

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования Иркутской области  
Ольхонское районное муниципальное образование  
МБОУ "Еланцынская СОШ"

СОГЛАСОВАНО  
Протокол заседания  
педагогического совета №1 от 30.08.2023г.

Утверждено  
Приказом МБОУ «Еланцынская СОШ» от  
01.09.2023 г. №278  
Директор \_\_\_\_\_/М.Д.Изиев/

**Программа по психокоррекции трудностей адаптации у  
первоклассников**

Разработал:  
Педагог-психолог  
Тыхеева С.В.

2023

## Пояснительная записка

**Первый класс школы** – один из наиболее важных и трудных периодов в жизни детей. Именно в эти первые месяцы начинают формироваться те системы отношений ребёнка с миром и самим собой, те устойчивые формы взаимоотношений со сверстниками и взрослыми и базовые учебные установки, которые в существенной мере определяют в дальнейшем успешность его школьного обучения, эффективность стиля общения, возможности самореализации в школьной среде. Поэтому основным направлением деятельности педагога-психолога по начальному звену является профилактика и психокоррекция трудностей адаптации у первоклассников.

**Цель деятельности по данному направлению работы** – создание педагогических и социально-психологических условий, позволяющих ребёнку успешно функционировать и развиваться в данной ему педагогической среде. Эта цель может быть достигнута за счёт последовательного решения педагогическим коллективом совместно с психологом следующих задач:

1. Выявление особенностей психолого-педагогического статуса школьников с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих у них в обучении, общении и психическом состоянии.
2. Создание системы психолого-педагогической поддержки всех первоклассников в период их первичной школьной адаптации, позволяющей им не только приспособиться к школьным требованиям, но и всесторонне развиваться и совершенствоваться в различных сферах общения и деятельности.
3. Создание специальных педагогических и социально-психологических условий, позволяющих осуществлять коррекционно-формирующую и развивающую работу с детьми, испытывающими различные психолого-педагогические трудности.

### **Программа работы по профилактике и психокоррекции дезадаптации у первоклассников.**

В программу работы по адаптации детей к школе входят:

- консультирование и просвещение педагогов по вопросам, касающимся организации педагогической и психологической поддержки детей в наиболее острый период первичной адаптации;
- консультирование и просвещение родителей;
- проведение психолого-педагогической диагностики школьных трудностей первоклассников;
- проведение коррекционно-развивающей работы с детьми, находящимися в состоянии средней и тяжёлой дезадаптации;

Выделяется группа детей, не столь благополучно прошедших этап адаптации. Какие-то аспекты новой социальной ситуации оказались чужими или недоступными для усвоения. Для многих «камнем преткновения» становится собственно учебная деятельность. Развивается комплекс неуспешности, который в свою очередь порождает неуверенность, разочарование, потерю интереса к учёбе, иногда познавательной деятельности вообще. Неуверенность у некоторых переходит в агрессию, озлобленность на тех, кто поставил в такую ситуацию, «погрузил» в море неуспеха и лишил поддержки. Другим не даются отношения со сверстниками, педагогом. Неуспешность в общении приводит к необходимости защищаться – уходить в себя, внутренне отворачиваться от других.

Для первоклассников, имеющих трудности в адаптации, была разработана коррекционно-развивающая программа занятий, цель которой: преодоление трудностей в интеллектуальной сфере, эмоциональном состоянии, поведении, общении.

## Программа коррекционно-развивающей работы с учащимися

**Достижение цели возможно в процессе реализации следующих задач:**

1. Коррекция и развитие у детей познавательной сферы, что необходимо, для успешного обучения в начальной школе.
2. Коррекция и развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.
3. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я концепции» детей, устойчивой самооценки и снижение уровня школьной тревожности. Эти задачи должны рассматриваться в совокупности, как единый комплекс, так как только целостное воздействие на личность ребёнка может привести к устойчивому позитивному изменению.

Данная программа ориентирована на групповую форму работы. Численность группы 3 – 5 человек (это эффективно с точки зрения психологических результатов). В группу включаются дети, показавшие низкую когнитивную готовность к школе, испытывающие трудности в поведении и общении в различных школьных ситуациях, испытывающие трудности в эмоциональной сфере, т.е. дети, которые в данный период находятся в состоянии дезадаптации. Программа включает в себя 21 занятие (последнее занятие – диагностическое). Частота групповых встреч – 1 раз в неделю. Приблизительная длительность каждого занятия – 30-40 минут, в зависимости от состояния детей, сложности предлагаемых упражнений и других конкретных обстоятельств работы. Динамика развития детей отслеживается посредством проведения контрольного среза на последнем занятии (диагностический инструментарий представлен в приложении).

**Для оценки эффективности программы используются следующие психологические методики, которые проводятся на первом и последнем занятии:**

Помимо наблюдений, для исследования уровня развития коммуникативных УУД у первоклассников используются следующие методики:

1. Экспертная оценка учителя. Э.М.Александровская

Позволяет определить характер взаимоотношений с одноклассниками как компонента социально- психологической адаптации ребенка в школе.

2. «Рукавички» (Г.А. Цукерман,)

Методика позволяет выявить уровень сформированности действий по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества.

3. «Узор под диктовку» (Цукерман и др., 1992).

Методика позволяет оценить умение выделить и отобразить в речи существенные ориентиры действия, а также передать (сообщить) их партнеру, планирующая и регулирующая функция речи.

Для разработки занятий использован элемент сказкотерапии: в сказочные истории «вплетены» игры и психотехнические упражнения, направленные на коррекцию и развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников, коммуникативных навыков.

**Ритуалы приветствия-прощания** являются важным моментом работы с группой, позволяющие спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия, что в свою очередь важно для плодотворной работы. Этот ритуал обычно предлагается психологом. В него должны быть включены все дети.

**Разминка** является средством воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую

деятельность. Разминка может проводиться не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями в случае, если психолог видит необходимость как-то изменить актуальное эмоциональное состояние детей. Определённые разминочные упражнения позволяют активизировать детей, поднять их настроение, другие, напротив, направлены на снятие эмоционального чрезмерного возбуждения.

**Основное содержание занятия** представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приёмов, направленных на решение задач данного коррекционно – развивающего комплекса.

**Рефлексия занятия** предполагает оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали). Рефлексия предполагает, что дети сами или с помощью взрослого отвечают на вопрос, зачем это нужно, как это может помочь в жизни, дают обратную эмоциональную связь друг другу и психологу.

### Тематический план занятий

№ п/п	Содержание темы	Кол- во часов
1	Создание условий для более близкого знакомства детей в микрогруппе; развитие памяти, внимания, образного мышления, воображения.	1
2	Развитие умения распознавать чувства и настроения других людей, развитие языка жестов и мимики; развитие внимания, слуховой памяти, логического мышления, умения моделировать; развитие усидчивости, самоконтроля.	1
3	Стимулирование общения; развитие памяти, внимания, логического мышления, воображения, мелкой моторики; развитие самоконтроля.	1
4	Формирование коммуникативных качеств; работа с эмоцией радости; развитие памяти, внимания, логического мышления, зрительно-моторной координации, умения управлять собственным телом.	1
5	Развитие коммуникативных навыков, снятие тревожности; развитие памяти, внимания, моторики, зрительно-моторной координации, развитие навыков самоконтроля.	1
6	Формирование правильного представления о себе; развитие логического мышления, зрительной памяти, моторики и зрительно моторной координации, умения ориентироваться в пространстве, концентрировать своё внимание, расслабляться.	1
7	Развитие наблюдательности, концентрации внимания, зрительной памяти, логического мышления, умения владеть собственным телом; развитие моторики, зрительно моторной координации; формирование позитивной самооценки.	1
8	Развитие коммуникативных навыков, тактильных ощущений; повышение самооценки; развитие эмоциональной сферы; развитие мелкой моторики, концентрации внимания.	1
9	Эмоционально-экспрессивное развитие, овладение элементами саморегуляции; развитие ассоциативного мышления, внимания, моторики и зрительно моторной координации; формирование коммуникативных качеств.	1
10	Развитие эмпатических способностей; развитие воображения, словесно-логического мышления, внимания, временной ориентации.	1
11	Развитие умения различать и понимать эмоциональные состояния; развитие логического мышления, образного мышления, воображения.	1
12	Развитие эмоциональной сферы, фантазии; развитие памяти, внимания, логики, моторики и зрительно моторной координации; профилактика нарушения зрения.	1

13	Формирование самооценки; развитие умения разбираться в чувствах и настроениях других людей; укрепление чувства уверенности в себе; развитие воображения, логической памяти, логического мышления, внимания.	1
14	Развитие умения видеть в себе и других людях некоторые черты характера; развитие воображения, мышления, переключаемости внимания, умения расслабляться.	1
15	Развитие навыков совместной деятельности, чувства сопереживания, умения снимать психо-эмоциональное напряжение; развитие слуховой памяти, внимания, логического мышления.	1
16	Развитие воображения, внимания, мышления, моторики и зрительно моторной координации, умения снимать психо-эмоциональное напряжение.	1
17	Развитие умения осознавать своё эмоциональное состояние и освобождаться от негативных эмоций; развитие волевой сферы, саморегуляции; формирование правильного представления о себе, верной самооценки.	1
18	Установление тёплой атмосферы в отношениях между детьми; развитие моторной координации, восприятия, зрительной памяти, концентрации внимания, понятийного мышления, пополнение словарного запаса; развитие умения снимать напряжение.	1
19	Развитие умения соотносить свои замыслы с замыслами других детей; развитие умения снимать напряжение; развитие внимания, зрительной памяти, моторики и зрительно моторной координации; формирование уверенности в правильности воспроизведения.	1
20	Формирование чувства уверенности в себе; развитие умения расслабляться, снимать психо-эмоциональное напряжение; развитие внимания, зрительной памяти, воображения, моторной координации.	1
21	Проведение контрольного среза	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>21 час</b>

## Литература

1. Бабкина Н.В. Развивающие игры с элементами логики. М., 1998.
2. Битянова М.Р. Азарова Т.В. Афанасьева Е.И. Васильев Н.Л. Работа психолога в начальной школе. М., 2001.
3. Битянова М.Р. Профессия школьник. М., 2000
3. Готовность к школе: развивающие программы // Под. ред. И.В. Дубровиной. М., 2001.
4. Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе. М., 2000.
5. Исаева С.А. Организация переменок и динамических пауз в начальной школе. М., 2004.
6. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. М., 2001.
7. Практическая психология образования. // Под. ред. И.В. Дубровиной М., 1998.
8. Ратанова Т.А. Общая психология. Диагностика умственных способностей детей. М., 1998.
9. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. С-Пб., 2000.