

**Частное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа
«ПАСКАЛЬ ЛИЦЕЙ»**

«ПРИНЯТА»

на Педагогическом совете
протокол № 17 от 15.08.2018

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ЧОУ «ПАСКАЛЬ ЛИЦЕЙ»

Николаева Е.М.

Приказ № 103 от 15.08.2018

**ПРОГРАММА
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
«ПЕРВЫЙ РАЗ В 5 КЛАСС»**

Санкт-Петербург

2018

Оглавление

| | |
|--|---|
| Пояснительная записка | 3 |
| Планируемые результаты | 5 |
| Перспективный план работы ЧОУ «ПАСКАЛЬ ЛИЦЕЙ» на 2018-2019 учебный год | 6 |

Пояснительная записка

Переход обучающихся с первого уровня образования на второй в 5 класс – важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым: учителя, разные требования, форма обучения, которая в средней школе становится предметной, а иногда и одноклассники. Смена окружения может сопровождаться повышением тревожности, снижением активности, невнимательностью детей, могут возникнуть трудности в общении со сверстниками и учениками, может произойти снижение успеваемости по сравнению с начальной школой.

Психологическая программа «Первый раз в 5 класс» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального и среднего общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов образования и авторской программы Е.Г. Коблик «Первый раз в пятый класс».

Цель программы – способствовать психологической адаптации пятиклассников к условиям средней школы.

Задачи программы:

1. Формирование у детей позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности
2. Формирование положительной учебной мотивации детей
3. Формирование групповой сплоченности
4. Освоение детьми школьных правил
5. Выработка норм и правил жизни класса
6. Формирование навыков уверенного поведения
7. Формирование адекватных форм поведения в новых школьных ситуациях
8. Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

Программа рассчитана на обучающихся с пятых классов, с изменением отдельных тем мероприятий, бесед, форм работы в зависимости от численного состава класса.

Применяется работа в группах. Именно при такой форме работы необходимый материал наиболее легко донести до обучающихся в условиях школы. В отдельных случаях возможна организация индивидуальной работы с обучающимися.

Психологическая программа «Первый раз в 5 класс» направлена на помощь обучающимся адаптироваться к школьному обучению в средней школе, коррекцию и развитие психических функций.

- На первом этапе работы основное внимание уделяется формированию групповой сплоченности, навыков поведения в новых школьных ситуациях. У младших подростков, с одной стороны, очень сильно желание самоутвердиться, им важно быть самостоятельными и независимыми, с другой стороны им необходимо получить первый опыт взаимодействия и сотрудничества в новом классном коллективе. Следовательно, на первом этапе очень важно создать в классе доброжелательную атмосферу.
- На втором этапе проводится работа с основными проблемами, возникающими у пятиклассников. Кроме того, решается важная задача принятия правил школы и класса, установления норм взаимоотношений со сверстниками в классе, преподавателями и другими сотрудниками школы. Осознание новых правил у детей происходит двумя путями: с одной стороны, формируется восприятие относительности рамок «хорошо — плохо», чтобы ребенок не относился к правилу как к категорическому требованию, а с другой стороны, до сознания

детей доводится значимость правил, формируется отношение к ним как к определенной ценности. Важнейшей задачей этого этапа является помощь детям в осознании требований преподавателей. Соответственно, решается еще одна задача – способствование установлению межличностных отношений с педагогами. На этом этапе необходимо помочь младшим подросткам почувствовать себя состоятельными не только в общении, но и в деятельности учения, поэтому можно выделить следующие направления работы: формирование конструктивного отношения к неудачам, ошибкам; анализ уже достигнутых успехов.

- На третьем этапе продолжается работа по осознанию детьми требований преподавателей. Формируется понимание критериев оценки устной или письменной работы (правильность, аккуратность, красота и др.), критериев отношения педагогов к правилам поведения в школьном кабинете, к правилам ведения тетрадей, осваиваются способы работы, способствующие достижению высоких результатов. Таким образом, создаются условия не только для адаптации пятиклассников к средней школе, но также и для формирования адекватной самооценки и правильного отношения к результатам деятельности другого ребенка. Отдельно решается задача ориентирования ребенка на процесс деятельности, а не на оценку. На этом же этапе начинается работа по принятию детьми своих негативных чувств. Поэтому отдельного внимания заслуживают приемы по снижению напряжения в школьных ситуациях; с помощью этих приемов дети овладевают навыками релаксации и работы со школьными страхами.
- На четвертом этапе особое внимание уделяется формированию некоторых учебных навыков, связанных с самоорганизацией и самоконтролем в учебной деятельности, продолжается работа над развитием коммуникативных умений, среди которых выделяются конструктивные способы поведения в конфликтных школьных ситуациях. На этом этапе мы используются приемы, позволяющие работать со школьной тревожностью и излишним волнением, возникающим у детей в различных ситуациях на уроке.
- На пятом этапе происходит осмысление личных целей детей на период обучения в 5 классе. Подводятся итоги групповой работы.

Методы и техники, используемые в программе:

1. Ролевые игры. Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).
2. Дискуссии. Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.
3. Рисуночная арт-терапия. Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).
4. Моделирование образцов поведения. Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, нами подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.
5. Метафорические истории и притчи.

Планируемые результаты

Благоприятное течение адаптации пятиклассников к обучению в школе.

Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:

- формирование у детей позитивного отношения к школе, к учителям и одноклассникам, установление контакта с учащимися, с учителем;
- повышение групповой сплоченности
- формирование адекватного поведения,
- снижение эмоционального напряжения, снижение тревожности, скованности, боязливости в движениях и речи.

Перспективный план работы ЧОУ «ПАСКАЛЬ ЛИЦЕЙ» на 2018-2019 учебный год

| № п/п | Тема занятия | Задача |
|-------|---|--|
| 1 | Тренинг-игра «Знакомство» (наши учителя) | Создание доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в классе. Расширение и обогащение навыков общения с учителями. |
| 2 | Здравствуй, пятый класс! | Прояснение обучающимися своих целей на время обучения в 5 классе. Активизация ресурсного состояния, создание ситуации уверенности, успеха. Методика Прихожан |
| 3 | Я - пятиклассник | Выявление причин, вызывающих неудовлетворенность школьной жизнью, определить уровень школьной тревожности. Помощь учащимся в ознакомление со школьными правилами и осознание особенности своего поведения в разных школьных ситуациях. Осознание качеств, необходимых успешному ученику. |
| 4 | Мои переживания (работа с негативными переживаниями) | Повышение эмоциональной устойчивости. Формирование навыков принятия собственных негативных эмоций. Формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания. |
| 5 | Находим друзей (Какой он - настоящий друг?) | Способствовать формированию навыков взаимодействия в группе. Помощь в осознание качеств важных в дружбе. Повысить самооценку. Определение уровня сплоченности класса. |
| 6 | Вот я какой! | Создание ситуация осознания ценности и уникальности каждой личности |
| 7 | Наша сила в том, что мы разные (наши сходства и различия) | Создание ситуация осознания ценности и уникальности каждой личности. Способствовать формированию навыков взаимодействия в группе. |
| 8 | Мы – команда! | Сплочение ребят. Формирование чувства команды. Формирование взаимного доверия. Формирование навыков эффективного слушания и представления о важности обратной связи в общении. |
| 9 | Конфликт или взаимодействие? (Учимся взаимопониманию) | Совершенствование навыка общения и разрешения конфликтов. Формирование умений не боясь неодобрения, высказывать свои мысли. Развитие социальной наблюдательности и вербального взаимодействия. |
| 10 | Страна общения | Формирование навыков эффективного общения (жесты, интонации, пантомимика, мимика, контекст общения). Развитие навыков невербальной коммуникации, сотрудничества. |
| 11 | Поговорим рисунками (подведение итогов) | Закрепление навыков общения. Интегрирование полученных навыков вербального и невербального взаимодействия. |