



РЕСПУБЛИКА ДАГЕСТАН

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Пюпкунская средняя общеобразовательная школа».



Утверждаю:

Директор школы:

М. С. Алимханова.

Приказ №10 п.2 от 16.09.2021г.

Программа

Психолого-педагогического сопровождения обучающихся 10-х классов в период адаптации к старшему звену.

(составлено на основе государственных требований к программе и стандартам)

Педагог-психолог

Бекева Зульмира Бозигитовна

с. Алимпашаюрт.

Пояснительная записка.

1.1 Обоснование актуальности программы

Есть только одна подлинная ценность —
это связь человека с человеком.
А. де Сент-Экзюпери

Существует три переломных момента, которые ребенок проходит в процессе обучения в школе: это поступление в первый класс, переход из начальной школы в среднюю (5 кл) и переход из средней в старшую (10 кл). В литературе по данному вопросу основное внимание уделяется преимущественно первоклашкам, однако адаптация десятиклассников является не менее важным моментом.

«Школьники со стажем» тоже попадают в новые условия. Необходимость адаптации обычно возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения. У десятиклассников изменились как социальное окружение (новый состав класса и учителей), так и система деятельности (новая учебная ситуация). А ситуация новизны всегда тревожна. Неизвестно, что ждать от незнакомых учителей, какими будут их требования, каковы особенности и условия обучения, ценности и нормы поведения. Школьник переживает эмоциональный дискомфорт, находится в состоянии внутренней напряженности и настороженности, затрудняющей принятие как интеллектуальных, так и личностных решений.

Такое напряжение, будучи достаточно длительным, может привести к тому, что мы именуем школьной дезадаптацией. Через призму тревожности невозможно адекватное восприятие окружающей действительности. Потому часто ученик становится недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстает в учебе, быстро утомляется и просто не хочет идти в школу.

Не менее важен процесс адаптации и для учителя. Не зная своих учеников, он не может успешно организовать их самообслуживание, индивидуализировать и дифференцировать обучение и, наконец, скорректировать собственную педагогическую позицию по отношению к классу и отдельным ученикам. Независимо от того, каким образом начинается учебный год в школе, процесс адаптации так или иначе идет. Вопрос только в том, сколько времени он занимает как у ребенка, так и учителя, и насколько эффективно проходит. Смысл такого периода и состоит в том, чтобы сделать естественный процесс адаптации более интенсивным.

Нужно помочь новеньким ребятам познакомиться друг с другом, с учителями, с новой учебной ситуацией, со школой и школьными правилами.

1.2 Суть программы

Данная программа тренинговых занятий с обучающимися 10-х классов по адаптации к обучению в школе 3 ступени является частью целенаправленной работы в системе оказания психолого-педагогической помощи обучающимся, испытывающим трудности в адаптационный период. Ведь с переходом обучающихся 10-х классов в школу 3 ступени важной становится проблема социально-психологическая, поскольку меняется социальное окружение (состав класса и учителей), а так же система учебной деятельности (новая ступень образования).

Обучающие испытывают дискомфорт из-за неопределенности представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в «новом» классе.

Это состояние можно назвать состоянием внутренней напряженности, настороженности, затрудняющей принятие как интеллектуальных, так и личностных решений. Все это осложняет сам процесс, продуктивная работа на уроке становится проблематичной. В результате бывший отличник может неожиданно для себя оказаться средним или даже слабым учеником. Поэтому в работе с 10-тиклассниками становится крайне необходимым проведение специальных тренинговых занятий, способствующих благополучной адаптации.

Первый этап адаптационного периода старшекласников начинается со знакомства ребят друг с другом. Каждый из них представляет себя в малой группе, и затем группа выполняет творческое задание. Для того, чтобы интенсифицировать процесс знакомства, вся последующая работа происходит в группах иного состава. Таким образом, так называемая «плавающая структура групп» представляет возможность личного контакта с наибольшим количеством однокласников. Процесс знакомства углубляется и в ситуации специально организованного взаимодействия всего класса в целом.

Второй этап адаптационного периода старшекласников посвящен актуализации мотивации учения в старших классах школы и проявлению ожиданий ребят на предстоящий период учебы. Определяющим в данной ситуации является способность старшекласника взять ответственность за успешность своего обучения на самого себя.

Поэтому эта часть работы предлагается в большей степени как форма самоисследования. Причем, самопознание проводится как на тактическом уровне (Что я могу сделать для того, чтобы...? Как я могу повлиять на...?), так и на ценностном – стратегическом уровне (Что я больше всего ценю в себе, в других людях...? От чего, прежде всего зависит мой собственный успех...?). Фактически этот этап можно назвать этапом самоопределения.

Следующая часть этого же этапа связана с полоролевым взаимодействием. Для старшего подросткового и юношеского возраста характерны рост интереса к противоположному полу и более персонифицированное усвоение половой роли юноши и девушки. Поэтому необходимо предложить ребятам опыт такого взаимодействия и осмысления специфики мира юноши и мира девушки в ходе так называемого «мозгового штурма»

Завершающий этап адаптационного периода старшекласников посвящен решению задач на групповое взаимодействие, на поиск результата. Ребятам предлагаются проблемные ситуации типа: «Кораблекрушение», «Необитаемый остров», затем старшекласники анализируют ход своей работы (что помогло продуктивному взаимодействию, что помешало, как целесообразно действовать в подобных ситуациях). В заключении данной работы ребята обмениваются впечатлениями.

Структура занятий

По своей структуре занятия делятся на вводную часть, основную и заключительную.

Задачей *вводной части* является создание у обучающихся определенного положительного эмоционального фона. Важным моментом вводной части является выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности. Тем самым обеспечивается высокий уровень работоспособности, который положительно влияет на успешность учебной деятельности. На каждом занятии подобраны специальные упражнения для развития тех психических функций, которые будут развиваться на занятии.

Задания для *основной части* занятия подбираются с учетом их направленности. Для достижения развивающего эффекта необходимо неоднократное выполнение заданий (выполнение к одному и тому же заданию на более высоком уровне трудности).

Задача *заключительной части* занятия состоит в подведении итогов занятия, обсуждении результатов работы обучающихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий. Ответы обучающихся на вопрос, чем они занимались и чему научились на данном занятии.

Принципы проведения занятий:

1. Безопасность.

Создание атмосферы доброжелательности, психологического комфорта, принятия каждого обучающегося.

2. Возрастное соответствие.

Предлагаемые упражнения учитывают возрастные особенности обучающихся.

3. Деятельностный принцип.

Задачи развития коммуникативных навыков достигаются через использование различных видов деятельности.

4. Дифференцированный подход.

Учет индивидуальных особенностей обучающихся.

5. Рефлексия.

Совместное обсуждение понятного, почувствованного на занятии и краткое резюме педагога в конце занятия.

Нельзя не отметить влияние эмоционального состояния педагогов, работающих в школе, на настроение, состояние, эффективность прохождения обучающимися не только адаптационного периода, но и учебной деятельности в целом. Поэтому, в целях профилактики «эмоционального выгорания», психологом параллельно проводится работа в различных формах с педагогическим составом школы (памятки для педагогов, лекции, семинары – практикумы, консультирование и т.д.), и с родителями старшеклассников по проблеме школьной адаптации (памятки для родителей, родительские собрания, клубная деятельность и т.д.).

1.3 Цель и задачи программы

Основная цель психолого-педагогической деятельности в период адаптации – создание педагогических и социально-психологических условий, позволяющих ребенку успешно функционировать и развиваться в педагогической среде (школьной системе отношений).

Цель достигается за счет последовательного решения следующих задач:

1. Выявить особенности психолого-педагогического статуса школьников с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих у них в обучении, общении и психическом состоянии.
2. Создавать систему психолого-педагогической поддержки всех обучающихся в период адаптации, позволяющую им не только приспособиться к новым условиям, но и всесторонне развиваться и совершенствоваться в различных сферах общения и деятельности.
3. Совершенствовать специальные педагогические и социально-психологические условия, позволяющие осуществлять развивающую, коррекционно-формирующую работу с детьми, испытывающими различные психолого-педагогические трудности.

Для эффективного решения поставленных задач используется ряд психолого-педагогических средств:

1. Проведение адаптационных занятий в самом начале учебного года (сентябрь-октябрь) с целью содействия школьной адаптации учащихся посредством проработки потенциально проблемных зон в различных сферах школьной жизни.
2. Проведение индивидуальных или групповых консультаций для родителей по проблеме адаптации, по возрастным особенностям детей: «Тяжело в ученье...», «Направо пойдешь, налево пойдешь...»; оформление стенда для обучающихся и родителей.
3. Проведение диагностических обследований адаптаций в школьной среде с целью изучения степени и особенностей приспособления обучающихся к новой социальной ситуации.
4. Проведение психолого-педагогического консилиума с целью оценки психолого-педагогического статуса обучающего и определения стратегии сопровождения, путей решения проблем обучения и личностного развития ребенка.
5. Проведение индивидуальных и групповых консультаций для педагогов и классных руководителей с целью создания ситуации сотрудничества, рекомендаций по оказанию помощи и поддержки учащимся, испытывающим трудности в процессе адаптации.
6. Проведение индивидуальной и групповой коррекционно-развивающей работы с обучающимися «группы риска» с целью коррекции психологических проблем, которые выявлены психодиагностическим исследованием адаптации.

1.4 Целевая группа

Программа рассчитана на:

- обучающихся 3 ступени обучения;
- родительскую общественность;
- педагогическое сообщество.

1.5 Предполагаемые результаты

1. Знакомство с обучающимися классного коллектива.
2. Сплочение классного коллектива.
3. Снижение уровня тревожности.
4. Овладение умениями для продуктивного решения групповых задач.
5. Определение своей позиции в среде одноклассников.
6. Осознание своеобразия своего «Я», своего потенциала.

Календарно – тематическое планирование

№ занятия	Тема (вид занятия)	Цели	Кол-во часов
1	«Первые впечатления от старшей школы» (адаптационные классные часы)	- актуализация представлений об обучении в старшей школе - работа на сплочение класса - выявление особенностей процесса адаптации к старшей школе	1
2	«Результаты анкетирования» (адаптационные классные часы)	- информирование о результатах анкетирования	1
3	«Цели обучения в старшей школе» (адаптационные классные часы)	- актуализация представлений о целях обучения в старшей школе и условий, необходимых для достижения данной цели	1
4	«Мое время» (адаптационные классные часы)	- актуализация представлений о временных ресурсах - осознание привычного способа распределения времени - формулирование эффективных стратегий управления временем	1
5	«Перепутанница» (профилактическое занятие)	- создание доброжелательной атмосферы - принятие новичков в коллективе - актуализация представлений о необходимости правил - формулирование прав и обязанностей по принципу партнерства учеников и учителей	1
6	«Обратная связь» (профилактическое занятие)	- осознание собственного влияния на других людей; - овладение навыками высказывания и принятия обратных связей; - развитие навыков уверенности в себе.	1
7	«Появление нового сообщества – класса» (профилактическое занятие)	- организация опыта взаимодействия всего класса в целом - осознание появления нового сообщества – класса - эмоциональное раскрепощение группы	1
8	«Тяжело в ученье...» (родительское собрание)	- информирование родителей о возрастных особенностях детей и проблеме адаптационного периода старшеклассников	1
9	«Направо пойдешь, налево пойдешь...» (родительское собрание)	- согласование представлений учащихся и их родителей о профессиональном будущем старшеклассника - создание родителями условий для конструктивного взаимодействия с детьми в отношении перспектив профессионального становления детей оказание помощи учащимся при разработке сознательной стратегии поступления в вуз	1

10	«Построение временной перспективы профессионального будущего» (родительское собрание)	- оказание психологической помощи старшеклассникам в определении жизненных планов - прояснение временной перспективы профессионального будущего, помочь им продвинуться в плане личного развития и самоопределения - создание условий родителями для конструктивного взаимодействия с детьми в отношении перспектив профессионального становления детей	1
11	«Адаптационный период в школе» (семинар – практикум для классных руководителей)	- оказание помощи педагогам в осознании смысла адаптационного периода и принятия его идеи.	1

Механизм реализации программы

2.1 Диагностический мониторинг процесса адаптации обучающихся

Сроки проведения	Название методик, автор, форма проведения	Форма отчетности	Как использованы результаты диагностики
Октябрь	Методика «Шкала тревожности», разработанная по принципу «Шкалы социально – ситуационной тревоги» Кондаша, 1973г. Цель: Выявление уровня тревожности у подростков.	Заключение, сводная таблица	Индивидуальные консультации с классными руководителями. Индивидуальные консультации с обучающимися. Семинар – практикум «Адаптационный период в школе»
Октябрь	Опросник Казанцевой Г.Н. «Изучение самооценки» Цель: Изучение общей самооценки обучающихся	Заключение, сводная таблица	Индивидуальные консультации с классными руководителями. Индивидуальные консультации с обучающимися.
			Семинар – практикум «Адаптационный период в школе»

Октябрь	«Методика экспресс – диагностики характерологических особенностей личности» Айзенка Цель: Выявить индивидуальные особенности характера ученика и стратегию воспитательной работы с ним.	Заключение, индивидуальное характерологическое поле ученика и возможные пути коррекции с ним	Индивидуальные консультации с классными руководителями. Индивидуальные консультации с обучающимися.
Октябрь	«Учебная мотивация» Г.А. Карповой Цель: выявление ведущих тенденций в сфере учебной мотивации обучающихся, имеющих на момент среза проблем и отслеживания динамики изменений в данной сфере учебно – воспитательной работы.	Заключение, сводная таблица	Семинар – практикум «Адаптационный период в школе» Консультация с администрацией школы. Индивидуальные консультации с классными руководителями.
Ноябрь	«Социометрия» Дж. Морено (социологический опрос) Цель: Изучение межличностных отношений в классных коллективах.	Заключение, социоматрицы	Индивидуальные консультации с классными руководителями по результатам социометрического исследования.

2.2 Психологическое просвещение

Родительское собрание на тему: «Тяжело в ученье...»

Цель: информирование родителей о возрастных особенностях детей и проблеме адаптационного периода старшеклассников.

Родительское собрание на тему: «Направо пойдешь, налево пойдешь...»

Цель: согласование представлений обучающихся и их родителей о профессиональном будущем старшеклассников.

Родительское собрание на тему: «Построение временной перспективы профессионального будущего»

Цель: создание условий родителям для конструктивного взаимодействия с детьми в отношении перспектив профессионального становления детей.

Семинар – практикум для классных руководителей на тему: Адаптационный период в школе»

Цель: оказание помощи педагогам в осознании смысла адаптационного периода и принятия его идеи.

2.3 Психологическое консультирование

Индивидуальное и групповое консультирование администрации школы, педагогов, классных руководителей, обучающихся и их родителей по результатам диагностики.

Индивидуальное консультирование классных руководителей по оказанию помощи в проведении бесед, родительских собраний, классных часов в адаптационный период.

Индивидуальное консультирование родителей по проблемам возрастных особенностей и задачам периода адаптации обучающихся десятых классов; умение слышать, понимать и принимать своего подростка; умение выразить собственные чувства эмоционально, доступно для понимания подростка; умение позитивно в семье принимать школьные требования и мотивировать на процесс обучения.

Индивидуальное или групповое консультирование обучающихся по возникшим вопросам.

Библиография

1. Исследовательская деятельность в школе: опыт, поиски, решения. (Библиотека журнала «Директор школы». - 1999г. - №6.
2. Кузьменко В.У. «Мальчишки и девочки: психология поведения», журнал «Психология и школа», №2, 2006г.
3. Кривцова С.В. М., 1997г. «Подросток на перекрестке эпох. Проблемы и перспективы социально – психологической адаптации подростка».
4. Практическая психология образования: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. / Под ред. И.В. Дубровиной. 2-е издание – М.: ТЦ «Сфера», 1998. – 528с.
5. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. – 384с.
6. Степанов В.Г. «Психология трудных школьников». М., 1998г.
7. Хухлаева О.В. «Психология подростка». М., 2004г.