«Психолого-педагогическое обеспечение процесса адаптации учащихся 1-х, 5-х классов»

Педагог –психолог ГБОУСОШ №425
Бондаренко Наталья Владимировна.

Адаптация учащихся 1-х классов

Цель работы - создать у ребенка представление о школе как о месте, где он будет принят весь целиком — со всеми своими чувствами, мыслями, знаниями, проблемами, озарениями, большими и малыми событиями личной жизни, представление, что все это важно, интересно и помогает строить общую жизнь класса.

Департамент образования города Москвы

Московский центр качества образования

Г.А. Цукерман, К.Н. Поливанова

Введение в школьную жизнь: Программа адаптации детей к школьной жизни - М.: Московский центр качества образования, 2010.-120 с.

Ю.В. Груздева,Н.А. Богачкина «Классные часы с психологом.1-4 классы.
«Первый раз- в первый класс.
1.1Я-ученик (классные часы ,направленные на адаптацию к школе),развитию познавательной сферы,учимся общению.
15 занятий-1 раз в неделю.

Программа адаптации первоклассников к школе Психопрофилактические развивающие занятия в начальной школе «Четыре путешествия»Новикова Л.М., Самойлова И.В.

«путешествие в Мир Эмоций»
Цели и задачи.
Формирование и профилактика нарушений психологического здоровья детей в соответствии с его трехкомпонентной структурой, а также выполнение возрастных задач развития.

Задачи работы:

1.Развитие позиции школьника

2.Развитие умения распознавать и владеть собственными эмоциями, обучение навыкам саморегуляции.

3.Снижение страха ошибки.

4. Повышение самооценки детей.

5.Развитие рефлексии.

6.Развитие сплоченности детского коллектива

Тематический план занятий.

Тема1. Я- школьник!

Занятие 1. Знакомства.Введение в мир психологии.

Занятие 2. Я-первоклассник!.

Занятие3.Правила школьной жизни.

Занятие4. Правила и права.

Занятие 5. Моя школьная жизнь.

Занятие 6.Школа моей мечты.

Тема2. Мир Эмоций.

Занятие 7. Мимика и жесты-язык Мира Эмоций

Занятие 8. город радости и веселья.

9. В городе радости только добрые слова!

Занятие 10. Остров Страха и его обитатели

Занятие11. Смешные жители Острова Страха.

11. *Все бывают на острове Страха.*
12. *Мы умеем побеждать Страх!.*
13. *Пещера гнева.*
14. *Откуда берется гнев,*
15. *Может ли гнев быть полезным.,*
16. *Обиженная Деревня.*
17. *Прощение растворяет Обиды!*
18. *Гора Стыда.*
19. *Мы владеем разными эмоциями.!*

Тема 3. Мир качеств.

21. Мешок хороших качеств.

22 «Темные и светлые качества»

23. Умение видеть»светлые « качества.

24. У кого какие качества.

25. Салют качеств.

Хухлаева О.В. **Тропинка к своему Я.**
1-4 классы – М.: Генезис, 2004.

Тема 1. Я- школьник – 1-10 занятие.
Тема 2. Мои чувства. – 11-25 занятие.

Частота встреч – 1 раз в неделю.

Микляева А. В., Румянцева П. В.
Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. — СПб.: Речь, 2004.

Программа работы по профилактике школьной тревожности для учащихся 1 класса

Работа в группах – до 7-12 человек
Количество занятий – 12
Частота встреч – 2 раза в неделю

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14

Адаптация учащихся 5-х классов

Цель работы — создать условия, позволяющие каждому пятикласснику как можно легче и радостнее вступить в новый этап школьного обучения; поддержать и развить в детях интерес к знаниям; помочь им общаться с новыми одноклассниками и преподавателями.

Е.Г. Коблик “Первый раз в пятый класс”. Программа адаптации детей к средней школе. М., Генезис, 2003.

Работа в группах по 15 человек
Количество занятий – 12
Частота встреч – 1-2 раза в неделю

Микляева А. В., Румянцева П. В.
Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. — СПб.: Речь, 2004.

Программа работы по профилактике школьной тревожности для учащихся 5 класса

Работа в группах – до 7-12 человек
Количество занятий – 12
Частота встреч – 2 раза в неделю

С.В.Кривцова, Д.В.Рязанова
«Жизненные навыки» Генезис 2012- Москва

Тренинговые занятия с младшими подростками под редакцией С.В. Кривцовой.

Работа в группах – до 7-12 человек
Количество занятий – 7
Частота встреч – 1 раза в неделю

«ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»

1.Начинаем общаться(умение слушать, вступить в обсуждение, справляться со смущением, осознавать свои предпочтения.)

2.Я и Ты –действуем вместе(умение слушать, следовать инструкции , задавать вопросы, распознавать собственные чувства)

3.Общаемся без слов(вступать в обсуждение, контролировать свои эмоции, распознавать чувства другого)

4.Доверие и взаимодействие в группе(умение принимать на себя ответственность)

5. Мы- команда(предлагать помощь, признавать свои ошибки, умение проигрывать)

6.Даем место другому и отстаиваем свое место(умение отстаивать свои интересы мирным путем, проявлять толерантность)

7. Просто скажи :»НЕТ» (умение определять границы своего пространства , сказать «нет»,отстаивать свою позицию)

Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5—6 классы). — М.: Генезис, 2006.

Количество занятий – 34
Частота встреч – 1 раз в неделю.

Спасибо за внимание!