

ШКОЛА

Программа психолого-педагогического сопровождения первоклассников на этапе первичной адаптации к школе  
**«Я - ученик»**





Начало обучения в школе один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей, как в социально-психологическом, так и в физиологическом плане. Это не только новые условия жизни и деятельности человека, это новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Изменяется вся жизнь ребенка: все подчиняется учебе, школе, школьным делам и заботам.

Это очень напряженный период, прежде всего потому, что школа с первых же дней ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. С началом обучения в школе увеличивается объем нагрузок, связанных с длительной неподвижностью ( для детей в возрасте 6-7 лет, эта нагрузка является наиболее утомительной).

Большинство детей, в основном, готовы к школе. Желание новизны, осознание важности изменения своего статуса «Я уже ученик», готовность к выполнению учебных задач помогают ребенку принять требования учителя, касающиеся его поведения, отношений со сверстниками, подчиниться новому режиму дня, неизбежности установления временных рамок.

Предлагаемый курс помогает им осознать новые требования, формирует внутреннюю потребность в исполнении устанавливаемого распорядка.

Занятия способствуют ускоренному знакомству первоклассников друг с другом и созданию благоприятного климата в классе. Курс предусматривает игровые занятия, которые предполагают свободную форму общения. Здесь возможны подвижные упражнения, не столь жестко как на уроке. Выполнение этих упражнений- своего рода переходное звено между игровой деятельностью и учебной. Совместная целенаправленная, специально организованная деятельность педагогов и родителей школьников способствует процессу адаптации.




**Цель:** профилактика дезадаптации первоклассников на начальном этапе обучения в школе, укрепление психологического здоровья.

### **Задачи:**

- создание условий для социально-психологической адаптации детей к школе (создание сплоченного классного коллектива, предъявление детям единых обоснованных и последовательных требований, установление норм взаимоотношений со сверстниками и педагогами);
- повышение уровня психологической готовности детей к успешному обучению, усвоению знаний, познавательному развитию;
- адаптация учебной программы, нагрузки, образовательных технологий к возрастным и индивидуально личностным возможностям и потребностям учеников.

Решение этих задач предполагает взаимную адаптацию ребенка, пришедшего учиться, и социально-педагогической среды, в которой происходит его обучение. С одной стороны, предпринимаются специальные усилия для того, чтобы повысить уровень готовности ребенка обучаться, включаться в систему педагогического взаимодействия. С другой стороны, само взаимодействие, его формы и содержание модифицируются в соответствии с особенностями ребенка и его возможностями.





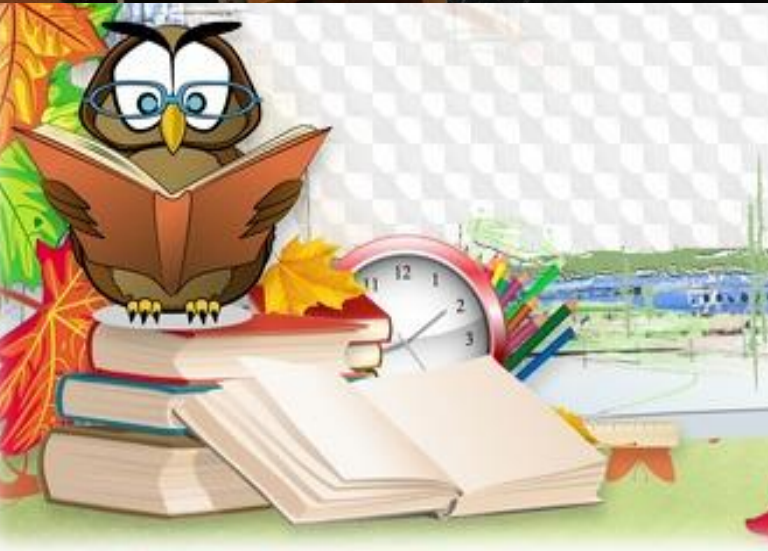
Поставленные задачи реализуются посредством осуществления следующих направлений работы, обеспечивающих процесс адаптации детей к новым социальным условиям.

- психологическая диагностика;
- психологическое просвещение;
- психологическое консультирование;
- коррекционно-развивающая работа

### **Прогнозируемый результат:**

- Уменьшение факторов риска, которые приводят к нарушению психологического здоровья первоклассников на начальном этапе адаптации к школе.
- Формирование комфортной образовательной среды.
- Снижение уровня тревожности и психической защиты у первоклассников;
- Эмоциональное благополучие ребенка в классе;
- Развитие коммуникативных навыков и творческих способностей;
- Выработка учителем стратегий индивидуального (личностно-ориентированного) подхода к учащимся.
- Включение родителей в образовательный процесс.

№	Проведение цикла занятий по предлагаемой программе <b>Учебно-тематический план программы</b>	всего часов	в том числе		форма контроля
			теоретических	практических	
1	Входящая диагностика	1	1		анкетирование
2	Знакомство Тренинг «Я ученик»	1		1	рефлексия
3	Тренинг «Новое понятие режим дня».	1		1	рефлексия
4	Коррекционное занятие на развитие воображения, творческого мышления, избавления от стеснительности и страхов выступления перед коллективом	1			рефлексия
5	Коррекционное занятие «Наши эмоции».	1			рефлексия
6	Выявление уровня адаптации ребенка в школе	1	1		анкетирование
7	Сказка терапия Развитие эмоционально-волевого контроля поведения, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. Приобщение к литературе, мотивация к творчеству	1		1	рефлексия
8	профилактика табакокурения, ЗОЖ Просмотр мультфильма «Тайны едкого дыма»	1	1	1	рефлексия
9	<b>Психогимнастика</b> Адаптация в коллективе Научение демонстрировать и понимать эмоции Избавление от стеснительности, страхов Развитие воображения и творческого мышления Научение контролировать свои движения	1			наблюдение, рефлексия
10	Повышение толерантности и профилактика конфликтов в межличностных отношениях учащихся, профилактика буллинга	1		1	рефлексия



# Программа для родителей (законных представителей) обучающихся 1 класса

## Практическая направленность

Работа по данной программе направлена на психологическое просвещение, повышение педагогической и психологической грамотности родителей об особенностях учащихся 1 класса

Цель программы – оптимизация детско–родительских отношений, повышение родительской компетенции в вопросах адаптационного периода.

*Задачи:*

- 1.Повышение психологической культуры родителей;
- 2.Обучение умению изменять и преодолевать проблемные ситуации с детьми, а также поиск конструктивных выходов из конфликтных ситуаций;
3. Повышение родительской компетенции в вопросах адаптационного периода.

## Механизм реализации программы:

Программа состоит из групповых занятий, предназначенных для родителей обучающихся 1 класса. Группа формируется на добровольной основе (все желающие родители).

**Реализация программы** рассчитана на 4 занятия.

**Продолжительность занятий:** 1-1,5 часа;

**Периодичность:** один раз в квартал.





## Учебно-тематический план программы

N	наименование тем	всего часов	в том числе		форма контроля
			теоретически х	практически х	
1	Тренинг «Я – родитель первоклассника»	1		1	рефлексия
2	«Роль мамы и папы в воспитании дочери, сына»	1	1	1	наблюдение
3	Выявление уровня адаптации ребенка в школе	1	1		анкетирование
4	Кризисные периоды адаптации «Школьный буллинг»	1	1		рефлексия
5	Индивидуальные консультации				по запросу

## Прогнозируемые результаты

- ✓ Повышение уровня родительской компетенции в вопросах адаптационного периода
- ✓ Повышение уровня родительской компетенции по основам детской психологии и педагогике.
- ✓ Приобретение и использование родителями навыков конструктивного взаимодействия с детьми.
- ✓ Оптимизация детско – родительских отношений.
- ✓ Эффективное и равноправное взаимодействие детей и родителей, основанное на взаимном уважении.



# Тренинг «Я - родитель первоклассника»





10  
9



УЧИМСЯ  
НА  
ПЛОТБИ САМЫМ  
УМНЫМ СТАТИ!

СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ!



$$5 + 5 = 10$$
$$7 + 2 = 9$$

