

Свердловская область
Горноуральский городской округ
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 4
622933, Свердловская обл., Пригородный район, с. Лая, ул. Зеленая площадь, 2.
тел./факс 8(3435)478830, e-mail: ou4laya@mail.ru

Согласовано:
на педагогическом совете
МБОУ СОШ № 4
Протокол № 1
от « 30 » 08 2023г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 4
О.П. Толстоусова
Приказ № 122/1
от « 30 » 08 2023г.



**Программа психолого-педагогического сопровождения
в период адаптации учащихся 10 класса**

Составитель: педагог-психолог

Класс: 10

Год составления программы: 2023

с. Лая

Взрослому человеку, с положительным набором ценностей,
При воспитании ребёнка- важно не только научить...
А со всем набором полученных знаний и навыков-
адаптировать его к жизненным реалиям...
Так, чтобы он в последствии не разочаровался
И не отказался от данных ценностей...
С. Гудман

Пояснительная записка

Актуальность темы

В ходе социально-экономических реформ проблема адаптации человека к изменяющимся условиям стала одной из самых актуальных. Особенно остро она стоит перед подрастающим поколением. Нынешним школьникам предстоит начать самостоятельную жизнь и трудовую деятельность в условиях, жёсткие требования которых ставят перед ними не только проблемы правильного выбора профессии и трудоустройства, но и эколого-экономические проблемы, напрямую связанные с их благосостоянием и здоровьем. Поэтому выпускники школ должны быть социально мобильны, инициативны, уметь легко и пластично реагировать на изменяющиеся условия и находить адекватные способы самореализации и самоопределения. С одной стороны, они должны быть способны строго выполнять определённые социальные функции, а с другой – уметь реализовывать и развивать свою индивидуальность.

Специфика адаптации 10-классников определяется особенностями возраста и спецификой профильного обучения. Профильное обучение предполагает углубленное изучение одного или нескольких предметов, специальных курсов, соответствующих выбранному профилю и обеспечивающих допрофессиональную подготовку. Успешность адаптации взаимосвязана с характером профессиональных намерений: лучше адаптируются те учащиеся, чей профиль обучения совпадает с профессиональными намерениями. Важной социальной потребностью данного возраста является потребность в поисковой активности, в самоопределении, в планировании жизненных перспектив. В начале обучения в профильных классах у десятиклассников могут наблюдаться случаи дезадаптации. Ее причины – смена социального окружения и системы деятельности обучающихся. Необходимость адаптации ребёнка на этапе перехода из среднего звена в старшее обусловлена изменением социального окружения десятиклассников (новый состав класса и новые учителя) и системы деятельности (новая учебная ситуация, новые педагогические технологии, формы и методы обучения). Учебные нагрузки интенсифицируются. Подросток переживает эмоциональный дискомфорт, прежде всего из-за неопределённости представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в изменённом коллективе класса и пр.

Состояние внутренней напряжённости, насторожённости, затрудняющей принятие как интеллектуальных, так и личностных решений, будучи достаточно длительным, может привести к школьной дезадаптации. Старшеклассник

становится недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстаёт в учёбе, быстро утомляется и просто не хочет идти в школу.

Необходимо выстраивать учебный процесс так, чтобы учащиеся принимали профильное обучение как серьёзный шаг к будущему виду деятельности.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы являются:

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989г.);

- Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020г.);

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 17.02.2023г.);

- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (ФГОС СОО), утвержденный Приказом Минпросвещения от 12.08.2022 № 732.

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012г. № 413» (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034)

- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 28.04.2023г. № 178-ФЗ);

-СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (постановление главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189);

-Постановление Главного государственного врача РФ от 30 июня 2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (с изменениями от 20.06.2022г.);

- Постановление Главного государственного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Цель программы – создание педагогических и социально-психологических условий, позволяющих ребёнку успешно функционировать и развиваться в педагогической среде.

Задачи психолого-педагогической работы в период адаптации десятиклассников:

- актуализировать процесс профессионального и личностного самоопределения старшеклассников;
- создавать условия для развития прикладных умений (способности действовать в ситуации выбора, строить перспективные планы на будущее, решать практические проблемы, применять новые технологии для решения прикладных задач, составлять алгоритм достижения цели и так далее);
- содействовать формированию умений самоконтроля и самооценки (самокритичность, умение работать над ошибками, реалистичность в оценке собственных способностей);
- способствовать закреплению коммуникативных навыков в условиях межличностного взаимодействия.

Характеристика содержания программы

Описание программы сопровождения.

Общий контроль за реализацией программы психолого-педагогического сопровождения осуществляется директором школы, а связующим звеном является педагог-психолог.

Текущий контроль возлагается на заместителя директора по УВР.

В реализации программы психолого-педагогического сопровождения задействованы:

- администрация школы;
- классный руководитель 10 класса;
- учителя-предметники;
- педагог-психолог;
- социальный педагог.

Продолжительность программы – 1 год.

Ожидаемый результат.

Успешная социально-психологическая адаптация к новым социальным условиям.

Принципы программы:

Принцип связи обучения с практикой: учащиеся используют полученные теоретические знания в реальной жизни; умеют анализировать и преобразовывать окружающую действительность, вырабатывая собственные взгляды.

Принцип поисковой учебно-познавательной деятельности, то есть принцип открытия учащимися выводов науки, способов действия, изобретения новых предметов или способов приложения знаний к практике.

Принцип сознательности и активности: учащиеся понимают цели и задачи учения, имеют возможность самостоятельно планировать и организовывать свою деятельность, умеют ставить проблемы и искать пути их решения.

Принцип педагогического руководства и самостоятельной деятельности (активности) воспитанников. При организации воспитательного процесса предлагаются виды деятельности, которые стимулируют активность учащихся, их творческую свободу, сохраняя при этом руководящую позицию.

Принцип опоры на положительное в личности учащихся. Вера в стремление учащегося быть лучше, поддержка и развитие этого стремления.

Виды работ по психолого-педагогическому сопровождению

- диагностика (индивидуальная и групповая, психологическая, психолого-педагогическая, педагогическая);
- консультирование (индивидуальное и групповое);
- психолого-педагогическое просвещение: формирование психолого-педагогической культуры, развитие психолого-педагогической компетентности обучающихся, администрации, учителей и родителей (законных представителей);
- коррекционно-развивающая работа;
- аналитическая работа.

Структура работы по психолого-педагогическому сопровождению

В первой четверти проводится фронтальная, направленная на изучение уровня психологической адаптации обучающихся к учебному процессу: комплекс методик обследования адаптационного периода вымогает в себя наиболее показательные для адаптации процессы; мотивация учения, тревожность, самооценку.

После проведенной диагностики проводится малый педсовет, в состав которого входят администрация, учителя-предметники, работающие в классе, классный руководитель, где педагог-психолог дает психологическую характеристику класса и учащихся, испытывающих трудности в адаптации.

Во второй четверти проводится углубленная диагностика, которая включает в себя диагностику готовности к профессиональному самоопределению. Результаты диагностики заносятся в итоговые бланки аналитических отчетов.

С результатами мониторинга первичной диагностики уровня адаптации учащихся педагог-психолог выступает на родительских собраниях, где знакомит родителей (законных представителей) с особенностями адаптационного периода, возрастными особенностями учащихся, с возможными проблемами и способами их разрешения.

В третьей четверти проводится коррекционно-развивающая работа. На этом же этапе работы проводится консультативно – просветительская работа с родителями (профориентационное консультирование).

В четвертой четверти проводится аналитическая работа, направленная на осмысление итогов деятельности по психолого-педагогическому сопровождению ФГОС, планирование работы на следующий год.

Данная система работы позволяет всему педагогическому коллективу обеспечить психолого-педагогические условия развития личности в непрерывном образовании на конкретном возрастном этапе.

План психолого-педагогического сопровождения учащихся 10 класса:

Направление деятельности	Содержание	Мероприятие	Сроки
Психолого-педагогическая диагностика	Оценка социально-психологической адаптации учащихся Изучение психологического климата Изучение самооценки Психогеометрия	1. Модифицированный вариант методики исследования социально-психологической адаптированности (МСПА, модификация Л.И.Рябовой). 2. Анкета «Как определить состояние психологического климата в классе» Федоренко Л.Г. 3. Методика измерения самооценки Дембо-Рубинштейна. 4. Методика С.Деллингер «Определение личностных особенностей и типов восприятия информации».	Сентябрь-октябрь
Консультационная и просветительская работа	Знакомство родителей (законных представителей) с результатами диагностики развития ребенка, с возрастными особенностями, с проблемами и способами их разрешения. Повышение уровня готовности педагогов к работе с учащимися 10 класса.	-Проведение родительских собраний; -Проведение индивидуальных и групповых консультаций родителей (законных представителей) и учащихся 10 класса; -Ведение информационной страницы психологической службы на школьном сайте. Групповые и индивидуальные консультации на темы: -Результаты адаптационного периода; -Трудности адаптационного периода; -Психологические особенности подросткового периода.	Ноябрь-май (по запросу) В течение учебного года
Коррекционно-развивающая работа	Снизить в период адаптации тревожность, видеть свои сильные и слабые стороны	Занятие 1. «Времена года». Занятие 2. «Час доверия». Занятие 3. «Автопортрет нашего класса». (Приложение 1).	Ноябрь-апрель
Аналитическая работа	Анализ условий адаптации детей к школе, предупреждение и преодоление школьных рисков в дальнейшем обучении	Аналитическая справка	Май

Материально-техническое обеспечение

	№	Наименование имущества	Кол - во
ТСО	1	Компьютер специалиста, лицензионное программное обеспечение (инвентарный номер 410134000041)	1 шт.
	2	Акустическая система для аудитории	1 шт.
	3	Многофункциональное устройство (инвентарный номер 4101134000052)	1 шт.
	4	Документ-камера (инвентарный номер 410134000126)	1 шт.
	5	Универсальная интерактивная система (инвентарный номер 410134000117)	1 шт.
	6	Сетевой фильтр	1 шт.
	7	Система аудиозаписи	1 шт.
Предметы мебели	1	Шкаф с открытыми и закрытыми витринами	2 шт.
	2	Стул детский	4 шт.
	3	Стол письменный	1 шт.
	4	Стол детский	2 шт.
	5	Ящик для картотеки	1 шт.
	6	Кресло для учителя	1 шт.
	7	Стенд «Уголок психолога»	1 шт.
	8	Мольберт магнитный	1 шт.
Материалы	1	<p>Набор игрушек и настольных игр:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пособие «Логическое геометрическое»; «Третий лишний»; «Куча мала»; «Привет, компьютер»; «Вопрос ребром»; «Посмотрите сверху вниз»; «Левое и правое»; - логические блоки Дьенеша; - соты Кайе; - кубики «Сложи узор»; - кубики УНИКУБ (с методическим руководством); - мягкая игрушка на руку; - игра лабиринт «Серпантин»; - стол для рисования песком с отсеком и крышкой; - игровой материал «Давайте вместе поиграем»; - альбом заданий №2 блоки Дьенеша для старших; - викторина «Игры разума»; - словесная игра «Крокодильчик»; - словесная игра «Крокодил»; - настольная игра «Ассоциации»; - логическое домино «Ассоциации»; - настольная игра «Экономическая»; - викторина «Юный эрудит»; - детская образовательная игра «В мире истории»; - игра «Дубль: найти пару»; - пазлы; - шашки. 	<p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>6 шт.</p> <p>2 шт.</p>

Список литературы

1. Диагностическая и коррекционная работа школьного психолога. Под ред. И.В. Дубровиной. М.: 2019
2. Индивидуализация образования в старшей школе: опыт, проблемы, перспективы: материалы Межрегион. науч.-практ. конференции (Пермь - Усть-Качка, 11-13 декабря 2013г.) /под общ. ред. О.Н. Новиковой - Пермь: ОТ и ДО, 2020
- 3.
4. Основы психологии. Практикум / Ред.-сост. Л.Д. Столяренко. Ростов н/Дону: «Феникс», 2021
5. Особенности личностного и профессионального развития субъектов образовательного пространства в современных социально-экономических условиях. Под редакцией Л.М. Митиной М.: 2019
6. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа. М.: «Просвещение» 2021
7. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9-11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов /Под науч.ред. Л.А. Обуховой. - М.: Вако, 2016, 540с. – (Педагогика. Психология. Управление).
8. Хухлаева О.В. Школьная психологическая служба, М.: 2020

Занятие 1. «Времена года»

Оборудование: мяч, бейджики, фломастеры, карандаши, ручки, бумага, оформленные на ватмане «Правила работы в группе», ватман, листы бумаги А3 и А4.

Ход занятия:

Упражнение «Круг»

В начале занятия просим всех сесть в круг.

Комментарии: надо отметить, что эта простая фигура получается с первого раза далеко не всегда. Иногда такой круг умудряется занять даже углы. Тогда просим всех сесть так, чтобы каждому было видно каждого. Если все рассядутся так, словно им приказали разделить по половому признаку, придётся сразу считаться с этим, а в дальнейшем и кое-что предпринять.

Пошумев, ребята усаживаются, и психолог задаёт вопрос всем участникам: «А что вы понимаете под словом тренинг?» Тренинг - это не урок и не лекция, это игра цель которой - дать самому себе (и всем другим тоже) шанс узнать лучше других, т.е. «себя показать и других посмотреть». А каждая игра нуждается в правилах. Психолог называет правила, которые оформлены на ватмане, «расшифровывая» смысл каждого кратко.

Правила работы в группе

1. Называть друг друга по имени, обозначенном на «визитке».
2. Один говорит – все слушают
3. Активно участвовать в происходящем.
4. Право на личное мнение.
5. Говорить о том, что думаешь и чувствуешь здесь и сейчас – по ходу общения в группе.
6. Работать «от» и «до».

После того как участники познакомились с правилами можно спросить, нет ли еще каких-нибудь правил, которые нужны именно для их группы.

Игра «Времена года».

Класс делится на четыре группы - по временам года, когда ребята родились. Каждая группа занимает свой стол. На столе лежат фломастеры, карандаши, бумага, шаблоны для визиток и булавки. Всем группам предлагается общее задание:

- подготовить визитки, на которых каждому участнику понравившимся цветом написать имя, которым он хотел бы, чтобы его называли в группе;
- каждому прикрепить свою визитку к одежде;
- подобрать к каждому имени прилагательное или эпитет и все любимое (для этого человека), начинающееся на ту же букву (важно, чтобы был услышан каждый в вашей группе);
- каждой группе найти что-то общее, объединяющее всех в этой группе (любимые занятия, пристрастия, личностные качества, еще что-то);

• подготовить представление своего времени года и представить его всему классу.

Самоисследование «Каждый в своем уголке».

Каждый ученик берет два листа бумаги и что-нибудь пишущее, и находит уединенное место для работы. Действуют следующие договоренности:

- работы можно не подписывать;
- по желанию работы будут возвращены;
- работы будут обобщены и проанализированы.

Инструкция:

1. На первом листе бумаги нарисуйте 5-6 или более геометрических или абстрактных фигур. На втором листе бумаги записывайте вопросы к самому себе, возникающие по ходу работы, а также слова, характеризующие ваше настроение при работе. Этот лист останется у вас.

2. На рисунке с фигурами необходимо выполнить следующее.

2.1. Внутри каждой фигуры впишите продолжение следующей мысли: «Я хочу, чтобы период моего обучения в школе ...» Ответов может быть много, но начало предложения одно.

2.2. Пронумеруйте по значимости для вас свои ответы. Цифрой 1 обозначьте самый важный для вас, а менее важные - цифрами 2, 3, 4 и т.д.

2.3. По контуру каждой фигуры добавьте свои пояснения: «Это возможно, если...».

2.4. Ярче выделите те фигуры, где все зависит лично от вас.

2.5. От каждой фигуры проведите стрелки с ответами на вопрос «Кто или что может мне в этом помочь?».

Упражнение «Обратная связь»

Учащиеся по кругу высказываются о проведённом вместе времени:

Что больше всего понравилось на занятии?

Что не понравилось?

Что нового для себя узнали?

Занятие 2. «Час доверия»

Оборудование: бейджики, мячик, фломастеры, карточки с заданиями

Ход занятия:

Упражнение «Наши взгляды»

Встаём, отодвигаем стулья подальше и ... пока что никуда не двигаемся, а дружно опускаем голову вниз, разглядываем свою обувь и ждём команды, чтобы поднять глаза и при этом с кем-нибудь встретиться взглядом. Те, кто встретился взглядами, становятся парами. Они выходят из круга и ждут, пока все остальные таким же образом разобьются на пары...

Упражнение «Презентация»

Психологи утверждают, что первое впечатление о человеке складывается в первую минуту общения и затем его очень трудно изменить. Я предлагаю вам сделать собственную презентацию в течение одной минуты, т.е. рассказать о себе самое важное и значимое своему напарнику. Затем поменяться ролями.

Презентация проводится следующим образом: ставится стул, на который садится один из пары. Второй участник становится рядом, кладёт руку на плечо и представляет его. Затем участники меняются ролями.

Упражнение «Калейдоскоп»

Игра проходит в быстром темпе. Ведущий говорит группе: «Я собираюсь озадачить вас множеством маленьких вопросов и заданий. Как только вы найдете ответ, тут же начинайте искать других участников, нашедших тот же ответ. Встаньте рядом с ними, обменяйтесь несколькими фразами. Наверное, вы найдёте много общего».

Вопросы:

1. Назови своё любимое животное.
2. Какого цвета у вас глаза?
3. Когда ты любишь принимать душ – утром или вечером?
4. От кого ты легче принимаешь помощь: от классного руководителя, от родителей, от одноклассников или от психолога, а может, ты предпочитаешь справляться со своими проблемами сам?
5. Под каким знаком зодиака ты родился?
6. Что для тебя более важно: учеба или взаимоотношения?
7. Проверьте свои качества руководителя: сколько участников ты сможешь уговорить за одну минуту выстроиться у тебя за спиной?
8. Кто у тебя есть из родственников – брат, сестра, брат и сестра, я один?

Игра «Угадай-ка»

Группа разделена на команды по несколько человек. Каждая команда тянет листочек с заданием. Нужно изобразить с помощью мимики, пантомимы, микросценки и пр. один из предметов, но без названия (контрольная работа, дневник в конце учебного года, классный журнал, шпаргалку, учебник). Получив листочек, команда готовится и представляет свой предмет, а другие пытаются его отгадать.

Упражнение «Указка»

Участники садятся в круг. Ведущий просит каждого поднять вверх руку с вытянутым пальцем. Затем он предлагает показать пальцем на того, кто с точки зрения каждого обладает определённым свойством. Например: «Покажите самого активного сегодня. Самого весёлого. Самого худого. Самого сонного. Самого лохматого из нас. Того, кто сегодня помог вам. Того, кто вас чем-то сегодня удивил. Того, кто, с вашей точки зрения, работал меньше (больше) всех. Того, кто сегодня особенно много шутил и веселил публику. А кто сегодня был «звездой» группы?».

Каждый раз психолог делает паузу, чтобы желающие могли обзреть группу с вытянутыми руками и пальцами. Затем он говорит: «Руку вверх» и только потом называет следующее свойство.

Упражнение «Обратная связь»

Занятие 3. «Автопортрет нашего класса»

Оборудование: бейджики, мячик, ручки, листы бумаги, ватман, фломастеры, цветные карандаши или мелки.

Ход занятия:

Упражнение «Здравствуйте»

Каждый участник должен за определенное время (1-3 мин.) успеть поздороваться за руку с максимальным количеством людей. Внимание участников фиксируется на том, что руку надо пожимать доброжелательно, глядя в глаза человеку. Вариант: обязательно называть свое имя. Можно оговорить то, что необходимо подсчитать количество людей, с которыми ты поздоровался. Тогда по завершении упражнения ведущий спрашивает: «Кто поздоровался больше, чем с 10 людьми? А больше чем с 15?» Выявляются несколько лучших.

После выполнения задания проводится обсуждение: кто как себя чувствовал во время работы?

Упражнение «Создание визитной карточки класса»

Каждому ученику дается ручка и листок бумаги, на котором он в произвольной форме отвечает на два вопроса: «Что нового я узнал о своем классе?» и «Какой он - наш класс?»

Следующий этап работы - объединение в пары и подготовка общей визитки. Затем пары объединяются в «четверки», «четверки» объединяются в «восьмерки» и т.д. В итоге класс выдает конечный продукт - свою визитную карточку.

Рисунок «Автопортрет нашего класса»

На столе находится ватман. Каждому ученику предлагается выбрать два цветных фломастера или мелка.

Задание: нарисовать совместными усилиями «автопортрет» нашего класса. После окончания рисунка ребятам предлагается придумать название, затем происходит представление рисунка, где каждый высказывает свое мнение о нем.

Упражнение «Обратная связь»



Пронумеровано, пролито и
Скреплено печатью на 12
(двадцати) листах
Директор МБОУ СОШ № 4


О.П. Толстоукова

СОШ №4