

«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.

1.1 Я-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





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!