Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Шумихинская специальная (коррекционная) школа-интернат».

641100, Курганская область, г. Шумиха, ул. Победы, д. 25.

РАССМОТРЕНО. ПРИНЯТО педагогическим советом

на заседании МС школы-интерната,

протокол № протокол № от \_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ г.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_г.

СОГЛАСОВАНО. УТВЕРЖДЕНО.

Заместитель директора по ВР Директор школы-интерната

\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.К.Коростелева \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.Н.Тхор

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г. «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.

**Рабочая программа**

по адаптации обучающихся

**«Дорога в 5-й класс»**

Срок реализации программы: 5 лет.

Составитель:

педагог-психолог

Надеева Ю.С.

2024 год

**Пояснительная записка**

Переход в 5-й класс – важный и сложный период в жизни детей.Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя к нескольким , появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в среднем звене, кроме того, дети стоят на пороге подросткового возраста.Ведущей деятельностью детей становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба.Все это приводит к возникновению эмоционально-стрессовой ситуации. **Пятиклассники переживают эмоциональный дискомфорт, прежде всего из-за неопределенности представлений о требованиях новых учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и т.д. Возникает состояние внутренней напряженности, настороженности, у** многих детей в этот период повышается тревожность. **Такое психологическое напряжение, будучи достаточно длительным, может привести к школьной дезадаптации: Ребёнок становится недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстаёт в учёбе, быстро утомляется и просто не хочет идти в школу. Наиболее подверженными дезадаптации становятся ослабленные дети.Собственная тревожность мешает ребенку адекватно воспринимать школьную жизнь, строить отношения с одноклассниками и учителями. Все это осложняет сам учебный процесс, ведь продуктивная работа на уроке становится проблематичной. И потенциальный отличник может превратиться в отстающего прогульщика. Поэтому необходимо сделать естественный процесс адаптации пятиклассников к обучению в среднем звене менее болезненным и более интенсивным.**

Традиционно под *адаптацией* понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным – адаптированность, т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики результатам, или негативным - стресс. При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды). Именно поэтому необходимо проведение психологических занятий с обучающимися, которые приводили бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению к новым условиям, которые позволяли бы формировать положительное отношение к школе, навыки общения, прежде всего со сверстниками. Чтобы управлять своими эмоциями и чувствами, нужно научиться контролировать свои внутренние ощущения, осознавать их, различать сравнивать и произвольно менять их характер. Регулярное выполнение психогимнастических упражнений направленных на снижение дезадаптации у проблемных детей, на укрепление их физического и эмоционального благополучия помогут освободиться от отрицательных эмоций; развить эмоциональную сферу, коммуникативность и т. д.

Программа по адаптации «Дорога в 5-й класс» базируется на основных **принципах** гуманистической психологии и педагогики и ориентирована на тесное взаимодействие всех участников образовательного процесса.Успешность процесса адаптации обучающихся пятого класса во многом зависит от согласованности требований учителей-предметников, осуществления преемственности в работе педагогов начальной школы и средней.

**Цель программы:**сохранение здоровья и эмоционального благополучия ребенка при переходе из 4 класса в 5-ый.

**Задачи программы:**

* Описание социально – психологических особенностей обучающихся;
* Помощь педагогам в определении правильных путей и способов работы с адаптирующимися в новых условиях обучения учениками;
* Разработка путей преодоления дезадаптации**,** создавая эмоциональный комфорт обучающимся в новых условиях обучения.

Решению проблем, возникающих в адаптационный период, способствует создание системы жизнеобеспечения ребёнка с учётом его индивидуально-личностных и физиологических особенностей. С этой целью необходимо объединение усилий педагогов, медицинских работников, психологов, всех специалистов, причастных к адаптации ребёнка в школе-интернате. Именно такой подход является основным в предлагаемой программе.

Программа ориентирована на групповые, а также индивидуальные **формы и методы работы** с ребёнком: беседа, рисование, рассказ, ролевые и подвижные игры, групповая дискуссия, развивающие упражнения или игры и их обсуждение, психодиагностические задания и многое другое.

**Продолжительность занятия:** 20 минут.

**Сроки реализации программы:** 1-2 четверть.

**Ожидаемый результат:** адаптационный период считается законченным, если у ребёнка наблюдается благополучный уровень по всем показателям.

По завершению адаптационного периода делаются выводы о продолжительности, уровне и особенностях адаптации ребёнка к условиям школы. При оценке результатов учитывается наличие соматических заболеваний, протекающих в адаптационный период, и дезадаптивных форм поведения.

**Этапы реализации программы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. **Диагностический этап** | | | | | | | | | | |
| **Цель** | **Форма**  **работы** | | **Задачи** | | **Используемые**  **методики** | | | **Сроки проведения** | **Продукт деятельности** | |
| Выявление психолого-педагогического и психоэмоционального уровня развития ребёнка для составления коррекционно-развивающих занятий. | Наблюдение. | | Исследование особенностей детей на уроках и в свободной деятельности. | | Схема наблюдения. | | | Сентябрь | Психолого-педагогическое заключение  на обучающихся. Составление тематического планирования коррекционно-развивающих занятий. | |
| Индивидуальное тестирование, анкетирование. | | Исследование уровня тревожности. | | Методика определения уровня тревожности. | | | Сентябрь |
| Исследование уровня школьной мотивации. | | Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лусканова). | | |
| Исследование личности. | | Анкета «Исследование темперамента школьника». | | |
| Групповое тестирование. | | Исследование межличностных отношений. | | Социометрия Рене Жиля. | | | Сентябрь |
| Исследование самооценки. | | Тест «Лесенка». | | |
| 1. **Коррекционно-развивающая работа** | | | | | | | | | | |
| **Цель** | **Форма**  **работы** | | **Задачи** | | | | **Сроки**  **проведения** | | | **Продукт деятельности** |
| Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи обучающимся в адаптации к обучению в 5классе. | Групповой тренинг  « Наш дружный класс» | | Создание комфортных условий для успешной адаптации пятиклассников к новым условиям обучения. | | | | Октябрь | | | Сохранение здоровья и эмоционального благополучия ребенка в период адаптации. |
| Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи обучающимся в адаптации к обучению в 5 классе. | Коррекционно-развивающие занятия с элементами тренинга. | | -Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной Я- концепции детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности;  - Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами;  -Мобилизация внутреннего ресурса, умения находить и оказывать поддержку. | | | | В течение учебного года в соответствии с календарно –тематическим планированием | | | Сохранение здоровья и эмоционального благополучия ребёнка в период адаптации. |
| 1. **Повторная диагностика** | | | | | | | | | | |
| **Цель** | | **Форма**  **работы** | | **Задачи** | | **Используемые**  **методики** | | **Сроки проведения** | | **Продукт деятельности** |
| Повторная диагностика психолого-педагогического и психоэмоционального развития ребёнка и его социальной адаптации, после проведенных коррекционно-развивающих занятий. | | Наблюдение. | | Исследование особенностей детей на уроках и в свободной деятельности | | Схема наблюдения | | Декабрь | | Сравнительный анализ первичной и вторичной диагностики  Психолого-педагогическое заключение  на обучающихся. Рекомендации. |
| Индивидуальное тестирование, анкетирование | | Исследование уровня тревожности | | Методика определения уровня тревожности. | | Декабрь | |
| Исследование уровня школьной мотивации | | Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лусканова) | |
| Исследование личности | | Анкета «Исследование темперамента школьника» | |
| Групповое тестирование | | Исследование межличностных отношений | | Социометрия РенеЖиля | | Декабрь | |
| Исследование самооценки | | Тест «Лесенка» | |

**Литература:**

1. Солдатова Е.Л., Лаврова Г.Н. Психология развития и возрастная психология. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – С. 123..
2. Мухина В.С. Возрастная психология. – М.: Академия, 2002. – С. 358.
3. Безруких М.М., Ефимова С.П. Знаете ли вы своего ученика? – М.: Академия, 1997. – С. 72.
4. Коломинский Я.Л., Панько Е.А., Игумнов С.А. Психическое развитие детей в норме и патологии. – СПб.: Питер, 2004. – С. 211..
5. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми / Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Академия, 1998. – С. 46.
6. Вьюнова Н.И., Гайдар К.М., Темнова Л.В. Психологическая готовность ребенка к обучению в школе. – М.: Академический проект, 2003. – С. 125.
7. Битянова М.Р. Адаптация к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. – М.: Педагогический поиск, 1997. – С. 12.
8. Свеженцова Г.М. Подготовка детей к школе. // Начальная школа. – 1994. – № 5. – С. 67-69.
9. Андрияхина Н. Как помочь пятикласснику?// Школьный психолог, 2003.-№.31.
10. Владимирова Ю. Новичок в средней школе.//Школьный психолог,2004.-№9
11. Панфилова М.А. Игротерапия общения.-М.: Генезис,2001
12. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения и коррекционные программы.- М.: Новая школа,1993 .