

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
«ГОРОДСКОЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ДЕПАРТАМЕНТА  
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ»

«РЕКОМЕНДОВАНО»

Научно-методическим советом

ГБУ ГППЦ ДОНМ

*Н.В. Введенко*

« 30 » « августа » 2023 г

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

ГБУ ГППЦ ДОНМ

*Л.Е. Олтаржевская*

« 30 » « августа » 2023 г



ПРОГРАММА

профилактической направленности психолого-педагогического  
сопровождения адаптации обучающихся  
раннего и дошкольного возраста (2-4 года), младшего школьного  
возраста (1 класс), младшего подросткового возраста (5 класс), младшего  
подросткового возраста (7-8 класс) и старшего подросткового возраста (10  
класс/обучающиеся колледжей)

Составители:

Егорова Л.В. начальник отдела ГБУ ГППЦ ДОНМ  
Безрук Е.Н., педагог-психолог ГБОУ Школа № 1150  
Голерова О.А., педагог-психолог ГБУ ГППЦ ДОНМ  
Иващенко С.А., педагог-психолог ГБПОУ "Воробьевы горы"  
Ковалева С.Ю., методист ГБУ ГППЦ ДОНМ  
Лохматова И.А., методист ГБУ ГППЦ ДОНМ  
Матюшкова Н.Ю., методист ГБУ ГППЦ ДОНМ  
Морозова Н.Е., педагог-психолог ГБОУ Школа № 878  
Орлова Н.А., методист ГБУ ГППЦ ДОНМ  
Сюбаева Е.В., педагог-психолог ГБОУ Школа № 2114  
Фахрутдинова Н.Б., педагог-психолог ГБОУ Школа № 49  
Чупракова М.В., методист ГБУ ГППЦ ДОНМ  
Щепленникова Е.М., педагог-психолог ГБОУ Школа №  
1539

Утверждено научно-методическим советом ГБУ  
ГППЦ ДОНМ

Протокол № 1 от 30.08.2023

Москва, 2023

## Пояснительная записка

Программа профилактической направленности психолого-педагогического сопровождения адаптации обучающихся (далее - Программа) направлена на создание психолого-педагогических условий для успешной адаптации обучающихся при поступлении в образовательную организацию, переходе на новый уровень образования, а также при существенных изменениях условий обучения (в 7–8 классах), способствует позитивной социализации обучающихся и предупреждению дезадаптации.

Под психолого-педагогическими условиями, обеспечивающими успешную адаптацию, понимается комплекс мероприятий психолого-педагогического сопровождения, предполагающий работу со всеми участниками образовательного процесса (обучающимися, педагогами, родителями/законными представителями), способствующий профилактике дезадаптации ребёнка в период освоения новых норм и правил, новой социальной роли и т. д.

Актуальность Программы заключается в том, что в процессе её реализации создаются условия для успешной адаптации к новым условиям обучения детей, что способствует:

- повышению уровня психологического комфорта обучающихся;
- формированию позитивной социализации каждого ребёнка в соответствии с его возрастными потребностями и индивидуальными особенностями;
- раннему выявлению и оказанию помощи обучающимся, испытывающим трудности в адаптационный период;
- профилактике негативных проявлений среди обучающихся.

Программа состоит из 5 частей. Каждая часть Программы направлена на сопровождение процесса адаптации обучающихся с учётом их возрастных особенностей:

Часть 1. Ранний и дошкольный возраст (2-4 года).

Часть 2. Младший школьный возраст (1 класс).

Часть 3. Младший подростковый возраст (5 класс).

Часть 4. Младший подростковый возраст (7-8 класс).

Часть 5. Старший подростковый возраст (10 класс/обучающиеся колледжей).

**Новизна программы** заключается в комплексном подходе к обеспечению сопровождения процесса адаптации обучающихся, организации работы со всеми субъектами образовательного процесса (обучающимися, родителями (законными представителями), педагогами (в том числе специалистами службы психолого-педагогического сопровождения образовательной организации)).

#### **Нормативно-правовые основы программы**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
- Федеральный закон от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных».
- Федеральный закон от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- Приказ Минпросвещения РФ от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».

- Приказ Минпросвещения РФ от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
- Приказ Минпросвещения РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 16.11.2022 № 992 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 16.11.2022 № 993 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23.11.2022 № 1014 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования».
- Приказ Департамента образования и науки города Москвы от 15.08.2022 № 666 «Об утверждении Стандарта деятельности психолого-педагогических служб в системе образования города Москвы».
- Приказ Департамента образования и науки города Москвы от 12.11.2021 №682 «Об утверждении стандарта деятельности государственных образовательных организаций, подведомственных Департаменту образования и науки города Москвы, по созданию специальных условий для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья».

### **Научные, методологические и методические основания Программы**

Программа разработана на основании следующих концептуальных подходов.

- Деятельностный подход (Л. А. Венгер, В. В. Давыдов, А. В. Запорожец, А. Н. Леонтьев, Н. Н. Поддьяков, Д. Б. Эльконин и др.).
- Личностный подход (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, А. В. Запорожец, А. Н. Леонтьев, В. А. Петровский, Д. Б. Эльконин и др.).

Конспекты занятий составлены с использованием следующих авторских программ и ресурсов.

- Роньжина А.С. «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению».
- Кривцова С.В, Рязанова Л.В., Еронова О.И., Пояркова Е.А. Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками.
- Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе.
- Эксакусто Т.В. Групповая психокоррекция: тренинги и ролевые игры, упражнения для личностного и профессионального развития.
- Онлайн-сервис конструктор рабочих программ для педагогов-психологов (<https://krp.gppc.ru/>).

### **Цель программы**

Создание психолого-педагогических условий для успешной адаптации обучающихся при поступлении в образовательную организацию, переходе на новый уровень образования.

### **Задачи программы**

#### **Часть 1. Ранний и дошкольный возраст (2–4 года)**

##### **Для обучающихся:**

- создать условия для формирования у детей раннего и дошкольного возраста положительных взаимоотношений с педагогами и сверстниками;
- создать условия для формирования у обучающихся положительного отношения к условиям пребывания в дошкольном учреждении;
- создать условия для освоения и следования нормам/правилам поведения в дошкольном учреждении.

##### **Для педагогов:**

- создать условия для обогащения знаний педагогов о возрастных особенностях обучающихся раннего и дошкольного возраста, специфике их адаптации к условиям пребывания в дошкольном учреждении;
- создать условия для повышения педагогической компетентности по вопросам оказания помощи обучающимся в период адаптации;
- ознакомить педагогов с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

#### **Для родителей (законных представителей):**

- создать условия для обогащения знаний родителей (законных представителей) о возрастных особенностях детей раннего и дошкольного возраста; особенностях адаптации детей к дошкольному учреждению;
- создать условия для повышения родительской компетентности по вопросам оказания помощи своим детям в период адаптации;
- ознакомить родителей (законных представителей) с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

### **Часть 2. Младший школьный возраст (1 класс)**

#### **Для обучающихся:**

- создать условия для формирования у обучающихся младшего школьного возраста навыков эффективного взаимодействия с педагогами и сверстниками;
- создать условия для формирования у детей положительного отношения к школе, к процессу обучения;
- создать условия для освоения и следования нормам/правилам поведения в образовательной организации.

#### **Для педагогов:**

- создать условия для расширения знаний педагогов о возрастных особенностях обучающихся младшего школьного возраста, особенностях их адаптации к школе;

- создать условия для повышения педагогической компетентности по вопросам оказания помощи обучающимся в период адаптации;
- ознакомить педагогов с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

#### **Для родителей (законных представителей):**

- создать условия для расширения знаний родителей (законных представителей) о возрастных особенностях детей младшего школьного возраста; об особенностях адаптации первоклассников к школе;
- создать условия для повышения родительской компетентности по вопросам оказания помощи своим детям в период адаптации;
- ознакомить родителей (законных представителей) с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

### **Часть 3. Младший подростковый возраст (5 класс)**

#### **Для обучающихся:**

- создать условия для развития у обучающихся младшего подросткового возраста навыков эффективного взаимодействия с педагогами и сверстниками;
- создать условия для расширения представлений обучающихся об особенностях обучения на уровне среднего общего образования;
- создать условия для формирования у детей положительного отношения к школе, к процессу обучения;
- создать условия для формирования благоприятного психологического климата в классе;
- ознакомить обучающихся с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

#### **Для педагогов:**

- создать условия для расширения знаний педагогов о возрастных особенностях обучающихся младшего подросткового возраста, особенностях их адаптации при переходе на новый уровень образования;

- создать условия для повышения педагогической компетентности по вопросам оказания помощи обучающимся в период адаптации;
- ознакомить педагогов с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

**Для родителей (законных представителей):**

- создать условия для расширения знаний родителей (законных представителей) о возрастных особенностях детей младшего подросткового возраста; об особенностях адаптации пятиклассников к школе;
- создать условия для повышения родительской компетентности по вопросам оказания помощи своим детям в период адаптации;
- ознакомить родителей (законных представителей) с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

**Часть 4. Младший подростковый возраст (7–8 класс)**

**Для обучающихся:**

- создать условия для формирования и развития благоприятного психологического климата в коллективе класса;
- создать условия для развития навыков эффективного взаимодействия обучающихся в коллективе сверстников;
- ознакомить обучающихся с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

**Для педагогов:**

- создать условия для расширения знаний педагогов о возрастных особенностях обучающихся подросткового возраста, особенностях их адаптации при переходе в 7–8 класс;
- создать условия для повышения педагогической компетентности по вопросам оказания помощи обучающимся в период адаптации;
- ознакомить педагогов с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

**Для родителей (законных представителей):**



- создать условия для расширения знаний родителей (законных представителей) о возрастных особенностях детей младшего подросткового возраста; об особенностях адаптации обучающихся при переходе в 7–8 класс;
- создать условия для повышения родительской компетентности по вопросам оказания помощи своим детям в период адаптации;
- ознакомить родителей (законных представителей) с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

### **Часть 5. Старший подростковый возраст (10 класс/обучающиеся колледжей)**

#### **Для обучающихся:**

- создать условия для формирования и развития благоприятного психологического климата в коллективе обучающихся;
- создать условия для развития навыков эффективного взаимодействия у обучающихся в коллективе сверстников;
- ознакомить обучающихся с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

#### **Для педагогов:**

- создать условия для расширения знаний педагогов о возрастных особенностях обучающихся старшего подросткового возраста, особенностях их адаптации при переходе на новый уровень образования/к колледжу;
- создать условия для повышения педагогической компетентности по вопросам оказания помощи обучающимся в период адаптации;
- ознакомить педагогов с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

#### **Для родителей (законных представителей):**

- создать условия для расширения знаний родителей (законных представителей) о возрастных особенностях детей старшего подросткового возраста; об особенностях адаптации обучающихся при переходе в 10 класс или колледж;

- создать условия для повышения родительской компетентности по вопросам оказания помощи своим детям в период адаптации;
- ознакомить родителей (законных представителей) с ресурсами психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

### **Адресат программы**

Обучающиеся образовательных организаций, родители обучающихся (законные представители), педагоги.

### **Продолжительность и форма реализации программы**

**Сроки реализации программы:** 4–8 недель.

Программу рекомендовано реализовывать с 2–4 недели сентября.

**Форма обучения:** групповая (20–30 человек).

**Режим занятий:** 1–2 занятия в неделю с обучающимися, 1 занятие с родителями (законными представителями), 1 занятие с педагогами.

**Продолжительность занятий:** всего - 9 академических часов (для обучающихся – 7 занятий (продолжительность в соответствии с требованиями действующих СанПиН: *ранний и дошкольный возраст (2 – 4 года) - 10-15 минут; младший школьный возраст (1 класс) - 35 минут; младший подростковый возраст (5 класс) – 40-45 минут; младший подростковый возраст (7-8 класс) - 40-45 минут; старший подростковый возраст (10 класс/обучающиеся колледжей) - 40-45 минут.*); для родителей (законных представителей) и педагогов – по 1 занятию – 60 мин.

### **Планируемые результаты**

#### **Часть 1. Ранний и дошкольный возраст (2-4 года)**

**Для обучающихся:**

- созданы условия для формирования положительных взаимоотношений с педагогами и сверстниками;
- созданы условия для формирования у обучающихся положительного отношения к условиям пребывания в дошкольном учреждении;

- созданы условия для усвоения и следования нормам/правилам поведения в дошкольном учреждении.

**Для педагогов:**

- созданы условия для расширения представлений педагогов о возрастных особенностях обучающихся раннего и дошкольного возраста, особенностях адаптации к условиям пребывания в дошкольном учреждении, о способах педагогической поддержки в период адаптации в дошкольной группе;
- педагоги владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

**Для родителей (законных представителей):**

- созданы условия для повышения родительской компетентности по вопросам возрастных особенностей обучающихся раннего и дошкольного возраста, особенностях их адаптации к условиям пребывания в дошкольном учреждении; способах поддержки в период адаптации;
- родители (законные представители) владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

**Часть 2. Младший школьный возраст (1 класс)**

**Для обучающихся:**

- созданы условия для формирования у обучающихся младшего школьного возраста навыков эффективного взаимодействия с педагогами и сверстниками в новом коллективе;
- созданы условия для формирования у детей положительного отношения к школе, к процессу обучения;
- созданы условия для усвоения и следования нормам/правилам поведения в образовательной организации.

**Для педагогов:**

- созданы условия для расширения представлений педагогов о возрастных особенностях обучающихся младшего школьного возраста, особенностях

адаптации к условиям обучения в 1 классе, о способах педагогической поддержки ребенка в период адаптации;

- педагоги владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

**Для родителей (законных представителей):**

- созданы условия для повышения родительской компетентности по вопросам возрастных особенностей обучающихся младшего школьного возраста, особенностях их адаптации к условиям обучения в 1 классе, способах поддержки в период адаптации;
- родители (законные представители) владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

**Часть 3. Младший подростковый возраст (5 класс)**

**Для обучающихся:**

- созданы условия для развития у обучающихся младшего подросткового возраста навыков эффективного взаимодействия с педагогами и сверстниками;
- созданы условия для расширения представлений обучающихся об особенностях обучения на уровне среднего общего образования;
- созданы условия для формирования у детей положительного отношения к школе, к процессу обучения;
- обучающиеся владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

**Для педагогов:**

- созданы условия для расширения представлений педагогов о возрастных особенностях обучающихся младшего подросткового возраста, особенностях адаптации к условиям обучения в 5 классе, о способах педагогической поддержки ребенка в период адаптации;
- педагоги владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

#### **Для родителей (законных представителей):**

- созданы условия для повышения родительской компетентности по вопросам возрастных особенностей обучающихся младшего подросткового возраста, особенностях их адаптации к условиям обучения на новом уровне образования; способах поддержки в период адаптации;
- родители (законные представители) владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

#### **Часть 4. Младший подростковый возраст (7-8 класс)**

##### **Для обучающихся:**

- созданы условия для формирования и развития благоприятного психологического климата в коллективе класса;
- созданы условия для развития навыков эффективного взаимодействия обучающихся в коллективе сверстников;
- обучающиеся владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

##### **Для педагогов:**

- созданы условия для расширения представлений педагогов о возрастных особенностях обучающихся младшего подросткового возраста, особенностях адаптации к условиям обучения в 7-8 классах, о способах педагогической поддержки ребенка в период адаптации;
- педагоги владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

##### **Для родителей (законных представителей):**

- созданы условия для повышения родительской компетентности по вопросам возрастных особенностей обучающихся младшего подросткового возраста (7-8 класс), особенностях их адаптации к новым условиям обучения; способах поддержки в период адаптации;

- родители (законные представители) владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

### **Часть 5. Старший подростковый возраст (10 класс/обучающиеся колледжей)**

#### **Для обучающихся:**

- созданы условия для формирования и развития благоприятного психологического климата в коллективе класса;
- созданы условия для развития навыков эффективного взаимодействия у обучающихся в коллективе сверстников;
- обучающиеся владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

#### **Для педагогов:**

- созданы условия для расширения представлений педагогов о возрастных особенностях обучающихся старшего подросткового возраста, особенностях адаптации к условиям обучения в 10 классе или колледже, о способах поддержки ребенка в период адаптации;
- педагоги владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

#### **Для родителей (законных представителей):**

- созданы условия для повышения родительской компетентности по вопросам возрастных особенностей обучающихся старшего подросткового возраста, особенностях их адаптации к новым условиям обучения в 10 классе или на 1-ом курсе колледжа; способах поддержки ребенка в период адаптации;
- родители (законные представители) владеют информацией о ресурсах психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

### **Контроль результативности Программы**

#### **Часть 1. Ранний и дошкольный возраст (2-4 года)**

С первого дня проведения занятий с обучающимися раннего и дошкольного возраста проводится включенное наблюдение за особенностями поведения детей. Педагогом группы (воспитателем) и педагогом-психологом заполняется лист наблюдения в период адаптации с ежедневной фиксацией данных (Приложение 1.2).

По итогам наблюдений педагог-психолог анализирует уровень адаптации обучающихся группы на основании данных листа наблюдения (Приложение 1.2), составляет рекомендации для педагогов и родителей (законных представителей) по дальнейшему сопровождению обучающихся.

### **Часть 2. Младший школьный возраст (1 класс)**

На первом и на последнем занятиях профилактической Программы проводится входная и повторная диагностика уровня школьной мотивации обучающихся (Анкета Н. Г. Лускановой, Приложение 2.3).

Педагог-психолог на основании полученных данных анкеты Н. Г. Лускановой (Приложение 2.3) и анкеты для родителей (Приложение 2.10) анализирует уровень адаптации обучающихся и составляет рекомендации по дальнейшему сопровождению обучающихся младшего школьного возраста.

### **Часть 3. Младший подростковый возраст (5 класс)**

На первом и на последнем занятиях профилактической Программы проводится входная и повторная диагностика с использованием методик:

- опросник школьной тревожности Филлипса (Приложение 3.1);
- методика «Социометрия» (модификация методики Дж. Морено)

(Приложение 3.2).

Педагог-психолог на основании данных из опросника школьной тревожности Филлипса (Приложение 3.1), методики «Социометрия» (модификация методики Дж. Морено) (Приложение 3.2) составляет рекомендации по дальнейшему сопровождению обучающихся младшего подросткового возраста.

### **Часть 4. Младший подростковый возраст (7–8 класс)**

На первом и на последнем занятиях профилактической Программы проводится входная и повторная диагностика с использованием методики «Социометрия» (модификация методики Дж. Морено) (Приложение 4.1).

Педагог-психолог на основании данных из социометрической методики (модификация методики Дж. Морено) (Приложение 4.1) составляет рекомендации по дальнейшему сопровождению обучающихся младшего подросткового возраста.

### **Часть 5. Старший подростковый возраст (10 класс/обучающиеся колледжей)**

На первом и на последнем занятиях профилактической Программы проводится входная и повторная диагностика с использованием методики «Социометрия» (модификация методики Дж. Морено) (Приложение 5.1).

Педагог-психолог на основании данных из социометрической методики (модификация методики Дж. Морено) (Приложение 5.1) составляет рекомендации по дальнейшему сопровождению обучающихся старшего подросткового возраста с нарушениями процесса адаптации.

## **Учебно-тематическое планирование**

### **Часть 1. Ранний и дошкольный возраст (2-4 года)**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Рекомендованное количество занятий</b>
<b>Для обучающихся</b>		
1.	Давайте познакомимся	1
2.	Дружное путешествие	1
3.	В гостях у зайчика	1
4.	В гостях у медвежонка Мишки	1
5.	В гостях у ёжика Колючки	1
6.	В гостях у котёнка Пушистика	1
7.	Праздник друзей	1
<i>С первого дня проведения занятий с обучающимися проводится включенное наблюдение и заполняется лист наблюдения на каждый день (Приложение 1.2)</i>		
<b>Для педагогов</b>		
8.	Адаптация детей 2-4 лет. Рекомендации педагогам	1
<b>Для родителей (законных представителей)</b>		



9.	Адаптация детей 2-4 лет. Рекомендации родителям	1
----	---	---

**Часть 2. Младший школьный возраст (1 класс)**

№	Тема	Рекомендованное количество занятий
<b>Для обучающихся</b>		
1.	Я и мой класс	1
2.	Хочу в школу Входная диагностика	1
3.	Наша школа	1
4.	Школьные правила	3
5.	Наш класс Повторная диагностика	1
<b>Для педагогов</b>		
6.	Адаптация детей в 1 классе. Рекомендации педагогам	1
<b>Для родителей (законных представителей)</b>		
7.	Адаптация детей в 1 классе. Рекомендации родителям	1

**Часть 3. Младший подростковый возраст (5 класс)**

№ п/п	Тема занятий	Рекомендованное количество занятий
<b>Для обучающихся</b>		
1.	Знакомство	1
2.	Первый раз в пятый класс	1
3.	Я и мои одноклассники	1
4.	Круг общения	1
5.	Как я могу помочь	1
6.	Что поможет мне учиться?	1
7.	Итоговое занятие	1
<b>Для педагогов</b>		
8.	Адаптация детей в 5 классе. Рекомендации педагогам	1
<b>Для родителей (законных представителей)</b>		
9.	Адаптация детей в 5 классе. Рекомендации родителям	1

**Часть 4. Младший подростковый возраст (7-8 класс)**

№ п/п	Тема занятий	Рекомендованное количество занятий
<b>Для обучающихся</b>		
1.	Давайте познакомимся	1
2.	Мы все такие разные, но мы вместе	2
3.	Эффективное общение	2
4.	Командообразование	1

5.	Мы одна команда!	1
<b>Для педагогов</b>		
6.	Адаптация подростков в 7-8 классе. Рекомендации педагогам	1
<b>Для родителей (законных представителей)</b>		
7.	Адаптация подростков в 7-8 классе. Рекомендации родителям	1

**Часть 5. Старший подростковый возраст (10 класс)/обучающиеся колледжей)**

№ п/п	Тема занятий	Рекомендованное количество занятий
<b>Для обучающихся</b>		
1.	Знакомство. Правила.	1
2.	Эффективное общение	3
3.	Мы - команда	3
<b>Для педагогов</b>		
4.	Адаптация подростков в 10 классе/колледже. Рекомендации педагогам	1
<b>Для родителей (законных представителей)</b>		
5.	Адаптация подростков в 10 классе/колледже. Рекомендации родителям	1

### Условия реализации программы

#### Организационно-педагогические условия реализации Программы

До начала реализации специалисту необходимо детально изучить содержание Программы. При подготовке и проведении занятий рекомендовано использовать материалы, содержащиеся в приложениях к Программе: конспекты занятий и встреч, презентации, демонстрационные и раздаточные материалы, диагностический инструментарий.

#### Материально-технические условия реализации Программы

Для реализации Программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- отдельный кабинет/помещение, соответствующее требованиям СанПиН. Для обучающихся раннего и дошкольного возраста мягкое покрытие (например, ковёр);
- столы и стулья – по количеству участников группы (мебель должна соответствовать росту обучающихся);
- компьютер/ноутбук;

- принтер;
- демонстрационные и раздаточные материалы из Приложений Программы;
- звуковоспроизводящее устройство для воспроизведения музыкальных произведений для обучающихся раннего и дошкольного возраста;
- флипчарт/доска;
- канцелярские принадлежности (фломастеры, карандаши, маркеры, бумага формата А-4 и т. д.).

### **Кадровое обеспечение**

Программу реализует педагог-психолог, имеющий высшее образование по специальности или направлению подготовки «Психолого-педагогическое образование», «Педагогика и психология». Специалист должен знать возрастные и психологические особенности обучающихся в зависимости от той части Программы, которую он будет реализовывать, а также требования действующих СанПиН. Для успешной реализации Программы специалист должен владеть:

- навыками организации групповой работы с обучающимися данной возрастной группы (в т. ч. с детьми с ограниченными возможностями здоровья), с родителями (законными представителями) обучающихся и педагогами;
- приёмами мотивирования обучающихся к деятельности;
- приёмами стимулирующей, организующей и обучающей помощи.

### **Рекомендации по реализации Программы**

#### **Для обучающихся**

Перед началом каждого занятия с обучающимися специалисту необходимо подготовить все демонстрационные и/или раздаточные материалы, помещение и т.п.

К каждому занятию разработаны конспекты, демонстрационные и/или раздаточные материалы, представленные в приложениях к Программе.

- Часть 1. Ранний и дошкольный возраст (2 – 4 года) – Приложение 1.
- Часть 2. Младший школьный возраст (1 класс) – Приложение 2.
- Часть 3. Младший подростковый возраст (5 класс) – Приложение 3.
- Часть 4. Младший подростковый возраст (7-8 класс) – Приложение 4.
- Часть 5. Старший подростковый возраст (10 класс/обучающиеся колледжей) – Приложение 5.

### **Для педагогов**

Работу с педагогами рекомендуется организовывать в формате очных профессиональных встреч в начале учебного года. Презентации и конспекты профессиональных встреч представлены в Приложениях 1-5.

В ходе профессиональной встречи педагоги:

- ознакомятся с возрастными особенностями обучающихся;
- ознакомятся с особенностями их адаптации при переходе на новый уровень образования и к новым условиям;
- получают рекомендации по созданию условий успешной адаптации обучающихся;
- ознакомятся с ресурсами получения психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

### **Для родителей (законных представителей)**

Работу с родителями (законными представителями) рекомендуется организовывать в формате очных встреч в начале учебного года. Презентации и конспекты встреч представлены в Приложениях 1-5.

В ходе встречи родители (законные представители):

- ознакомятся с возрастными особенностями обучающихся;
- ознакомятся с особенностями их адаптации при переходе на новый уровень образования и к новым условиям;
- получают рекомендации по созданию условий успешной адаптации обучающихся;
- ознакомятся с ресурсами получения психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и города.

## Список литературы

1. **Артюхова, И.С.** В первом классе - без проблем / И.С. Артюхова. - Москва: Изд-во Чистые пруды, 2008. – 32 с. – ISBN 978-5-9667-0478-0
2. **Битянова, М.В.** Организация психологической работы в школе / М.В. Битянова. – Москва: Изд-во Генезис, 2000. – 298с. (Практическая психология в образовании) — ISBN 5-85297-014-X.
3. **Бондаренко, Е.А.** Развивающие игры для детей от года до трех лет. / Е.А. Бондаренко. – Москва: Изд-во «АСТ», 2005. – 160 с.: ил. - (Здоровый ребенок). – ISBN 5-17-016636-2.
4. **Выготский, Л.С.** Психология развития. Избранные работы / под ред. Л.С. Выготского. – Москва: Юрайт, 2021. – 281 с. – ISBN 978-5-534-07290-7.
5. **Галанов, А.С.** Психическое и физическое развитие ребенка от 1 года до 3 лет / А.С. Галанов. – Москва: Изд-во Аркти, 2006. – 64 с. – (Развитие и воспитание). – ISBN 5-89415-090-6.
6. **Григорьева, Т.Г.** Основы конструктивного общения: Методическое пособие для педагогов-психологов / Т.Г. Григорьева, Л.В. Линская, Усольцева Т.П. – 2-е изд.; испр. и доп. – Изд-во Новосибирск, 1999. – 170 с. – (Серия: Психология в школе). – ISBN 5-7615-0457-X
7. **Диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет: методическое пособие для практических психологов** / Е.О. Смирнова, Л.Н. Галигузова, Т.В. Ермолова, С.Ю. Мещерякова. 2-е изд. испр. и доп. – СПб.: «Детство-пресс», 2005.- 144 с. – ISBN 5-89814-301-7.
8. **Дубровина, И.В.** Практическая психология образования. / Учебное пособие 4-е изд./ под ред. И.В. Дубровиной - СПб. : Изд-во Питер, 2006. - 592 с. - ISBN 5-94723-870-5.
9. **Елецкая, О.В.** День за днем говорим и растем / О.В. Елецкая, Е.Д. Вареница - Москва: Изд-во «Сфера», 2005. – 21 см. - (Ранний возраст).; ISBN 5-89144-532-8.
10. **Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками (5–6 классы)** / С. В. Кривцова, Д. В. Рязанова, О. И. Еронова, Е.

А. Пояркова. - 2-е изд. (эл.). – Москва: Изд-во Генезис, 2018. - 338 с. – ISBN 978-5-98563-262-0.

11. **Инновационная программа дошкольного образования. от рождения до школы.** / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорوفеевой. — 5-е изд. (инновационное), испр. и доп. – Москва: / Изд-во Мозаика-синтез, 2019. - 336 с. - ISBN 978-54315-1576-7.

12. **Коблик, Е.Г.** Первый раз в пятый класс!: программа адаптации детей к средней школе / Е.Г. Коблик. – 2-е изд., – Москва: Изд-во Генезис, 2007. – 122 с., – (Психологическая работа с детьми). – ISBN 5-98563-096-X.

13. **Мухина, В.С.** Детская психология: Учеб. для студентов пед. ин-тов / В.С. Мухина. - 2. изд. - Москва: Апрель пресс: ЭКСМО-Пресс, 1999. - 352 с. - (Мир психологии). - ISBN 5-04-003884-4.

14. **Особенности психологического развития детей 6-7-летнего возраста**/Под ред. Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера; Науч.-исслед. ин-т. общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. — М.: Педагогика, 1988. - 136 с.: ил. - (Педагогическая наука — реформе школы); ISBN 5-7155-0042-7.

15. **Павлова, Л.Н.** Развивающие игры - занятия с детьми от рождения до трех лет / Москва: Изд-во «Мозаика-синтез», 2003. - ISBN 5867750973.

16. **Петрусинский, В.В.** Игры – обучение, тренинги, досуг/под ред. Петрусинского В.В. – Москва, Новая школа, 1994. – 363 с. –ISBN 5-7301-0038-8.

17. **Пилипко, Н.В.** Здравствуй, школа! Адаптационные занятия с первоклассниками: Практическая психология учителю/ Л.Н. Пилипко, Т.В. Громова, М.Ю. Чибисовой. - УЦ Перспектива, 2002. - 64 с. – ISBN 5774401103.

18. **Прутченков, А.С.** Свет мой, зеркальце, скажи...: Метод. разработ. соц. – психол. тренингов / А.С. Прутченков. – Москва: Изд-во Новая шк., 1996. – 143 с.; 22 см.; ISBN 5-7301-0185-6.

19. **Роньжина, А.С.** Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению; под ред. А.С. Роньжиной. — Москва: Национальный книжный центр, 2013. — 65 с. — ISBN 978-5-4441-0012-7.
20. **Смирнова, Е.О.** Первые шаги. Программа воспитания и развития детей раннего возраста. 1-3 года / Е. О. Смирнова, Л. Н. Галигузова, С. Ю. Мещерякова. — Москва: Изд-во Мозаика-Синтез, 2007. — 149 с. — ISBN 978-5-86775-538-6.
21. **Тимофеичева, И.В.** Ладушки. Развивающие игры-занятия для детей раннего возраста / И.В. Тимофеичева, О.Е. Оськина. — Москва: Учитель, 2018. — 96 с. — ISBN 978-5-98594-264-4.
22. **Фопель, К.В.** Как научить детей сотрудничать?: психологические игры и упражнения: ч. 1–4 / Клаус Фопель; [пер. с нем. Д. Дмитриева, О. Ковалевской, Е. Патяевой]. — Москва : Изд-во Генезис, 2006. — 542 с. — ISBN 5-98563-075-7.
23. **Хилько, М.Е.** Возрастная психология: учебное пособие для вузов / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. — 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: Юрайт, 2023. — 201 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00141-9.
24. **Хухлаева, О.В.** Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4). - 10-е изд. - Москва: Изд-во Генезис, 2018. - 312 с. - ISBN 987-5-98563-123-4.
25. **Хухлаева, О.В.** Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (5-6 класс) - Изд-во Генезис, 2011. - 312 с. - ISBN 978-5-98563-139-5.
26. **Шипициной, Л.М.** Комплексное сопровождение детей дошкольного возраста /под ред. Шипициной Л.М.- Спб.: Изд-во Речь, 2005, 240 с. ISBN 5-9268-0172-9.
27. **Эксакусто, Т.В.** Групповая психокоррекция: тренинги и ролевые игры, упражнения для личностного и профессионального развития / Эксакусто, Т.В. - 2-е изд. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2016. — 254 с. — (Психологический практикум). —ISBN 978-5-222-27383-8.

**Электронные источники:**

28. Онлайн-сервис конструктор рабочих программ для педагогов-психологов (<https://krp.gppc.ru/>).