

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 38» города Смоленска
(МБОУ «СШ №38»)**

Программа психологического сопровождения учащихся 5 класса

Переход в 5-й класс – важный и сложный период в жизни детей. Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, 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 средней школе, кроме того дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба.

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 учащимися, 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.

Признаки возникшей дезадаптации учащихся:

- усталый, утомленный вид ребенка;
- нежелание делиться впечатлениями о проведенном дне;
- стремление при разговоре отвлечь родителей от школьных событий, переключить внимание на другие темы;
- нежелание выполнять домашнее задание;
- негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников;
- жалобы на те или иные события, связанные со школой;
- беспокойный ночной сон;
- трудности утреннего пробуждения, вялость;
- постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Проблема школьной дезадаптации пятиклассников в настоящее время является очень актуальной. Переход учащихся из начальной школы в среднее звено — это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Наша задача — разобраться в том, что происходит с нашими детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Исходя из этого, я предлагаю один из возможных вариантов сохранения психологического здоровья младших подростков при переходе из начальной школы в среднее звено – программу психолого-педагогического сопровождения «Я – пятиклассник».

Цель: создание условий для успешной адаптации учащихся 5 класса к новым условиям обучения в средней школе.

Задачи:

- 1) Формирование у учащихся адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, а также представлений о себе как о человеке с большими возможностями развития.

- 2) Развитие навыков уверенного поведения.
- 3) Усвоение навыков взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других.
- 4) Ознакомление учащихся с разными формами коммуникации.
- 5) Создание условий для снижения тревожности, а также выработки на основе собственного опыта норм поведения и общения.

Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Форма контроля
I этап	Диагностический	Анкета для родителей пятиклассников
II этап	Информационно-практический	
1	Родительское собрание «Адаптация пятиклассников к новым условиям обучения в среднем звене школы»	Протокол родительского собрания
2	Психологические занятия с учащимися	
2.1	«Знакомство»	
2.1.1	«Давайте познакомимся!»	Рисунок несуществующего животного
2.1.2	«Что такое 5 класс?»	Анкета для пятиклассников
2.2	«Я в этом огромном мире...»	
2.2.1	«Какой я и чем я отличаюсь от других?»	Анкета «Вот я какой!», графическая методика М.А. Панфиловой «Кактус»
2.2.2	«Мир информации»	Рефлексивные высказывания учащихся
2.2.3	«Я могу»	Рисунки учащихся
2.2.4	«Мир эмоций»	Рисунки учащихся
2.3	«Мы – единое целое!»	
2.3.1	«Наши классные уголки»	Рисунки учащихся
2.3.2	«Понимаем ли мы друг друга?»	Рисунки учащихся
2.3.3	«Без друзей меня чуть-чуть»	Рефлексивные высказывания учащихся
2.3.4	«Мы и наш класс»	Проективная методика «Дерево»
III этап	Итоговый	Сравнительный анализ диагностических данных
Итого:		

Методические рекомендации

Переход учеников из начальной школы в среднее звено — это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка.

Данная психолого-педагогическая программа предполагает работу одновременно со всем классом, так как занятия направлены на сплочение коллектива, создание в классе благоприятной атмосферы, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом, развитие эмоционально-волевой сферы и нравственных представлений. Такая форма работы позволяет выявить детей с личностными проблемами.

Программа включает в себя 14 занятий. Продолжительность каждого занятия составляет 40 минут.

Параллельно с проведением занятий для учащихся необходимо осуществлять индивидуальные и групповые консультации для родителей и педагогов по проблеме адаптации пятиклассников.

Для выявления личностных особенностей учащихся и определения эмоционального состояния каждого ребенка на занятиях проводятся такие проективные методики, как «Несуществующее животное», «Кактус» и «Дерево».

На занятиях необходимо создать теплую, дружескую, но в тоже время рабочую атмосферу, чтобы адаптация пятиклассников прошла успешно.