

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кощаковская средняя общеобразовательная школа»

«УТВЕРЖДАЮ»  
директор школы  
Л.Х.Хасанова  
31.08.2023 г.



**ПЛАН**  
**психолого-педагогического сопровождения**  
**учащихся 1,5, 10-х классов**  
**на 2023-2024 учебный год**

Педагог-психолог:  
Цыкина Е.В

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

План предназначен 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 «Преимственность 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.

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 ребёнку. 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 защищённости 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.

## Психолого – педагогическое сопровождение процесса адаптации в 1 классе

**Цель:** создание условий для успешной адаптации детей к школе, предупреждение и преодоление школьных рисков.

№ п/п	Мероприятие	Участники	Сроки
<b>1. Психолого – педагогическая диагностика 1 срез (октябрь – ноябрь)</b>			
1.	Наблюдение и Тренинг психологической адаптации первоклассников	1 класс	сентябрь
2.	Психодиагностика УШГ (уровня школьной готовности) поступающих в 1-е классы ( диагностический комплекс К.Йерасика Минимизация школьных рисков, формирование благоприятного адаптационного фона	1 класс	октябрь
3.	Диагностика развития произвольности по методике Д.Б. Эльконина «Графический диктант» (Регулятивные (самоконтроль) ). Выявление умения слушать, понимать и четко выполнять указания взрослого, действовать в соответствии с правилом, применять образец	1 класс	октябрь
4.	Выявление уровня сформированности внутренней позиции школьника, мотивации учения по методике Т.А Нежновой, Н.И. Гуткиной, Д.Б. Эльконина «Беседа о школе» (Личностные (внутренняя позиция школьника, самоопределение)) Выявление уровня сформированности внутренней позиции школьника, мотивации учения	1 класс	октябрь
5.	5. Изучение самооценки младшего школьника по методике «лесенка» (Личностные (самооценка)) Выявление уровня сформированности самооценки младшего школьника		Ноябрь
6.	Выявление уровня сформированности действий по согласованию усилий в процессе осуществления сотрудничества	1 класс	Ноябрь
<b>2. Консультационная и просветительская работа</b>			
1.	Проведение индивидуальных и групповых консультаций родителей будущих первоклассников	Родители первоклассников	По запросу Май-сентябрь
2.	Родительское собрание «Мой ребенок – первоклассник»	Родители первоклассников.	1 четверть
<b>3. Коррекционно – развивающая работа</b>			
1.	Коррекционно-развивающие занятия с обучающимися, испытывающими временные трудности периода адаптации Снизить в период адаптации тревожность, научить пользоваться поддержкой окружающих, оказывать помощь другим, видеть свои сильные и слабые стороны.	1 класс	Ноябрь-апрель
2.	Групповые занятия , тренинговая работа Развитие самосознания и рефлексивных способностей	1 класс	Сентябрь - Май
<b>4. Аналитическая работа</b>			
I этап			

Ноябрь по результатам диагностики Анализ условий адаптации детей к школе, предупреждение и преодоление школьных рисков в дальнейшем обучении
II этап май по результатам диагностики Анализ условий адаптации детей к школе, предупреждение и преодоление школьных рисков в дальнейшем обучении

### План психолого-педагогического сопровождения ФГОС ООО для 5-х классов

№ п/п	Мероприятие	Участники	Сроки
<b>Психолого – педагогическая диагностика</b>			
1.	Изучение периода адаптации учащихся по методике Александровской. Предполагаемый результат: создание условий для успешной адаптации учащихся к среднему звену школы, предупреждение и преодоление школьных факторов риска	Обучающиеся 5 класса	сентябрь– октябрь
2.	Тест школьной тревожности Филлипса Предполагаемый результат: Определение уровня школьной тревожности.	Обучающиеся 5 класса	Ноябрь
3.	Методика самооценки В.Н.Ковалева. Предполагаемый результат: изучение самооценки.	Обучающиеся 5 класса	Октябрь – апрель (мониторинг)
4.	Модифицированный вариант анкеты школьной мотивации Предполагаемый результат: изучение мотивационной сферы как одной из составляющих личностных УУД.	Обучающиеся 5 класса	Октябрь
5.	Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой	Обучающиеся 5 класса	Ноябрь
<b>Консультационная и просветительская работа</b>			
1.	Проведение индивидуальных и групповых консультаций родителей пятиклассников.	Родители пятиклассников	По запросу ноябрь–май
2.	Родительское собрание (презентация) «Адаптация пятиклассников к новым условиям учебы»		по плану классного руководителя
3.	Групповые и индивидуальные консультации с педагогами «Первый раз в новый класс» «Трудности адаптационного периода» «Психологические особенности младшего подросткового возраста». Предполагаемый результат: повышение готовности педагогов к работе в новом детском коллективе	Педагоги работающие в 5-м классе	сентябрь-май.
<b>Коррекционно – развивающая работа</b>			
1.	Коррекционно-развивающие занятия с обучающимися, испытывающими временные трудности периода адаптации Предполагаемый результат: снизить в период адаптации	Обучающиеся 5 класса испытывающие трудности в	Ноябрь - апрель

	тревожность, научить пользоваться поддержкой окружающих, оказывать помощь другим, видеть свои сильные и слабые стороны	период адаптации	
2.	<b>Программа «Ты не один»</b> Предполагаемый результат: развитие основных качеств личности	Обучающиеся 5 класса	декабрь
<b>Аналитическая работа</b>			
	<b>Написание справок, заключений.</b> Предполагаемый результат: анализ условий адаптации детей к школе, предупреждение и преодоление школьных рисков в дальнейшем обучении		В течение года

### Психолого – педагогическое сопровождение обучающихся 10 класса

**Цель:** изучение течения адаптации, выявление уровня тревожности и напряженности.

№ п/п	Мероприятие	Участники	Сроки
<b>Психолого – педагогическая диагностика</b>			
1.	Методика Филипса (Выявить уровень ситуационной, межличностной, самооценочной тревожности)	10 класс	ноябрь
2.	Методика изучения эмоционального напряжения. (Выявить степень эмоционального напряжения десятиклассников в период адаптации)	10 класс	ноябрь
3.	Диагностика 9-х классов «Готовность к переходу в 10-й класс».	9 класс	февраль
<b>Консультационная и просветительская работа</b>			
1.	Проведение индивидуальных консультаций по вопросам адаптации 10-х классов с родителями и педагогами.	Родители Педагоги 10 класса	Октябрь - ноябрь
2.	Индивидуальные консультации для учащихся по результатам диагностики.	10 класс	В течение года
3.	Наблюдение за процессом адаптации уч-ся 10-х классов во время и вне учебных занятий	10 класс	Сентябрь - ноябрь
4.	Лекции и беседы с родителями	Родители 10 класса	В течение года
<b>Коррекционно – развивающая работа</b>			
1.	Индивидуальная работа с учащимися по коррекции и развитию познавательной, эмоционально-волевой и личностной сферы.	10 класс	В течение года (по запросу и результатам диагностики)
<b>Аналитическая работа</b>			
	Написание справок, заключений. Предполагаемый результат: анализ условий адаптации детей к школе, предупреждение и преодоление школьных рисков в дальнейшем обучении		В течение года

### Сопровождение готовности учащихся 4 класса при переходе среднее звено

**Цель:** профилактика проблем адаптации в среднем звене.

№	Мероприятия	Участники	Сроки
<b>1. Психолого – педагогическая диагностика</b>			

<b>Диагностика готовности учащихся к переходу в среднее звено.</b>			
1.	Методика «Уровень школьной мотивации» (Мотивация учебной деятельности)	4 класс	март
2.	Методика «Слова» (Познавательная сфера)	4 класс	март
3.	Методика «Умение считать в уме» (Познавательная сфера)	4 класс	март
4.	Методика «Три оценки» (Самооценка, уровень притязаний)	4 класс	март
5.	Методика «Экспертная оценка психолога – педагогического статуса ученика на этапе завершения обучения в начальной школе» (Сформированность учебных действий и умений)	педагог 4 класса	март
<b>Консультационная и просветительская работа</b>			
1.	Разработка рекомендаций для родителей по результатам диагностики.	Родители 4 класса	апрель
<b>Коррекционно – развивающая работа</b>			
1.	Развивающее занятие «Впереди у нас 5 класс»	4 класс	апрель
<b>Аналитическая работа</b>			
1.	Обработка полученных данных		
2.	Составление психолог – педагогического заключения и прогноза развития		май