

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ Санкт-Петербурга**

**Администрация Красногвардейского района Санкт-Петербурга**

**ГБОУ лицей №533**

**РАССМОТРЕНО**

**Руководитель ССОП**

[Мохов В.Р.]

Приказ № 5 от « 9 » июня  
2025г.

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор**

[Кунц М.Ю.]

Приказ № 5 от « 9 » июня  
2025 г.



**Рабочая программа**

**Педагога психолога**

**Гордовенко Елены Николаевны**

**г. Санкт-Петербург**

**2025**

## 1.Актуальность программы:

Под адаптацией многие авторы понимают приспособление саморегулирующихся систем к изменяющимся условиям среды.

**Психологический аспект** – приспособление человека как личности к существованию в обществе в соответствии с требованиями этого общества и с собственными , мотивами, потребностями, интересами.

Процесс активного приспособления индивида к условиям соц. среды называется социальной адаптацией, осуществляется путем усвоения представлений о нормах, ценностях общества, группы, коллектива, семьи.

Основные проявления соц. А. – взаимодействие : общение человека с окружающими людьми и его активная деятельность.

Проблема адаптации детей в школе имеет важное значение.

Как учащиеся чувствуют себя в коллективе, какие трудности испытывают при общении с другими детьми, учителем, как преодолевают препятствия и приобщаются к обществу.

От благополучной адаптации зависит личностный рост ребенка, его самочувствие в среде сверстников.

Первый год обучения в школе является важным этапом в становлении личности ребенка. Это отправная точка к гармоничному развитию, к дальнейшим успехам в учебной и общественной деятельности.

Во втором классе и далее, проблема адаптации так же имеет значение. Важно, чтобы не произошло снижение мотивации, чтобы ученик вовремя усвоил программу, отсутствовали межличностные конфликты.

Деадаптация может привести к развитию невротических состояний, формированию девиантных форм поведения.

Деадаптация –это психическое состояние, возникающее в результате несоответствия социопсихологического или психофизиологического статуса ребенка требованиям новой социальной ситуации.

Неблагоприятные факторы социальной адаптации в младшем школьном возрасте.

В младшем школьном возрасте неблагоприятными в плане социальной адаптации являются следующие факторы:

-низкая познавательная активность



- личностная незрелость, диссоциирующая с возрастающими требованиями к социальному статусу школьника
- акцентуация компонентов влечения: интерес к ситуациям, включающим агрессию, жестокость
- наличие немотивированного колебания настроения
- конфликтность
- драчливость
- взрывчатость в ответ на требования и запреты
- отрицательное отношение к занятиям
- прогулы уроков
- побеги из дома при угрозе наказаний
- гиперкомпенсаторные реакции со стремлением обратить на себя внимание отрицательными формами :грубость, невыполнение требований учителя
- выявление к концу обучения в начальных классах стойких пробелов в знаниях по основным разделам из-за слабых интеллектуальных предпосылок, или из-за низкой мотивации к учебе.
- тяготение к асоциальным формам поведения (мелкие кражи, курение)

Психологические причины препубертатного возраста появления проблем в поведении:

- крайняя зависимость от ситуации, с неспособностью повлиять на нее,
- слабость реакции на порицание
- слабость функции самоконтроля и саморегуляции
- слабый уровень волевых установок
- сочетание инфантильности с аффективной возбудимостью, импульсивностью.

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

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. Используемые методы:

дискуссия, обсуждение, тренинги, беседы, лекции, мастер-классы.

В соответствии с задачами каждого конкретного занятия используются разнообразные психологические методы:

- 1.Использование арт-терапевтических методов.
- 2.Телесно-ориентированные приемы.
- 3.Использование дыхательных техник и элементов медитации.
- 4.Использование индивидуальных и групповых форм работы.

### 4.Цель программы:

организация профилактической и коррекционной работы по предотвращению школьной дезадаптации в начальных классах в образовательном учреждении.

### 5.Задачи программы:

- 1.Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции физиологии, психологии, педагогики.
- 2.Изучение психолого-педагогических особенностей учащихся младших классов с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в общении, развитии, обучении.
- 3.Выявление детей с низким уровнем адаптации.
- 4.Выявление детей с низкой комфортностью, с проблемами в поведении, с проблемами в обучении или эмоциональными сложностями.
- 5.Устранение причин и последствий школьной дезадаптации.
6. Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся младших классов в воспитательно-образовательном процессе лица.
- 7.Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, развитие ценностных отношений в социуме.
- 8.Формирование у учащихся позитивной адаптации к жизни.
- 9.Научение детей способам саморегуляции.
- 10.Помощь в формировании положительной формулировки цели и конкретное планирование по задачам.



11.Повышение чувства уверенности в собственном успехе как фактор снижения тревожности.

12.Разработка рекомендаций учителям по повышению адаптации младших школьников.

13.Психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам дезадаптации.

14. Психолого-педагогическое просвещение педагогов по вопросам дезадаптации.

#### 6.Основные направления работы:

1.работа с учащимися в группе риска школьной адаптации (по результатам психодиагностики, бесед, наблюдения).

2. работа с родителями и законными представителями детей, состоящих в группе риска по дезадаптации.

3.работа с педагогами по преодолению детьми школьной дезадаптации.

4.работа с неблагополучными семьями.

Адресат:

программа рассчитана на младший школьный возраст: 1-4 класс.

#### 7.Продолжительность программы:

Программа реализуется в течение учебного года .

8.Форма работы смешанная: : групповая и индивидуальная

Очная и дистанционная

#### 9.Требования к результату:

снижение уровня дезадаптации у лиц младшего школьного возраста.

#### 10.Ожидаемые результаты:

Снижение количества детей с девиантным поведением

Организация работы по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде

Целостная система совместной деятельности педагогов, психолога, социального педагога, администрации лицея, родителей, направленная на

активное приспособление ребенка к социальной среде, включающее в себя успешное функционирование и перспективное психологическое здоровье.

Система оценки планируемых результатов:

основа оценки : психодиагностические методики, наблюдение ,беседы с педагогами и родителями о результатах.

#### 11.Технология оценки результативности программы:

Форма контроля результативности : анкетирование участников, анализ обратной связи.

12. Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы: нет.

13. Требования к квалификации специалистов, реализующих данную программу: программа реализуется службой сопровождения лица :психологи, социальные педагоги.

Основные исполнители:

Служба сопровождения лица:

Педагог-психолог

Социальный педагог

Инспектор ОДН УМФД

Орган опеки и попечительства Местной администрации внутригородского муниципального образования СПб МО Малая Охта

Социальные службы и негосударственные организации Красногвардейского района СПб, оказывающие помощь семьям и детям, попавшим в трудную жизненную ситуацию.

#### 14.Учебный план программы.

Блок 1.Работа с родителями.

Психопрофилактика и коррекция.

Ответственный: педагог-психолог

| Содержание работы | Сроки | Условия реализации |
|-------------------|-------|--------------------|
|-------------------|-------|--------------------|



|                                                                                                                                                                                           |                                                                       |                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.Тренинг :»<br>Профилактика<br>конфликтов и их<br>разрешение»                                                                                                                            | По запросу                                                            | По потребности и запросу<br>от род комитета или кл<br>руководителя                                                                                                 |
| 2.Лекция<br><br>«возрастные<br>психолого-<br>педагогические<br>особенности (младший<br>школьник , подросток<br>и старший возраст)                                                         | В течение уч года                                                     | В рамках род собраний+по<br>запросу                                                                                                                                |
| 3.Лекция<br>«Психологические<br>особенности периода<br>адаптации, формы<br>родительской помощи<br>и поддержка                                                                             | 1 класс (сентябрь-<br>октябрь)<br><br>4 класс (конец 3-4<br>четверти) | В рамках родительских<br>собраний                                                                                                                                  |
| 4.Лекция «Как помочь<br>ребенку справиться с<br>эмоциями»                                                                                                                                 | В течение года                                                        | В рамках родительских<br>собраний или по запросу<br>родительского комитета<br>(группа для желающих)                                                                |
| 5Беседа»».Как помочь<br>адаптироваться<br>первокласснику»                                                                                                                                 | Сентябрь                                                              | В рамках род собрания или<br>дистанционно-по<br>потребности +схемы,<br>рекомендации                                                                                |
| 6.Мастер-класс<br>»Планирование<br>учебной деятельности<br>«Тайм-менеджмент<br>для малышей»                                                                                               | В течение года                                                        | По запросу родителей<br><br>(индивидуально)                                                                                                                        |
| 7.Консультации на<br>темы:<br><br>-«Эмоциональная<br>комфортность в школе<br>и способы ее<br>повышения»<br><br>-«Межличностное<br>взаимодействие»<br><br>-«Решение<br>личностных проблем» | В течение года                                                        | В рамках консультаций,<br>родительских собраний , по<br>запросу<br><br>(Групповые и<br>индивидуальные)<br><br>(Групповые и<br>индивидуальные)<br><br>Индивидуально |
| 8.Беседы,<br>консультации по                                                                                                                                                              | В течение года                                                        | Индивидуально (по запросу<br>родителей или классного<br>руководителя), групповые                                                                                   |

|                                                                                                                              |                |                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------|
| темам:<br><br>Сложности познавательной сферы учащихся (1-4 класов)<br><br>Асоциальные проблемы<br><br>Поведенческие проблемы |                | мероприятия (в рамках род собраний или дней открытых дверей) |
| 9.Привлечение на профилактические советы инспекторов ОДН                                                                     | В течение года | Ответственный:<br>социальный педагог.<br><br>По потребности  |

Психолого-диагностический блок для родителей:

Ответственный: педагог-психолог

| Содержание работы                                                 | Сроки                 | Условия реализации                                     |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------|
| 1.Рисунок семьи                                                   | По запросу            | В комплексе: родитель и ребенок или отдельно: родитель |
| 2.Арт-методы ,элементы сказкотерапии                              | По запросу            | В комплексе: Родитель +ребенок                         |
| 3. Анкета: удовлетворенность родителями образовательным процессом | В конце учебного года | По плану работы педагога-психолога                     |
|                                                                   |                       |                                                        |

2.Работа с педагогами.

Психопрофилактика и коррекция.

Ответственный педагог-психолог

| Содержание работы                                                | Сроки             | Условия реализации                        |
|------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|
| 1. Лекция: Работа в системе психолого-педагогического консилиума | Вначале года      | В рамках метод объединений                |
| 2. Заполнение соц паспорта класса                                | Сентябрь-октябрь  | Ответственный: классный руководитель      |
| 3.Семинар «особенности работы с детьми с проблемами в обучении»  | В течении года    | В рамках метод объединений или по запросу |
| 4. Практикум: Схема работы                                       | Октябрь и Февраль | +по запросу повторение                    |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                      |              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------|
| с детьми с низкой адаптацией                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                      |              |
| 5.Индивидуальные консультации педагогов по темам:<br><br>- Особенности готовности к школе первокласников<br><br>-личностные особенности учащихся 4 классов<br><br>-проблемы в коллективе учащихся 4 классов<br><br>-особенности познавательной сферы учеников 4 классов<br><br>-основные проблемы современной семьи | Октябрь<br><br><br>Февраль-март<br><br><br>Апрель-май<br><br><br>Май | + по запросу |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                      |              |

Психолого-диагностический блок для педагогов.

Ответственные: социальный педагог и педагог-психолог

| Содержание работы                                     | Сроки      | Условия реализации |
|-------------------------------------------------------|------------|--------------------|
| 1.Анкетирование :»удовлетворенность педагогами ОП     | Конец года | По плану           |
| 2.Анкетирование:»основные проблемы в работе с детьми» | Конец года | По плану           |
|                                                       |            |                    |

3.Работа с детьми психопрофилактика и коррекция

Ответственные: педагог-психолог и социальный педагог

| Содержание работы                                                 | Сроки            | Условия реализации                         |
|-------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------|
| 1.Психологические классные часы:<br><br>«Зачем я прихожу в школу» | Сентябрь-октябрь | В целях психопрофилактики низкой мотивации |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                            |                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| (1 классы)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                            |                                                    |
| <p>2.Классный час :»</p> <p>-«что такое школьная комфортность и как ее повысить» (4 классы)</p> <p>-«Мотивация или зачем мне школа, мои обязанности в школе» ( 4 классы)</p> <p>-«Что такое конфликт « (4 классы)</p> <p>-«Низкая и высокая самооценка- что она дает»</p> <p>-«Как сберечь свою нервную систему и не срываться на близких»</p> | <p>Январь-февраль</p> <p>Январь-февраль</p> <p>Январь-февраль</p> <p>Февраль-март</p> <p>Февраль -март</p> | <p>Цель: профилактика дезадаптивного поведения</p> |
| 3.Классный час: «Помощь в обучении, что сделать, чтобы учиться легче и лучше.»                                                                                                                                                                                                                                                                 | Март-апрель                                                                                                | Цель: профилактика проблем в обучении              |
| 4.Занятие-тренинг «Способы решения конфликтов» (2-4 классы)                                                                                                                                                                                                                                                                                    | В течение года                                                                                             | По потребности и запросу кл. руководителя          |
| 5.Тренинг:»Способы саморегуляции»                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | В течение года                                                                                             | По запросу кл руководителя                         |
| 6.Тренинг: «Уважение. Что это»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | В течение года                                                                                             | По запросу                                         |
| 7.Тренинг: «Мои личные границы»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | В течение года                                                                                             | По запросу кл. рук-ля                              |
| 8.Беседы с детьми в группе риска социальной дезадаптации                                                                                                                                                                                                                                                                                       | В течение года                                                                                             | По необходимости (психолог_соц педагог)            |
| 9. Беседы со стоящими на ВШ учете                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | В течение года                                                                                             | Психолог+ соц педагог                              |
| 10. Консультации с детьми по вопросам:обучения, межличностного взаимодействия, эмоционально-волевой сферы                                                                                                                                                                                                                                      | В течение года                                                                                             | По запросу                                         |
| 11. Коррекционно-развивающие занятия по теме развития                                                                                                                                                                                                                                                                                          | В течение года                                                                                             | По запросу                                         |



|                                        |  |  |
|----------------------------------------|--|--|
| эмоционально-волевой сферы (2-3 класс) |  |  |
|                                        |  |  |

Психолого-диагностический блок при работе с детьми.

Ответственный: педагог-психолог

| №  | Содержание работы                                                                                                                                                                                                                        | Сроки            | Ответственный                 |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------|
| 1  | Выявление детей и семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации                                                                                                                                                                        | В течение года   | Соц педагог                   |
| 2  | Заполнение соц паспорта класса                                                                                                                                                                                                           | Сентябрь-октябрь | Кл руководитель               |
| 3. | Составление базы данных по социально неблагополучным семьям                                                                                                                                                                              | Сентябрь-октябрь | Соц педагог, педагог-психолог |
| 4. | Составление базы данных детей с проблемами в обучении и поведении                                                                                                                                                                        | В течение года   | Педагог-психолог              |
| 5. | Индивидуально психологическое обследование :<br><br>-познавательных способностей<br><br>-личностных особенностей<br><br>-эмоциональных семейных, межличностных проблем.<br><br>-выявление эмоциональных аспектов, ведущих к дезадаптации | В течение года   | Педагог-психолог              |
| 6. | Групповое психологическое обследование:<br><br>1-ые классы :готовность к школе (уровень эмоционально-волевой сферы, зрительно-моторная координация, уровень внимания, мотивация, самооценка, уровень тревожности).                       | Сентябрь-ноябрь  | Педагог-психолог              |
| 7. | Групповое психологическое обследование 4 классы:<br><br>Социометрия, уровень межличностного взаимодействия<br><br>Изучение мотивации обучения                                                                                            | Январь -февраль  | Педагог-психолог              |

|    |                                                                                               |             |                  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------|
|    | Комфортность<br><br>Особенности нервной системы и саморегуляции. Темп-тест.<br><br>Самооценка |             |                  |
| 8. | Групповое психологическое обследование :особенности проблем в обучении                        | Март-апрель | Педагог-психолог |
| 9. | Групповое психологическое обследование :удовлетворенность ОП и основные проблемы.             | Май-июнь    | Педагог-психолог |
|    |                                                                                               |             |                  |

### Список используемой литературы:

- 1.Возрастная и педагогическая психология . М. В. Матюхина, Т.С Под ред.Гамезо М.В. М.
- 2.Котырло, В.К. Некоторые подходы к экспериментальному исследованию волевых действий у детей. Рязань 2007.
- 3.Хохлова В.А Педагогика школы.Статья 2016
4. Адаптация ребенка в школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка: Сборник метод. материалов для администрации, педагогов и школьных психологов / под ред. М.Р. Битяновой. - М., 2007.
5. Азарова, Т.В., Битянова М.Р. Развивающая работа психолога на этапе адаптации детей в школе // / Мир психологии - 2006. - № 1. - С.147 - 170.
6. Александровская, Э.М. Социально-психологические критерии адаптации детей к школе // Школа и психическое здоровье детей. - М.: Издательство "Медицина", 1988. - С.32 - 43.
- 7.Андрющенко, Т.Ю. Коррекция психологического развития младших школьников на начальном этапе обучения / Т.Ю. Андрющенко, Н.В. Карабекова // Вопросы психологии., 2003. - №1.
8. Артемов, С.Д. Социальные проблемы адаптации / С.Д. Артемов. - М., 2010.
9. Бороздина, Л.В., Рощина Е.С. Влияние уровня самооценки на продуктивность учебной деятельности // Новые исследования в психологии. - 2002. - № 1. С.23 - 26.



10. Винокуров, Л.Н. Школьная дезадаптация и ее предупреждение у учащихся. - Кострома: Издательство "Эврика-М", 2000. - 132 с.