

Аннотация к программе

Одним из самых значимых моментов в жизни человека является период обучения в школе. Период начального образования является серьезным испытанием для первоклассника, поскольку происходит смена вида деятельности, его социального окружения. Главным фактором, влияющим на успешность усвоения знаний у первоклассников, является адаптация к условиям школьной жизни.

Поступление в школу, смена обстановки предъявляют повышенные требования к психике ребенка и требуют активного приспособления к новым школьным условиям. Не у всех детей оно происходит безболезненно, это может определяться состоянием ребенка, психологической готовностью к обучению. В первые школьные месяцы дети могут ощущать сильный дискомфорт, частую смену настроения, тревожность. Для содействия быстрому и безболезненному приспособлению первоклассника к школьной жизни должна быть разработана программа адаптационных занятий.

Основной целью разработанной программы является оказание психологической помощи детям в период их адаптации в школьном коллективе; развитие эмоциональной регуляции поведения; предупреждение и снижение тревожности, повышение уверенности в себе; развитие коммуникативных навыков.

Занятия по программе способствуют решению следующих задач:

1. Познакомить детей с одноклассниками, с правилами школьной жизни; с правилами общения со взрослыми и сверстниками;
2. Развивать эмоциональную и коммуникативную сферу;
3. Снизить уровень школьной тревожности.

Данная программа предназначена для обучающихся 1 класса. Программа занятий рассчитана на 2 часа (1 раз в неделю по 40 мин). Срок реализации программы – 3 недели.

Пояснительная записка

Начало школьного обучения - это серьёзное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс, связанное с резким изменением всего образа жизни. Дети должны привыкнуть к новому коллективу, новым требованиям, к повседневным обязанностям, т.е адаптироваться к школе.

В первые месяцы школьной жизни начинают формироваться те системы отношений ребенка с миром и самим собой, те устойчивые формы взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, базовые учебные установки, которые в дальнейшем определяют его успешность обучения, эффективность стиля общения, возможности личностной самореализации в школьной среде.

Адаптация - это приспособление человека к существующим в обществе требованиям и критериям оценок за счет присвоения норм и ценностей данного общества.¹ В самом распространенном своем значении школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности и т.д. Ребенок, который вписывается в школьную систему требований, норм и социальных отношений, чаще всего и называется адаптированным.²

Проблемой поступления ребенка в школу занимались и продолжают заниматься такие выдающиеся психологи как Л.Я. Ясюкова, М.М. Безруких, И.В. Дубровина, С.П. Ефимова, М.Р. Битянова, В.В. Давыдов, Л.А. Венгер и др.

Проблема адаптации первоклассников к школе является актуальной и на сегодняшний день. Приходя в школу, попадая в новую для себя учебную ситуацию, большинство детей переживают и волнуются. Каждый ребенок выражает эти чувства по-разному: одни стараются привлечь к себе особое внимание и действительно привлекают своей активностью, подвижностью, другие, наоборот, с трудом вступают в контакт с одноклассниками, учителями. В последнее время появляется все больше детей, испытывающих трудности в учебной деятельности, усвоении программы обучения. Эти дети требуют к себе особого внимания со

¹ Головин, С.Ю. Словарь практического психолога/ Сост. С.Ю. Головин.- Изд.: Харвест: Минск,1998

² Коробкина, С.А. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах: система работы с детьми, родителями, педагогами/ Сост. С.А. Коробкина.-Изд. 2-е.-Волгоград: Учитель.-2011

стороны педагога, психолога, родителей, так как хроническое отставание в начальной школе отрицательно сказывается на дальнейшем интеллектуальном и личностном развитии ребенка.

Обучение в школе – это совершенно новый вид деятельности для ребенка. Для того чтобы у ребенка сформировалось положительное отношение к школе, важно, чтобы он понимал, что учиться ему по силам, он сможет справиться с любыми учебными трудностями. На первых порах ребенку необходимо ощущение собственной успешности, так как оно облегчает трудности адаптации и способствует повышению учебной мотивации. С этой целью нами была составлена программа, включающая в себя занятия на адаптацию первоклассников в школе.

Цель программы: содействие благоприятному течению социально-психологической адаптации первоклассников к школьному обучению.

Задачи программы:

1. Создание условий для обеспечения эмоционального комфорта, чувства защищенности у первоклассников при вхождении в школьную жизнь;
2. Создание доброжелательной атмосферы в классе с целью развития у детей чувства уверенности в себе, своих возможностях;
3. Оказание помощи детям в осознании и принятии себя в роли учеников, правил школьной жизни;
4. Создание благоприятных условий для знакомства детей друг с другом и организация взаимодействия между детьми для формирования навыков учебного сотрудничества.

Программа адаптационных занятий рассчитана на 3 недели с частотой встреч 1 раз в неделю. Продолжительность занятий до 40 минут.

Формы работы: групповая работа с использованием беседы, психологических упражнений, творческих заданий.

Планируемые результаты:

1. Готовность учиться с интересом и радостью, мотивация на хорошую учебу;
2. Умение общаться друг с другом, работать в парах и группах.

Программа занятий

№	Тема занятий	Цель, задачи занятий	Время
1	«Знакомство»	<p>Знакомство детей друг с другом, - развитие навыков общения (умение рассказывать о себе, составлять портрет одноклассника, выступать у доски); - воспитание у детей умений слушать, принимать и выполнять инструкцию учителя.</p>	40 мин
2	«Варежки»	<p>Выявление и развитие умений детей устанавливать деловые отношения в совместной деятельности: - принимать цель совместной деятельности и сопроводительные указания к ней; - взаимодействовать: планировать совместно общую деятельность, договариваться о способах разделения обязанностей, соотносить свои действия, с действиями партнера; - принимать участие в сравнении цели и полученного результата.</p>	40 мин
3	«Радуга настроения»	<p>Определить настроение, самочувствие учащихся 1-х классов, создать благоприятную психологическую атмосферу посредством игры.</p>	20 мин