Утверждена приказом

№ 137 от 19.09. 2024

**МКОУ «ООШ Нурменский ЦО»**

**Программа**

**адаптации первоклассников**

Педагог-психолог Михайлова Л. А.

**Содержание программы**

1. [Пояснительная записка 3](#_TOC_250004)
2. [Основные положения 3](#_TOC_250003)
3. [Специфические задачи 8](#_TOC_250002)
4. [Прогнозируемый результат 14](#_TOC_250001)
5. [Этапы реализации программы 14](#_TOC_250000)
6. Участники ППК и функциональная направленность их действий 18

**Пояснительная записка.**

Программа предназначена для создания психолого-педагогических условий для успешной адаптации учащихся первых классов к особенностям образовательной среды школы, сохранения психологического здоровья школьников, разработки способов адаптации учащихся к образовательной среде.

Все периоды адаптации имеют общие и специфические признаки и зависят от следующих условий: продолжительность адаптивного этапа, возраст человека, цель адаптации и др. Чаще всего процесс собственной адаптации индивидом не осознается и проходит стихийно. Это приводит к увеличению продолжительности периода адаптации, к формированию комплексов, к возникновению психического дискомфорта, состояния фрустрации и стресса, нервного истощения. Освоив необходимые приемы, человек способен сознательно управлять собственно процессом адаптации.

Отличительной особенностью программы адаптации первоклассников является, на наш взгляд, достаточно широкий охват участников учебно- воспитательного процесса: мероприятия адаптационного периода предполагают не только психологическое сопровождение школьников, начиная с подготовительной группы детского сада, но так же консультативную помощь их родителям и педагогам.

# Основные положения

В самом общем и распространенном своем значении **адаптация** понимается как **приспособление человека к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности.** Педагоги добавляют еще один критерий - важно, чтобы это приспособление осуществлялось человеком **без серьезных внутренних потерь: ухудшения самочувствия и настроения, понижения самооценки.**

Таким образом, можно считать, что **адаптация** - это не только

приспособление индивида к успешному функционированию в данной среде, но и

**способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию.**

Адаптационный период охватывает первые два месяца обучения в 1-х классах.

В этот период обычно может наблюдаться значительное повышение личностной и ситуационной тревожности детей. Им не всегда понятно, для чего существуют школьные правила, сложно принять эти правила и контролировать с их помощью свое поведение. Отсюда нарушение дисциплины первоклассниками, их эмоциональная неустойчивость и даже соматические заболевания.

**Характер адаптации** ребенка к изменившимся условиям среды отражается на трех основных уровнях.

1. **Эмоциональный уровень.** Включает себя эмоциональное самочувствие, переживание состояния равновесия или тревоги. Излишнее эмоциональное возбуждение лежит в основе развития адаптационных нарушений. Эмоциональное благополучие школьника в первые месяцы учебы отражает характер его адаптации к среде.

2. **Когнитивный уровень.** Включает уровень развития самосознания.

В процессе адаптации происходит сознательное принятие новых норм

и правил, что находит свое отражение в становлении образа «Я», осмыслении своей социальной принадлежности, исполняемых ролей, занимаемого статуса и т.д.

3. **Поведенческий уровень**. Отражает характер поведения ребенка в условиях школьной среды, его взаимоотношения с другими людьми.

Адаптационный процесс может быть управляемым и самопроизвольным, но в последнем случае эффективность будет значительно снижена. Создание специальной программы психолого-педагогического сопровождения школьника на протяжении адаптационного периода будет способствовать достижению следующей успешной адаптации первоклассников.

Данная **цель** достигается за счёт последовательного решения педагогическим коллективом **следующих задач:**

1. Изучить теоретические аспекты проблемы адаптации учащихся с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики).
2. Выявить особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
3. Создать систему психолого-педагогической поддержки учащихся в период их первичной адаптации, позволяющей им не только приспособиться к школьным требованиям, но и всесторонне развиваться и совершенствоваться в различных сферах общения и деятельности.
4. Разработать организационно-содержательную модель на период адаптации.
5. Реализовать разработанную модель.
6. Корректировать процесс организации адаптации в образовательном учреждении.

Таким образом, для решения перечисленных задач социально-психологическая служба должна **помочь педагогам:**

* + отслеживать результаты психолого-педагогического развития учащихся на различных этапах обучения;
  + создать условия для успешной социально-психологической адаптации личности ребенка к новой социальной ситуации;
  + помочь школьникам, испытывающим трудности в общении, в выработке конформного стиля поведения;
  + оптимизировать естественный процесс адаптации, сделав его по возможности безболезненным для ученика и учителя;
  + создать условия для организации постоянного профессионального диалога между педагогами разных ступеней обучения;
  + актуализировать мотивацию обучения, постепенно вырабатывать способность учащегося брать на себя ответственность за успешность своего обучения.

**Принципы психолого-педагогической программы**

* принцип **ценности личности,** заключающийся в самоценности ребенка;
* принцип **уникальности личности,** состоящий в признании индивидуальности ребенка;
* принцип **приоритета личностного развития,** когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка;
* принцип **ориентации на зону ближнего развития каждого ученика;**
* принцип **эмоционально-ценностных ориентаций** учебно-воспитательного процесса.

**Основные направления работы**

* + В соответствии с задачами выделяются *основные направления* работы по адаптации учащихся к новым этапам школьной жизни:
  + *Психологическая диагностика* на этапе адаптации детей направлена, в первую очередь, на изучение степени и особенностей приспособления

детей к новой социальной ситуации. Она проводится в начале учебного года наряду с педагогическими наблюдениями.

* + *Консультативная работа с педагогами и родителями.* Работа с педагогами проводится в виде семинаров. Семинары для классных руководителей и учителей-предметников знакомят с основными задачами и трудностями периода адаптации, тактикой общения **с** детьми и формами оказания помощи. Консультирование родителей осуществляется индивидуально или на родительских собраниях.
  + *Методическая работа,* направленная на совершенствование методики и модификацию содержания обучения. Она осуществляется совместно с администрацией школы по результатам анализа психолого- педагогического статуса учеников.
  + *Профилактическая работа* осуществляется психологом и направлена на оказание поддержки каждому ребенку. Наиболее продуктивно и эффективно проходит в форме бесед и тренингов.
  + *Коррекционно-развивающая работа* проводится с учащимися, испытывающими трудности в школьной адаптации. Такая работа проводится с детьми индивидуально или в микрогруппах, которые формируются на основе сходства проблем, выявленных у детей на этапе диагностики.
  + *Аналитическая работа* направлена на осмысление проводимой психологической помощи, деятельности по адаптации детей к новым условиям, оценку эффективности работы и коррекции рабочих планов.

# Специфические задачи

**Для учащихся:**

* помочь ребенку принять позицию школьника;
* помочь осознать появление нового сообщества - класса; ввести понятие оценки, самооценки и различные её критерии;
* обучить школьников навыкам учебного сотрудничества с учителем и одноклассниками.

**Для родителей:**

* создать положительный настрой у детей по отношению к школе;
* поддерживать ребенка в период адаптации к условиям школьной жизни;
* сотрудничать с педагогом по организации учебного процесса и по выполнению домашнего задания.

**Для педагога-психолога:**

* создать положительный настрой у родителей и снять у них напряжение, вызванное поступлением ребенка в школу через психологическое просвещение (знание особенностей ребенка др.);
  + создать атмосферу сотрудничества родителей друг с другом и со школой;
  + выяснить ожидания родителей по поводу обучения ребенка в школе и соотнести их с ожиданиями педагогов;
  + провести комплексный мониторинг адаптации учащихся 1 классов.
  + использовать внеурочную деятельность:
* для профилактики школьной дезадаптации;
* для знакомства детей друг с другом;
* для формирования навыков учебного сотрудничества;
* для групповой сплоченности класса;
* для освоения первоклассниками пространства своего класса, пространства школы.

**Для социального педагога:**

* + создать банк данных по категориям (малообеспеченные семьи; многодетные семьи; неблагополучные семьи; опекаемые дети; дети «группы риска» и др.);
  + разработать индивидуальный план работы с неблагополучными семьями; детьми «группы риска»;
  + оказание помощи малообеспеченным и многодетным семьям.

Отличительная особенность программы состоит в том, что повышение мотивации педагогов к личностному и профессиональному росту происходит через ***развитие навыков рефлексии,*** что способствует большей эффективности коррекционно-развивающей работы с учащимися, удовлетворенности учителей педагогическим трудом в целом, совершенствованию урока через реализацию приоритетных воспитательных целей, предусматривающих увеличение потенциала самостоятельности, самоуправления учащегося.

Наибольший эффект **программа** может иметь лишь в том случае, если она будет реализовываться как целостная система совместной деятельности педагогов, педагогов-психологов, социального педагога, администрации школы и родителей, направленная на активное приспособление ребенка к школьной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.

# Прогнозируемый результат:

Успешная адаптация, проявляющаяся на трех уровнях:

* 1. **Эмоциональный уровень:** эмоциональное благополучие школьника;
  2. **Когнитивный уровень:** развития самосознания;
  3. **Поведенческий уровень:** включенность в общение с окружающими людьми, способность к ответственному поведению.

**Ожидаемые результаты реализации программы**

* + - Повышение интереса к школьной жизни у обучающихся;
    - Активизация интереса педагогов к проблемам адаптации.

# Этапы реализации программы

Работа по адаптации рассчитана на один учебный год и осуществляется ежегодно **в три этапа.**

***Первый этап - определение готовности учащихся к обучению***. Этап включает в себя следующие виды деятельности:

* Проведение психолого-педагогической диагностики, направленной на определение готовности к обучению.
* Проведение групповых и индивидуальных консультаций родителей. Групповая консультация в форме родительского собрания - это знакомство с формами организации жизни ребенка перед вступлением в школьную жизнь. Индивидуальные консультации проводятся для родителей, чьи дети показали низкие результаты тестирования и могут испытывать трудности в период адаптации.

## Второй этап - первичная адаптация к новым социальным условиям.

Этот этап самый сложный для учащихся и самый ответственный для взрослых (учителей и родителей). В рамках данного этапа с сентября по январь предполагается:

* Составление социального паспорта класса;
* Проведение психолого-педагогической диагностики.
* Проведение консультативной и просветительской работы, направленной на ознакомление взрослых с основными задачами и трудностями периода адаптации, тактикой общения и помощи детям, результатами диагностики.
* Организация методической работы педагогов, направленной на построение учебного процесса в соответствии с индивидуальными особенностями и возможностями учащихся, выявленных в ходе диагностики и наблюдения в первые недели обучения.
* Организация педагогической поддержки учащихся **во внеурочное время:** классные часы, направленные на выявление учащихся, обладающих лидерской одаренностью и формирование актива класса; учеба актива класса, с целью формирования управленческой культуры; Организация профилактической работы в период адаптации.
* Аналитическая работа, направленная на осмысление итогов деятельности педагогов, родителей в период первичной адаптации учащихся.

**Третий этап - психолого-педагогическая работа с учащимися, испытывающими особые трудности в период адаптации.**

Работа в этом направлении осуществляется предполагает следующее:

* Выявление характера и природы синдрома дезадаптации в каждом конкретном случае, определения путей оказания помощи этим учащимся;
* Основными способами получения информации на третьем этапе являются: экспертные опросы учителей, родителей; диагностика неадаптированных учащихся; анализ педагогической документации и материалов предыдущих обследований.
* Оказание родителям данных учащихся психолого-педагогической помощи в форме индивидуальных консультаций (по их просьбе).
* Индивидуальное консультирование учителей по вопросам общения с

данными учащимися. Привлечение специалистов разных профилей (врач, невропатолог, логопед и др.) в рамках ПМПК;

* Организация педагогической помощи учащимся, испытывающим различные трудности в обучении с учетом результатов их психодиагностики;
* Методическая работа педагогов, направленная на анализ содержания и методики преподавания различных предметов. Цель такого анализа - выявить и устранить моменты в учебном процессе, стиле общения с детьми, провоцирующие различные трудности;
* Проведение с учащимися, испытывающими особые трудности в адаптации, социально-психологических и педагогических тренингов;
* Аналитическая работа по результатам, полученным на третьем этапе, и соотнесение их с результатами адаптации, проведение расширенного административного совещания по итогам адаптации учащихся, испытывающих трудности к приспособлению новым социальным условиям.

Организованная таким образом работа по преемственности и адаптации имеет ряд положительных моментов: предложенная организация процесса адаптации детей обеспечивает возможность реализации индивидуального подхода к каждой конкретной личности; каждый ребенок имеет возможность адаптироваться в своем индивидуальном темпе.

**Литература**

1. Кравцова Е. «Десятиклассники» // Школьный психолог 2003, № 20.
2. Здравствуй, школа! Адаптационные занятия с первоклассниками / Под. ред. Н.В. Пилипко. – М.: 2002.
3. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога средней школы. – Ростов-на-Дону, 2006.
4. Коблик Е.Г. Первый раз в пятый класс: программа адаптации детей к средней школе. – М.: 2003.
5. Подростковый возраст – все ли в норме? Комплект диагностических методик для комплексного обследования учащихся средней школы / Авт.-сост. В.И. Екимова, А.Г. Демидова. – М.: 2007 г.
6. Психодиагностика и профориентация в образовательных учреждениях / Ред.- сост. Л.Д. Столяренко. – Ростов, 2005.
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. – М.: 2001.