

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Московского района Санкт-Петербурга

«СОГЛАСОВАНО»

Заведующий кафедрой психологии
ГБУ ДПО Санкт-Петербургская
академия постдипломного
педагогического образования

 С.М. Шингаев

«26» июня 2017 г.



«ПРИНЯТО»

Педагогический совет ГБУ ДО ЦППМСП
Протокол № 2 от «25» июня 2017 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор ГБУ ДО ЦППМСП

 Л.В. Шкапова

«05» июня 2017 г.



**Дополнительная общеобразовательная программа
«Адаптация к обучению в школе»
для учащихся первых классов**

Составитель:
Бураго М.Е.
педагог-психолог

Санкт-Петербург
2017 год

Пояснительная записка

1. Актуальность и перспективность программы

Проблема трудностей адаптации детей к условиям начальной школы в настоящее время имеет высокую актуальность. По оценкам исследователей, в зависимости от типа школы, от 20 до 60 % младших школьников имеют серьезные трудности в адаптации к условиям школьного обучения. В массовой школе учится значительное число детей, которые уже в начальных классах не справляются с программой обучения и имеют трудности в общении.

Под влиянием постоянных неудач, выходящих за рамки собственно учебной деятельности и распространяющихся на сферу взаимоотношений со сверстниками, у ребенка формируется ощущение собственной малоценности, появляются попытки компенсировать собственную несостоятельность. А так как выбор адекватных средств компенсации в этом возрасте ограничен, то самоактуализация часто осуществляется в разной мере осознанным противодействием школьным нормам, реализуется в нарушениях дисциплины, повышенной конфликтности, что на фоне утраты интереса к школе постепенно интегрируется в асоциальную личностную направленность. Нередко у детей, имеющих трудности в обучении, возникают нервно-психические и психосоматические расстройства (Ш.А.Амонашвили, 1984).

Гармония интеллектуального и личностного развития, эмоциональное благополучие ребенка является основой для усвоения знаний. Среди эмоционально-личностных особенностей первоклассников, надо отметить как минимум три, основные, ярко выраженные группы детей: агрессивные, гиперактивные и тревожные. В школах перед этими детьми наиболее остро встает проблема социально-психологической адаптации. А между тем, успешное становление отношений ребенка со сверстниками – одно из основных условий его развития, важнейший фактор формирования личности.

Необходимо обратить внимание и на социальную сторону учебного процесса, а именно ее коммуникативную составляющую. Педагоги и родители часто жалуются на нарушения в общении и поведении у детей: это замкнутость и стеснительность, неумение устанавливать контакт с другими детьми и взрослыми, что напрямую влияет на адаптацию ребенка в школе. Неразвитые навыки общения и познавательные процессы у детей приводят ко множеству проблем.

Психологическая помощь, оказанная на ранних этапах формирования дезадаптивных форм поведения и неадекватных представлений ребенка о себе, позволит, **в перспективе**, улучшить его адаптацию в школе, будет способствовать гармоничному развитию в целом, а также будет являться профилактикой трудностей в обучении.

Актуальность вышеизложенных проблем психического здоровья детей и оказания помощи в адаптации к школе агрессивным, гиперактивным и тревожным детям, имеющим нарушения в общении со сверстниками и взрослыми, в развитии познавательной сферы, привели к формированию данной программы.

2. Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания программы

Методологической основой программы являются фундаментальные положения психологии о деятельностной сущности человека, отраженные в трудах Л.С.Выготского, А.Н.Леонтьева, положения о том, что личность формируется и проявляется в процессе деятельности.

Д.Б.Эльконин использовал понятие *ведущая деятельность*, разработанное А.Н.Леонтьевым, как критерий выделения психологических возрастов. В каждом возрасте имеется система различных видов деятельности, но ведущая занимает в ней особое место.

Ведущая деятельность проходит длительный путь становления, развития (под руководством взрослых), а не возникает сразу в готовой форме.

Представленная программа базируется на использовании игрового подхода в образовательном процессе. Теоретическим основанием для этого и послужила теория ведущей деятельности. В процессе психического развития те или иные типы деятельности «свертываются» и становятся основой для формирования генетически более поздних типов деятельности.

У первоклассников освоение новой ведущей деятельности – учебной только начинается. И, как правило, трудности, возникающие у детей на этапе адаптации к школе, вызывают регресс к уже освоенной и любимой игровой деятельности. «Присоединяясь» к ребенку в этой деятельности, работая с ним на доступном ему уровне, мы обеспечиваем безболезненный переход к решению учебных задач. В случае же отставания ребенка в психическом развитии, игра является единственно возможной формой его адаптации к учебной деятельности, поскольку обеспечивает соответствие обучающих приемов психологическому возрасту ребенка.

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом и Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

3. Практическая направленность программы

Данная программа является программой дополнительного образования. Данная программа имеет коррекционно-развивающую направленность и составлена на основе нескольких программ других авторов. Реализация программы будет способствовать успешной адаптации первоклассников к школе. При отборе содержания и его организации опора была на следующие принципы:

- принцип системности;
- принцип научности;
- принцип единства диагностики и коррекции

4. Цель программы:

Данная психолого-педагогическая коррекционно-развивающая программа имеет своей **целью** формирование произвольной регуляции поведения первоклассников и оказание помощи в адаптации к школе детям, имеющим проблемы в общении, признаки гиперактивности, агрессивности и тревожности в поведении.

5. Задачи программы:

1. Формировать у детей навыки общения и взаимодействия в учебной деятельности.
2. Способствовать развитию познавательных интересов, зрительного и слухового внимания, памяти, мыслительных операций.
3. Развивать навыки контроля (произвольной регуляции).
4. Способствовать освоению рефлексивных умений в общении.
5. Оказать помощь в повышении самооценки, снятии повышенной тревожности

6. Адресат:

Данная программа предназначена для индивидуальной работы с первоклассниками (детьми 6-8 лет), имеющими проблемы в адаптации к школе (с проблемами в общении, развитии познавательных процессов и с признаками агрессивности, гиперактивности, тревожности в поведении), родители или законные представители которых, обратились за психолого-педагогической помощью в ГБУ ДО ЦППМСП.

Курс дополнен заданиями на развитие мышления, памяти, произвольного внимания (зрительно и слухового) и умения действовать по инструкции, что является важной составляющей успешной учебы в школе. Также уделяется внимание развитию речи и активизации активного словарного запаса детей.

7. Продолжительность программы:

Программа состоит из 12 занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятия 1 академический час (45 мин).

В программе — два блока — диагностический (2 занятия по 1 академическому часу) и основной (развивающий — 10 занятий по 1 академическому часу). Занятия проводятся во второй половине дня 1 раз в неделю по согласованию с клиентами и в соответствии и режимом работы ЦППМСП.

8. Требования к результату усвоения программы

При условии успешной реализации данной программы будет наблюдаться:

1. Освоение детьми более конструктивных навыков общения.
2. Развитие познавательных интересов, зрительного и слухового внимания, памяти, мыслительных операций.
3. Развитие навыков контроля (произвольной регуляции).
4. Способность рефлексировать, гармонизация эмоциональной сферы детей.
5. Повысится самооценка, снизится тревожность

9. Система оценки достижения планируемых результатов:

Для оценки достижения планируемых результатов используются следующие диагностические методики:

- Л.А. Ясюкова - методика зрительное и слуховое внимание;
 - Л.А. Ясюкова - модификация методики «ТДА»;
 - О.А. Орехова - методика «Цветовая диагностика эмоций ребенка»;
- мониторинг сферы интересов (рисуночные тесты, результаты бесед).

Данный диагностический комплекс проводится в начале и по завершению программы.

Выбранные методы и методики отвечают критериям надежности и валидности, соответствуют целям, содержанию программы, возрастно-психологическим и медицинским характеристикам участников программы.

10. Сведения о практической апробации программы

Программа готовится к апробации в 2017-2018 учебном году.

Учебный план программы

№	Наименование блоков (разделов)	Всего часов (академ.)	В том числе		Форма контроля
			Теоретических (мин)	практических (мин)	
1	Диагностический	1 ч	15 мин	30 мин	Диагностическое обследование
2	Развивающий	10 ч	100 мин	350 мин	Наблюдение, рефлексия
3	Повторная диагностика	1 ч	15 мин	30 мин	Диагностическое обследование
Итого		12 ч (540 мин)	130 мин	410 мин	

Учебно-тематический план программы

№	Наименование блоков и тем	Всего часов (академ)	В том числе		Форма контроля
			теоретических	практических	
1	Диагностический блок (на входе и на выходе программы)	2 ч	30 мин	60 мин	Диагностическое обследование
	- методика Л.А. Ясюковой: субтест № 1 - Кратковременная речевая память,	1 ч	15 мин	30 мин	

	субтест № 2 - Кратковременная зрительная память, субтест № 3 – ТДА; - методика О.А. Орехова «Цветовая диагностика эмоций ребенка» изучение эмоциональной сферы детей, тревожности, интересов.				
2	Развивающий , состоит из трех модулей - всего 10 занятий	10 ч	100 мин	350 мин	
2.1	1 блок «Сказка начинается...»	3 ч	30 мин	105 мин	Наблюдение, рефлексия
2.2	2 блок «Волшебство какое-то!»	3 ч	30 мин	105 мин	Наблюдение, рефлексия
2.3	3 блок «В Тридесатом Царстве»	4 ч	40 мин	120 мин	Наблюдение, рефлексия
Итого:		12 часов	130 мин	410 мин	

2. Сроки и этапы реализации

Программа состоит из 12 занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятия 1 академический час (45 мин).

В программе — два блока — диагностический (2 занятия по 1 академическому часу) и основной (развивающий — 10 занятий по 1 академическому часу).

Занятия проводятся во второй половине дня 1 раз в неделю по согласованию с клиентами и в соответствии и режимом работы ЦППМСП.

3. Методы, используемые при реализации программы

Программа реализуется в форме индивидуальных консультаций с учащимися 6-8 лет с использованием психологической диагностики. Применяются педагогические технологии проблемного обучения, развития критического мышления с использованием игр, упражнений. Рекомендуемый стиль общения и взаимодействия участников – партнерский.

4. Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы

К участию в программе допускаются учащиеся, имеющие письменное согласие от родителей или законных представителей ребенка на работу с психологом.

5. Гарантия прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы:

- письменное согласие родителей на участие ребёнка в коррекционно-развивающей работе;
- соблюдение Конвенции о правах ребенка;
- педагог-психолог несёт ответственность за психологическую атмосферу во время проведения занятий, за приёмы и техники, используемые на занятиях. Требуется соблюдение этического кодекса, прав всех участников программы.

6. Требования к условиям реализации программы

Требования к специалистам, реализующим программу:

- научные знания в сфере психологии, в частности, об особенностях психического развития первоклассников;
- учитывать индивидуальные особенности детей;
- организаторские способности, умения.

Требования к материально-техническому оснащению:
-кабинет;
-стол, стулья;
-бумага;
-ручки, карандаши;
-музыкальное сопровождение (записи классической музыки, релаксационной, детские песенки)

7. Ожидаемые результаты реализации программы

Улучшение адаптации к школе, повышение учебной мотивации, снижение страхов, с ней связанных.

Предполагается, что в итоге обучающиеся:

1. Освоят более конструктивные навыки общения.
2. Получат развитие познавательных интересов, зрительного и слухового внимания, памяти, мыслительных операций.
3. Овладеют навыками контроля (произвольной регуляции).
4. Разовьют способность рефлексировать, улучшат эмоциональный фон
5. Повысят самооценку, у них снизится тревожность

8. Система оценки достижений планируемых результатов

- Диагностическое обследование;
- Анкетирование родителей

9. Критерии оценки достижений планируемых результатов

Качественными критериями результативности программы будут являться улучшение взаимоотношений с одноклассниками, наличие познавательной активности в процессе учёбы, снижение тревожности в отношении школы.

Список литературы:

Для психологов:

1. Агафонова Л.Н. Уроки общения. СПб, 2003.
2. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. М, 2000.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб, 2009.
4. Гатанова Н.В., Тунина Е.Г. Тесты для подготовки ребенка к школе для детей 6-8 лет. СПб, 2001.
5. Зинкевич Т.Д., Михайлов А.М. Теория и практика сказкотерапии, СПб, 2004.
6. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. СПб, 2006.
7. Рябцева С.В. Формирование психологической готовности к школе, М, 2011.
8. Семенака С.И. Социально-психологическая адаптация ребенка в обществе. М, 2011.
9. Солдатова Е.Л., Лаврова Г.Н. Психология развития и возрастная психология. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – С. 123.
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать, М, «Генезис», 2001.
11. Чистякова М.И. Психогимнастика, М, 1990.
12. Ясюкова Л.А. Психологическая профилактика проблем в обучении и развитие школьников. СПб, 2003.

Для педагогов:

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб, 2009.
2. Битянова М.Р. Адаптация к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. – М.: Педагогический поиск, 2010. – С. 12.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком, как? М, 2009.

4. Головнева Н.Я., Илибина М.Н., Парамонова Л.Г. Подготовка к школе. СПб, 2001.
5. Колос Г.Г. 28 занятий для преодоления неуверенности и тревожности у детей 5-7 лет. М, 2014.
6. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг общения с ребенком, СПб, 2002.
7. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия, СПб, 2003.
8. Панфилова М.А. Игротерапия общения, М, 2002.
9. Рябцева С.В. Формирование психологической готовности к школе, М, 2011.
10. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью, М, 2002.

Для родителей:

1. Ануфриев А.Ф. Как преодолеть трудности в обучении детей. М, 2000.
2. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. М, 2000.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком, как? М, 1997.
4. Колос Г.Г. 28 занятий для преодоления неуверенности и тревожности у детей 5-7 лет. М, 2014.
5. Мельникова В.В. Три шага к отличной учёбе! СПб, 2012.
6. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью, М, 2002.
7. Степанова О.А. Профилактика школьных трудностей. М, 2003.
8. Тихомиров Л.В. Развитие познавательных способностей. Ярославль, 2009