

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города Новосибирска
«Средняя общеобразовательная школа № 218»

«Рассмотрено»

на заседании МО ППС

Руководитель МО

 К. И. Палкина

Протокол МО

№ 1 от « 26 » августа 2026 г.



«Утверждено»

Директор МАОУ СОШ № 218

А.А. Семернинов

Приказ от «27» августа 2026 г.

№ 133/10-02

ПРОГРАММА
по психологическому сопровождению вновь прибывших детей в период
адаптации в классе, в школе
«Я - и новая школа!»
4-5 класс

Составитель / Разработчик: педагог-психолог

Крылова Н.К.

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол от «27» августа 2026 г. № 1

Новосибирск, 2026

Пояснительная записка

Среди актуальных аспектов современной проблемы взаимодействия личности и социума одним из наиболее значимых является вопрос своевременного формирования у человека, особенно ребенка, адаптивных способностей. О сложности и витальной значимости периода, связанного с адаптацией ребенка в школе, говорит особое внимание, обращаемое на него отечественными психологами и педагогами в научной литературе. Именно в первые месяцы школьной жизни начинает формироваться та система отношения ребенка к самому себе, те устойчивые формы взаимоотношений со сверстниками и взрослыми и базовые учебные установки, которые в существенной мере определяют в дальнейшем социальную эффективность стиля общения, возможности личностной самореализации в школьной среде. Переход ребенка в новую школу - это сильный эмоциональный стресс. Переход в новую школу неизбежно будет сопряжен с рядом проблем. Ребенка, пришедшего впервые в новую школу, встретит незнакомый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, которые могут отличаться от его прежней школы, новые обязанности, связанные с учебной работой. У ребенка сразу возникает множество вопросов: "Как меня примут?", "Понравятся ли мне учителя?", "Как подружиться с ребятами?". Ребенок первое время будет сравнивать старую школу с новой, старые требования с новыми. А если в старой школе остались друзья - то переход вдвойне тяжелее. Поэтому от взрослых, родителей, учителей, школьного психолога и социального педагога потребуется помощь в адаптации и создание благоприятных условий

для общения и обучения ребенка в новой школе.

Причины перехода могут быть разные: это переезд, неудовлетворённость качеством образования, конфликт в старой школе, необходимость получения профильного образования. Но необходимо понимать, что смена школы - серьёзный стресс для ребёнка. Поскольку, покидая старую школу, он оставляет уже сложившийся коллектив, своих друзей, знакомых учителей с определённой системой требований уже знакомой и привычной ребёнку. Попадая в новый, уже сложившийся коллектив, со своими лидерами и аутсайдерами, школьник вынужден заново выстраивать отношения с одноклассниками. То же и с учителями: в процессе обучения учителя и ученики взаимно привыкают друг к другу, каждый учитель уже знает, чего можно ожидать от конкретного ученика, знает его способности и возможности. Это придаёт детям уверенности и спокойствия. Смена же учителя, или учителей ставит школьника в положение экзамена, когда он не зная требований должен соответствовать их уровню. Что, конечно, повышает тревожность ребёнка, может вызывать страх или протест. Ситуация новизны всегда является для человека в той или иной степени тревожной. Ребёнок же переживает в этих условиях эмоциональный дискомфорт из-за неопределённости представлений о требованиях учителей, условиях и особенностях обучения в новой школе, о ценностях и нормах поведения в коллективе нового класса. Такое состояние

может сопровождаться внутренней напряжённостью, что затрудняет принятие интеллектуальных и личностных решений, может сопровождаться снижением успеваемости, быстрой утомляемостью и раздражительностью. Все перечисленные признаки характерны для ребёнка находящегося в процессе адаптации к новым условиям, в норме это может длиться от 2 недель до 2 месяцев. Всё это необходимо учитывать родителям школьника, так как только их эмоциональное участие и внимательное отношение к ребёнку в этот сложный период позволит сделать процесс адаптации к новым условиям обучения менее болезненным.

Безусловно, переход в новое учебное заведение и последующий за ним процесс социально-психологической адаптации - серьёзное испытание для ребёнка любого возраста. Но ситуации, требующие приспособления личности к новым условиям, сопровождают каждого человека всю его жизнь. Это - поступление в детский сад, переход из детского дошкольного учреждения в школу, из младшей школы в среднюю, из 9-го класса в 10-ый, от школьной системы обучения к вузовской. Все эти этапы требуют от личности определённых усилий, но, в конечном итоге, позволяют перейти на новый уровень развития, поскольку в результате прохождения данных сложных жизненных этапов ребёнок получает опыт конструктивного решения проблем. Происходит формирование новых способов поведения, позволяющих справляться с трудностями, выработка новых навыков, привычек, качеств, развивается мышление, воля, коммуникативные способности. Всё это ведёт к развитию адаптационного потенциала личности, что будет благотворно влиять на дальнейшую адаптацию в профессии, приспособлении к трудовому коллективу, к особенностям и условиям взрослой жизни.

Однако не стоит оставлять ребенка справляться со стрессом в одиночку. Одна из задач педагогической практики - способствовать гармоничному развитию учащегося, и поэтому стоит помочь ребенку адаптироваться к новым условиям

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: сокращение периода адаптации учащихся, их скорейшего включения в выполнение намеченных программ и планов, создание максимально благоприятных условий для самореализации личности детей.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- ☐ формировать учебную мотивацию у детей; обеспечить усвоение правил
- ☐ школы;
- ☐ способствовать снижению тревожности у детей в период адаптации в школе.

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ в среднем составляет 1–2 месяца и зависит от темпа и сложности протекания адаптационного процесса у ребенка.

В случае усложненной адаптации и дезадаптации сроки реализации программы могут увеличиваться до 4 и более месяцев.

В зависимости от сроков завершения адаптации выделяют 4 уровня адаптации:

1. Легкая адаптация – до 10 дней;
2. Средняя адаптация – до 25 дней;
3. Усложненная адаптация – до 45 дней;
4. Дезадаптация – более 45 дней.

ФОРМЫ РАБОТЫ:

1. Индивидуальные беседы с детьми.
2. Диагностика. (Анкетирование, тестирование)
3. Индивидуальные консультации для педагогов и родителей
4. Групповая и индивидуальная психокоррекционная работа с детьми, имеющими трудности в период адаптации
5. Социально – психологический практикум для педагогов.

КРИТЕРИИ УСПЕШНОЙ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

- ☐ Осознанное принятие и выполнение норм коллективной жизни;
- ☐ Адекватное отношение к педагогическим воздействиям;
- ☐ Гармонизация взаимоотношений: «взрослый – ребёнок», «ребёнок – ребёнок»
- ☐ Активное участие в жизни школьного коллектива;
- ☐ Удовлетворенность своим социальным статусом и отношениями.

**План деятельности по психолого-педагогическому сопровождению
периода адаптации вновь прибывших обучающихся в МОАУ СОШ
№ 218 г. Новосибирска**

№ п/п	Мероприятие	Ответственный	Сроки
1. Действия администрации ОУ			
1.1	Собеседование с родителями (законными представителями) обучающегося с целью выяснения ожидания родителей в связи с обучением их ребенка в новой школе, информирование родителей об особенностях деятельности школы, выработка единых требований к ребенку. Изучение нормативных документов	Директор	В день обращения о зачислении
1.2	Собеседование с родителями (законными представителями) обучающегося: - режимные моменты; - основные требования.	Заместитель директора по УВР	В день обращения о зачислении
2. Действия классного руководителя			
2.1	Изучение документации вновь прибывшего обучающегося с целью обеспечения преемственности обучения, прогнозирования возможных трудностей	Классный руководитель	В день зачисления обучающегося в основной контингент ОУ
2.2	Знакомство вновь прибывшего ученика с правилами поведения и режимом работы новой школы. Формирование представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в классном коллективе.	Классный руководитель	В день зачисления обучающегося в основной контингент ОУ
2.3.	Работа с классом по принятию новичка в коллектив (организация совместной деятельности ради достижения групповых целей через стимулирование между обучающимися отношений сотрудничества, взаимопомощи, взаимовыручки).	Классный руководитель	1 неделя
3. Действия педагога- психолога			

3.1.	Осуществление наблюдения за протеканием процесса адаптации обучающегося по разработанным совместно с психологом критериям (основным показателям эффективности адаптации обучающихся в коллективе): комфортность, тревожность, коммуникабельность, толерантность, эмпатия, рефлексия, объем	Педагог- психолог	1-3 неделя
	контактности, положение в коллективе, наличие общих с коллективом интересов и целей, усвоение и выполнение правил, норм поведения, потребность в коллективном общении		
3.2.	Изучение документации (личное дело, психолого-педагогическая характеристика и др.) с целью ознакомления с личностными ресурсами обучающегося, определения закономерностей протекания адаптации.	Педагог- психолог	1-3 неделя
3.3.	Проведение углубленной диагностики эмоционально-волевой, личностной, интеллектуальной сферы обучающегося, системы взаимоотношений со сверстниками и взрослыми (в случае выявления в процессе наблюдения за обучающимся показателей дезадаптации).	Педагог- психолог	2-3 неделя
3.4	Анализ и обсуждение полученной в ходе наблюдения информации (выявление различных психолого-педагогических факторов, затрудняющих адаптацию обучающегося; выявление синдромов тревожности, агрессивности, нарушений системы самооценок ребенка, уровня притязаний, его интересов и мотивации).	Педагог- психолог, классный руководитель, заместитель директора по УВР	2-3 неделя
3.5	Совместная разработка диагностических значимых критериев наблюдения за протеканием процесса адаптации обучающегося.	Педагог- психолог, классный руководитель	1-3 неделя
4. Действия учителей- предметников			
4.1.	Проведение контрольных срезов с целью определения соответствия знаний обучающегося предметным нормам и степени готовности к овладению учебными предметами	Учителя-предметники	2-3 неделя

5	Разработка индивидуального плана психолого-педагогического сопровождения обучающегося, испытывающего трудности адаптации (по итогам углубленной диагностики и результатов контрольных срезов).	Заместитель директора по УВР	3 неделя
---	--	---	----------