9dd7a635-1648-485a-a66a-3a9f59649eab

Подписано цифровой подписью:
9dd7a635-1648-485a-a66a-3a9f59649eab
Дата: 2026.10.29 10:23:50 +03'00'

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«БЫКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1
ИМЕНИ ГЕРОЯ РОССИИ АРЕФЬЕВА СЕРГЕЯ АНАТОЛЬЕВИЧА»
БЫКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

УТВЕРЖДЕНА
Педсоветом
Протокол № 1
«27» августа 2025 г.

ВВЕДЕНА В ДЕЙСТВИЕ
Приказ № 110 о/д от 01.09.2025
Директор МКОУ «Быковская СШ №1»
_____ Е.Н. Слепухина

Программа, направленная на сопровождение процесса социально-психологической адаптации пятиклассников к условиям обучения в школе

Программу разработал:
педагог-психолог
Шмидт Е.И.

2025 – 2028 учебный год

Актуальность программы

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.

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

Задачи программы:

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.

Содержание коррекционно-развивающей работы по программе.

Занятия строятся в доступной и интересной форме. Основной формой работы является групповое занятие. Основное содержание групповой работы составляют игры, упражнения с элементами арт-терапии, продуктивно-творческая деятельность.

Длительность занятий: 40 минут. Количество занятий: 6. Периодичность коррекционных занятий: 1четверть ежемесячно, далее 1 раз в четверть.

Ожидаемые результаты реализации программы

- Снижение уровня школьной тревожности.
- Умение владеть своими эмоциями.
- Повышение уровня самооценки.
- Овладение способами взаимодействия со сверстниками.
- Формирование представлений о себе, о своих внутренних резервах.

Система психолого-педагогической работы:

№	Содержание работы	Сроки	Ответственный
Учащиеся			
1	Коррекционное занятие «Что такое 5 класс?».	Сентябрь	Педагог-психолог
2	Коррекционное занятие «Я в этом огромном мире…» Диагностическая работа: проективная методика «Рисунок несуществующего животного»	Октябрь	Педагог-психолог
3	Коррекционное занятие «Какой я и чем я отличаюсь от других?»	Ноябрь	Педагог-психолог
4	Коррекционное занятие «Я могу»	Январь	Педагог-психолог
5	Коррекционное занятие «Мир эмоций»	Март	Педагог-психолог
6	Коррекционное занятие «Мы – единое целое!» Диагностическая работа: проективная методика «Дерево».	Май	Педагог-психолог
7	Индивидуальные консультации (беседы) для учащихся.	В течение года	Педагог-психолог
8	Разработка рекомендаций, памяток для учащихся.	В течение года	Педагог-психолог

			Классные руководители
Педагоги			
1	Групповое обсуждение (обмен опыта в адаптации учащихся) «Мои пятиклассники».	Декабрь	Педагог-психолог
2	Индивидуальное консультирование по запросу	В течение года	Педагог-психолог
Родители			
1 2	Родительский всеобуч: - «Адаптация пятиклассников к новым условиям обучения в среднем звене школы»; - «Первые проблемы подросткового возраста».	Ноябрь Май	Педагог-психолог Классные руководители
3	Индивидуальное консультирование по запросу	В течение года	Педагог-психолог Классные руководители
4	Разработка рекомендаций, памяток для родителей	В течение года	Педагог-психолог Классные руководители