Заместитель директора по УВР |
| 8 | Анкетирование учителей-предметников 5-х, 10-х классов по проблеме преемственности | 01.10.2023-08.10.2023 | Заместитель директора по УВР |
| 9 | Изучение микроклимата в классных коллективах | В течение всего  периода | Заместитель директора по УВР, классные руководители 1-х, 5-х, 10-х классов, педагог-психолог |
| 10 | Составление социальных паспортов параллелей 1-х, 5-х, 10-х классов  Изучение социально положения ребенка в семье | 06.09.2023-17.09.2023 | Социальный педагог |
| 11 | Малый педсовет «Итоги начального периода адаптации обучающихся 1-х, 5-х, 10-х классов» | 28.10.2023 | Заместитель директора по УВР  Педагог-психолог  Учителя начальных классов  Воспитатели детского сада |
| 12 | Проведение заседаний ППк  Составление ИОМ | По согласованию | Заместитель директора по УВР, педагог-психолог,  социальный педагог, учитель-логопед, учитель-дефектолог |
| **НОЯБРЬ–ДЕКАБРЬ** | | | |
| 13 | Родительские собрания в параллелях 1-х, 5-х, 10-х классов по итогам мониторинга адаптации | 05.11.2023 | Заместитель директора по УВР, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители 1-х, 5-х, 10-х классов, педагоги-предметники 5-х, 10-х классов, учителя 1-х классов |
| 14 | Работа с обучающимися с признаками дезадаптации и их родителями | В течение всего периода в рамках программы | Педагог-психолог, классные руководители, педагоги-предметники 5-х, 10-х классов, учителя 1-х классов |
| 15 | Сопровождение обучающихся «группы риска» в период адаптации | В течение всего периода | Социальный педагог  Педагог-психолог |
| 16 | Диагностические срезы по русскому языку, математике 5-х, 10-х классах за первое полугодие | 20.12.2023-24.12.2023 | Заместитель директора по УВР, педагоги-предметники 5-х, 10-х классов |
| 17 | Диагностические работы по выявлению уровня сформированности предметных умений по математике, чтению, письму и окружающему миру в 1-х классах | 20.12.2023-24.12.2023 | Заместитель директора по УВР, учителя 1-х классов |
| 18 | Проведение заседаний ППк | По согласованию | Заместитель директора по УВР, педагог-психолог,  социальный педагог, учитель-логопед, учитель-дефектолог |
| **ЯНВАРЬ–МАРТ** | | | |
| 19 | Малый педсовет «Общая оценка эффективности психолого-педагогического сопровождения адаптации учеников 1-х, 5-х, 10-х классов за первое полугодие» | 12.01.2024 | Заместитель директора по УВР  Педагог-психолог |
| 20 | Родительские собрания в параллелях 1-х, 5-х, 10-х классов классов по итогам мониторинга адаптации | 14.01.2024 | Заместитель директора по УВР, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители 1-х, 5-х, 10-х классов, педагоги-предметники 5-х, 10-х классов, учителя 1-х классов |
| 21 | Работа с обучающимися с признаками дезадаптации и их родителями | В течение всего периода | Педагог-психолог, классные руководители 1-х, 5-х, 10-х классов, педагоги-предметники 5-х, 10-х классов, учителя 1-х классов, социальный педагог |
| 22 | Сопровождение обучающихся группы риска в период адаптации | В течение всего периода | Социальный педагог |
| 23 | Повторная дефектологическая диагностика обучающихся с ОВЗ 1-х, 5-х классов | 21.02.2024-04.03.2024 | Педагоги дефектологи |
| 24 | Анализ микроклимата в классных коллективах | 21.02.2024-04.03.2024 | Заместитель директора по УВР, классные руководители 1-х, 5-х, 10-х классов |
| **АПРЕЛЬ–МАЙ** | | | |
| 25 | Повторная диагностика адаптации обучающихся 1-х, 5-х, 10-х классов | 11.04.2024-22.04.2024 | Педагог-психолог |
| 26 | Диагностические срезы по русскому языку, математике в 1-х, 5-х, 10-х классах | 25.04.2024-29.04.2024 | Заместитель директора по УВР, педагоги-предметники 5-х, 10-х классов, учителя 1-х классов |
| 27 | Диагностические срезы по сформированности навыков чтения обучающихся 1-х, 5-х классов | 25.04.2024-29.04.2024 | Заместитель директора по УВР, педагоги-предметники 5-х классов, учителя 1-х классов |
| 28 | Анкетирование классных руководителей 1-х, 5-х, 10-х классов по итогам адаптации | 10.05.2024-13.05.2024 | Заместитель директора по УВР |
| 29 | Анкетирование педагогов-предметников 1-х, 5-х, 10-х классов по итогам адаптации | 10.05.2024-13.05.2024 | Заместитель директора по УВР |
| 30 | Итоговый педсовет по итогам адаптации обучающихся 1-х, 5-х, 10-х классов | 20.05.2024 | Заместитель директора по УВР, классные руководители 1-х, 5-х, 10-х классов, педагоги-предметники 5-х, 10-х классов, учителя 1-х классов, социальный педагог, педагог-психолог |
| 31 | Итоговые родительские собрания в параллелях 1-х, 5-х, 10-х классов по итогам мониторинга адаптации | 27.05.2024 | Заместитель директора по УВР, классные руководители 1-х, 5-х, 10-х классов, педагоги-предметники 5-х, 10-х классов, учителя 1-х классов, социальный педагог, педагог-психолог |

**Литература:**

1. *Ганьшина В.Н.* Книга учителя. МОУ “Лицей № 1” г. Усолье-Сибирское, 2007 г.
2. *Елена Кравцова.* "Десятиклассники" // Школьный психолог 2003, № 20.
3. Здравствуй, школа! Адаптационные занятия с первоклассниками. Под. Ред. *Пилипко Н.В.* М.:2002.
4. *Истратова О.Н., Эксакусто Т.В.* Справочник психолога средней школы. – Ростов-на-Дону, 2006 г.
5. *Коблик Е.Г*. Первый раз в пятый класс: программа адаптации детей к средней школе. М.: 2003.
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.: 2007 г.
7. Психодиагностика и профориентация в образовательных учреждениях / Ред.-сост. *Л.Д. Столяренко*. – Ростов, 2005 г.
8. *Хухлаева О.В.* Тропинка к своему Я. М.: 2001.