
Научная обоснованность реализуемых в системе образования практик психолого-педагогической работы с детством

Профилактическая психолого-педагогическая программа «Я — пятиклассник»

Гобаева И.Р.

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи центр диагностики и консультирования «Доверие» (МАУДО психологический центр диагностики и консультирования «Доверие»), г. Владикавказ, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9437-3454>, e-mail: ilka08@mail.ru

Гусова З.Х.

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи центр диагностики и консультирования «Доверие» (МАУДО психологический центр диагностики и консультирования «Доверие»), г. Владикавказ, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1488-7859>, e-mail: gusova.z@yandex.ru

Соболева О.О.

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи центр диагностики и консультирования «Доверие» (МАУДО психологический центр диагностики и консультирования «Доверие»), г. Владикавказ, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0434-0005>, e-mail: osad1979@yandex.ru

Программа «Я — пятиклассник» является одной из основных программ, реализуемых сегодня в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Центр диагностики и консультирования “Доверие”» для детей г. Владикавказа в возрасте 11–12 лет. Данная программа разработана и модифицирована на основе Методических рекомендаций для педагогов-психологов образовательных организаций по проведению профилактической работы с несовершеннолетними, испытывающими трудности в обучении, воспитании и социализации. Имеет профилактическую психолого-педагогическую направленность. Программа направлена на создание необходимых условий для личностного развития, адаптации к постоянно изменяющимся условиям, укрепления психологического здоровья, формирования у школьников навыков XXI века. Программа «Я — пятиклассник» реализуется в соответствии со Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года с учетом менталитета и региона республики. Предлагаемая программа основывается на работах отечественных психологов, занимающихся проблемами межличностных отношений, адаптации детей младшего школьного возраста. Курс данной программы строится с учетом индивидуальных, возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся и способствует достижению целей образования через овладение обучающимися универсальными учебными действиями. Одной из ведущих задач психолого-педагогического сопровождения является создание условий для свободного развития личности, расширение образовательного пространства для предоставления детям возможности обретения разнообразного социального опыта, формирования необходимых в быстро меняющемся мире социальных навы-

ков, саморазвития и самоопределения. Данная программа предполагает целый комплекс психопрофилактических мер, которые направлены не только на индивидуальную психолого-педагогическую коррекцию личности учащегося, но и на восстановление его социального статуса в коллективе сверстников.

Ключевые слова: психопрофилактика, психокоррекция, адаптация пятиклассников, социализация, школьники пятых классов.

Для цитаты: Гобаева И.Р., Гусова З.Х., Соболева О.О. Профилактическая психолого-педагогическая программа «Я — пятиклассник» [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2020. Том 17. № 4. С. 31–39. DOI:10.17759/bppe.2020170403

Preventive Psychological and Pedagogical Program “I Am a Fifth Grader”

Ilona R. Gobaeva

Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance Diagnostic and Consulting Center “Doverie”, Vladikavkaz, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9437-3454>, e-mail: ilka08@mail.ru

Zalina Kh. Gusova

Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance Diagnostic and Consulting Center “Doverie”, Vladikavkaz, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1488-7859>, e-mail: gusova.z@yandex.ru

Oksana O. Soboleva

Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance Diagnostic and Consulting Center “Doverie”, Vladikavkaz, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0434-0005>, e-mail: osad1979@yandex.ru

The program “I Am a Fifth Grader” is one of the main programs implemented today in the municipal autonomous institution of additional education the “Doverie” diagnostic and counseling center for children of Vladikavkaz aged 11–12 years. This program was developed and modified on the basis of the Methodological Recommendations for educational psychologists of educational organizations on conducting preventive work with minors experiencing difficulties in learning, upbringing and socialization. Has a preventive psychological and pedagogical orientation. The program is aimed at creating the necessary conditions for personal development, adaptation to constantly changing conditions, strengthening of psychological health, and the formation of 21st century skills in schoolchildren. The program “I Am a Fifth Grader” is implemented in accordance with the Strategy for the development of education in the Russian Federation for the period up to 2025, taking into account the mentality and region of the republic. The proposed program is based on the work of Russian psychologists dealing with the problems of interpersonal relations, adaptation of children of primary school age. The course of this program is built taking into account the individual, age, psychological and physiological characteristics of students and contributes to the achievement of educational goals through the mastery of universal educational actions by students. One of the leading tasks of psychological and pedagogical

ical support is to create conditions for the free development of the personality, expanding the educational space to provide children with the opportunity to gain a variety of social experiences, the formation of social skills necessary in a rapidly changing world, self-development and self-determination. This program involves a whole range of psycho-preventive measures, which are aimed not only at the individual psychological and pedagogical correction of the student's personality, but also at restoring his social status in the peer group.

Keywords: *psychoprophylaxis and psychocorrection, adaptation of fifth-graders, socialization, fifth-graders.*

For citation: Gobaeva I.R., Gusova Z.Kh., Soboleva O.O. Preventive Psychological and Pedagogical Program "I Am a Fifth Grader". *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2020. Vol. 17, no. 4, pp. 31–39. DOI:10.17759/bppe.2020170403 (In Russ.).

Описание целей и задач программы

Цель программы:

- создать условия, позволяющие каждому пятикласснику как можно легче и радостнее вступить в новый этап школьного обучения;
- поддержать и развить в детях интерес к знаниям;
- помочь им общаться с новыми одноклассниками и преподавателями, а также сформировать у обучающихся мотивацию и навыки саморазвития и самовоспитания.

Задачи программы.

Обучающие:

- помощь обучающимся в овладении психологическими знаниями, способствующими личностному росту;
- содействие в овладении средствами эффективной межличностной коммуникации;
- обучение основным способам саморегуляции и самоорганизации.

Развивающие:

- обучение воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы;
- развитие памяти, внимания, творческого мышления;
- развитие эмоциональной сферы личности;
- содействие снятию внутренней психоэмоциональной напряженности, повышению уверенности обучающихся в себе, формированию позитивной самооценки.

Воспитательные:

- формирование общей культуры личности, способной адаптироваться в современном обществе;
- формирование способности к рефлексии и самоконтролю;
- воспитание толерантности и гуманизма.

Возраст детей, участвующих в реализации программы и состав группы.

Профилактическая психолого-педагогическая программа «Я — пятиклассник» рассчитана на контингент обучающихся 11–12 лет. Занятия по программе проводятся в малых группах. Количество обучающихся в группе — 15 человек.

Особенности детей младшего подросткового возраста: в возрасте 11–12 лет ребенок уже способен воспринимать сложные категории и соотносить научные теоретические знания с собственным опытом, рефлексировать. Кроме того, общий интерес к человеку и его отношениям, характерный для подростков, обеспечит необходимый уровень мотивации обучающихся.

У подростка 11–12 лет снижается скорость оперативного мышления, ухудшается умственная работоспособность. Но эти явления носят кратковременный характер и вовсе не означают, что ребенок ленив, слаб интеллектуально или обладает плохим характером. Просто по объективным причинам он в настоящее время не может в должной степени контролировать и управлять собой.

В связи с началом этапа полового созревания изменения происходят в учебной деятельности младшего подростка:

- замедляется темп деятельности (школьнику теперь требуется больше времени на выполнение определенной работы, в том числе и на выполнение домашнего задания);
- дети часто отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания;
- иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется.

Важно своевременно определить причины трудностей, возникающих у пятиклассника в учебе, общении, и помочь ему преодолеть их. Основой обучения является изучение личности каждого ученика, создание оптимального психологического режима на занятии, выявление интересов учащихся и помощь в их развитии, включение ученика в активную учебную деятельность, формирование заинтересованности и положительного отношения к учебе. Овладение психологическими знаниями помогает младшим подросткам компенсировать ограниченность жизненного опыта. Общение и обретение коммуникативных умений расширяет возможности подростка для эффективного решения проблем, возникающих в его повседневной жизни.

Программа не предъявляет требований к содержанию и объему стартовых знаний. Группы формируются с учетом интересов и потребностей детей. Для обучающихся предусматривается дифференцированный подход при определении индивидуального образовательного маршрута и назначении учебных заданий в процессе обучения.

В составлении программы соблюдались следующие требования

В процессе реализации программы используются разнообразные формы и методы занятий: беседа, дискуссии, ролевые игры, показ видеоматериалов, тренинг, наблюдение, проигрывание ситуаций, проработка научно-популярных текстов, метафорические истории и притчи, моделирование образцов поведения.

В пределах одного занятия виды деятельности могут несколько раз меняться. Это способствует удержанию внимания учащихся, позволяет избежать переутомления, повышает эффективность усвоения материала и содействует формированию необходимых навыков.

Условия проведения.

Для занятий необходим учебный кабинет, удовлетворяющий санитарно-гигиеническим требованиям для занятий группы из 15 человек. Достаточно просторное помещение, в котором есть возможность:

- всем участникам занятия сесть в один круг;
- работать в 2–3 группах, не мешая друг другу;
- свободно передвигаться, выполняя игровые упражнения.

Желательно в помещении иметь 2–3 стола, магнитную доску, а также технику для просмотра видеоматериалов.

Этапы реализации программы

Программа включает в себя несколько этапов.

I. Организационный. Вводное занятие с детьми, ориентированное на создание группы.

II. Первичная диагностика (тест школьной тревожности Филлипса и наблюдение).

III. Деятельностный (координация действий, осуществление запланированных мероприятий). Состоит из 2-х частей: теория и практика).

IV. Заключительная диагностика (анализ и подведение итогов проведенной работы, разработка рекомендаций).

Содержание программы

I. Организационный этап.

Вводное занятие с детьми. На занятии дети проходят инструктаж по противопожарной безопасности, знакомятся с учебными задачами и принимают групповые правила. На занятии создается доброжелательная обстановка и атмосфера поддержки в группе.

II. Диагностический этап.

Проведение теста школьной тревожности Филлипса.

Цель: определение уровня школьной тревожности.

III. Деятельностный этап.

Каждое занятие состоит из 2-х частей: теоретической и практической.

Теоретическая часть направлена на:

- формирование групповой сплоченности;
- осознание необходимости развития качеств для дружбы;
- формирование понятий о разных видах поведения: уверенном, неуверенном, грубом, агрессивном;
- формирование умений находить общий язык с любым собеседником и установление закономерностей контакта;
- формирование навыка определения состояния другого человека;
- формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознание критериев оценки;
- формирование представлений о конфликте, стилях поведения человека в конфликте;
- знакомство со стратегиями и правилами поведения в конфликтах;
- формирование навыков успешного разрешения конфликтной ситуации и предупреждения конфликтов;
- осмысление личных целей на период обучения в пятом классе.

Практическая часть направлена на:

- формирование навыков взаимодействия в группе, повышение самооценки у детей;
- выработку стратегий и правил поведения в разных школьных ситуациях;
- развитие коммуникативных навыков, способствующих самораскрытию и эмпатии у детей;
- развитие навыков совместной деятельности;
- осознание школьных страхов и способов их преодоления;
- коррекцию мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях;
- формирование навыков принятия собственных негативных эмоций, умения адекватно воспринимать замечания;
- развитие навыков эмпатии и рефлексии.

IV. Заключительная диагностика.

Диагностика проводится по тесту школьной тревожности Филлипса для определения динамики изменений показателей: общей школьной тревожности, переживания социального стресса, фрустрации достижения успеха, страха самовыражения, страха ситуации проверки знаний, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, физической сопротивляемости стрессу, страхов в отношениях с учителями. Осуществляется анализ проведенной работы, разрабатываются рекомендации для родителей и учителей.

Формы аттестации и оценочные материалы

№	Раздел	Формы занятий	Методы	Дидактический материал и ТСО	Форма подведения итогов
1.	Создание группы	Вводное занятие	Беседа, игра	Доска или фланелеграф	«Устав» группы
2.	Здравствуй, пятый класс!	Занятие-игра, мастерская, практическая работа	мини-лекция, тренинг, беседа, самодиагностика, игра	Литература по теме, ПК, диагностические методики	«Устав» группы, тренинг, обратная связь
3.	Находим друзей	Лекция, занятие-игра, практическая работа	мини-лекция, тренинг, беседа, самодиагностика, проигрывание ситуаций, игра	Литература по теме, ПК, диагностические методики, аксессуары для театрализации	Результаты диагностики, творческий проект
4.	Узнай свою школу	Занятие-игра, лекция, практическая работа	мини-лекция, тренинг, беседа, игра	Литература по теме, ПК	Результаты наблюдения, тренинг, обратная связь
5.	Что поможет мне учиться	Занятие-игра, лекция, практическая работа	мини-лекция, тренинг, беседа, самодиагностика, игра	Литература по теме, ПК	Результаты наблюдения, тренинг, обратная связь
6.	Легко ли быть учеником?	Занятие-игра, лекция, практическая работа, дискуссия	мини-лекция, тренинг, беседа, самодиагностика, проигрывание ситуаций, игра	Литература по теме, ПК, диагностические методики, аксессуары для театрализации	Результаты наблюдения, тренинг, обратная связь
7.	Чего я боюсь	Занятие-игра, лекция, практическая работа, дискуссия	мини-лекция, тренинг, беседа, проигрывание ситуаций, игра	Литература по теме, ПК,	Результаты наблюдения, тренинг, обратная связь

8.	Трудно ли быть настоящим учителем	Занятие-игра, лекция, практическая работа, дискуссия,	мини-лекция, тренинг, беседа, самодиагностика, проигрывание ситуаций, игра	Литература по теме, ПК, диагностические методики, аксессуары для театрализации	Результаты наблюдения, тренинг, обратная связь
9.	Трудно ли быть настоящим учителем (продолжение)	Занятие-игра, лекция, практическая работа, дискуссия,	мини-лекция, тренинг, беседа, самодиагностика, игра	Литература по теме, ПК, аксессуары для театрализации	Результаты наблюдения, тренинг, обратная связь
10.	Конфликт или взаимодействие	Занятие-игра, лекция, практическая работа, дискуссия	мини-лекция, тренинг, беседа, проигрывание ситуаций, игра	Литература по теме, ПК, аксессуары для театрализации	Результаты наблюдения, тренинг, обратная связь, творческий проект
11.	Работа с негативными переживаниями	Занятие-игра, лекция, практическая работа, дискуссия	мини-лекция, тренинг, беседа, самодиагностика, игра	Литература по теме, ПК, диагностические методики	Результаты наблюдения, тренинг, обратная связь
12.	Ставим цели	Занятие-игра, практическая работа, дискуссия, круглый стол	мини-лекция, тренинг, беседа, самодиагностика, игра	Литература по теме, ПК, диагностические методики	Результаты наблюдения, тренинг, обратная связь, анкета

Планируемые результаты

К концу обучения по программе обучающиеся:

- будут знать правила эффективного общения в семье, коллективе;
- будут иметь представление о социальных и коммуникативных умениях, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы;
- будут знать правила предупреждения и разрешения конфликтов;
- будут знать способы развития позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижения уровня школьной тревожности.

К концу обучения по программе обучающиеся будут уметь:

- использовать средства коммуникации и знания правил эффективного общения в деятельности и в построении отношений;
- использовать средства развития для самоконтроля и устойчивой самооценки;
- конструктивно вести себя в конфликтной ситуации.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Качественные: изменение в установках и поведении участников в результате реализации программы, оценка влияния программы на подростков и родителей. Отзывы родителей, педагогов о видимых изменениях в поведении учащихся.

Количественные: результаты входящего и итогового анкетирования.

На занятиях были сформированы умения и навыки, определяющие успешность адаптации:

- умение осознавать требования учителя и соответствовать им;
- умение устанавливать межличностные отношения с педагогами;
- умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы;
- навыки общения и достойного поведения с одноклассниками;
- навыки уверенного поведения;
- навыки совместной (коллективной) деятельности;
- навыки самостоятельного решения конфликтов мирным путем;
- навыки самоподдержки;
- навыки адекватной оценки собственных возможностей и способностей.

Литература

1. Альманах психологических тестов. М.: КСП, 1995. 400 с.
2. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. М.: Генезис, 2000. 304 с.
3. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А.В. Петровского. М., 2003. 512 с.
4. Гарбузов В.И. Практическая психотерапия, или Как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье. СПб: АО Сфера, 1994. 158 с.
5. Грецов А. Тренинг общения для подростков. СПб: Питер, 2006. 160 с.
6. Ефимова Н.С. Психология взаимопонимания. СПб: Питер, 2004. 192 с.
7. Коблик Е.Г. Первый раз в пятый класс. М.: Генезис, 2003. 122 с.
8. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной. СПб: Питер, 2004. 528 с.
9. Прихожан А.М. Программа развития способностей к самопознанию и уверенности в себе у детей 10–12 лет // Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. М.: Академия, 1998. 128 с.
10. Прихожан А.М. Психокоррекционная работа с тревожными детьми // Активные методы в работе школьного психолога / Под ред. И.В. Дубровиной. Киров: Энеом, 1991. 298 с.
11. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.; Воронеж, 2000. 304 с.
12. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. М.: Генезис, 2002. 336 с.
13. Хрестоматия по возрастной психологии. / Под ред. Д.И. Фельдштейна. М., 1996. 304 с.
14. Хрящева Н.Ю. Психогимнастика в тренинге: 220 упражнений для развития способностей. СПб: Речь, 2000. 256 с.

References

1. Al'manakh psikhologicheskikh testov. Moscow: KSP, 1995. 400 p. (In Russ.).
2. Bityanova M.R. Organizatsiya psikhologicheskoi raboty v shkole. Moscow: Genезis, 2000. 304 p. (In Russ.).
3. Petrovskiy A.V. (ed.). Vozrastnaya i pedagogicheskaya psikhologiya. Moscow, 2003. 512 p. (In Russ.).
4. Garbuzov V.I. Prakticheskaya psikhoterapiya, ili Kak vernut' rebenku i podrostku uverennost' v sebe, istinnoe dostoinstvo i zdorov'e. Saint-Petersburg: AO Sfera, 1994. 158 p. (In Russ.).
5. Gretsov. A. Trening obshcheniya dlya podrostkov. Saint-Petersburg: Piter, 2006. 160 p. (In Russ.).
6. Efimova N.S. Psikhologiya vzaimoponimaniya. Saint-Petersburg: Piter, 2004. 192 p. (In Russ.).
7. Koblik E.G. Pervyi raz v pyatyi klass. Moscow: Genезis, 2003. 122 p. (In Russ.).
8. Dubrovina I.V. (ed.). Prakticheskaya psikhologiya obrazovaniya. Saint-Petersburg: Piter, 2004. 528 p. (In Russ.).

9. Prikhozhan A.M. Programma razvitiya sposobnostei k samopoznaniyu i uverenosti v sebe u detei 10–12 let. *Rukovodstvo prakticheskogo psikhologa. Psikhologicheskie programmy razvitiia lichnosti v podrostkovom i starshem shkol'nom vozraste*. Moscow: Akademiya, 1998. 128 p. (In Russ.).
10. Prikhozhan A.M. Psikhokorreksionnaya rabota s trevozhnymi det'mi. In I.V. Dubrovina (ed.). *Aktivnye metody v rabote shkol'nogo psikhologa*. Kirov: Eneom, 1991. 298 p. (In Russ.).
11. Prikhozhan A.M. Trevozhnost' u detei i podrostkov: psikhologicheskaya priroda i vozrastnaya dinamika. Moscow; Voronezh, 2000. 304 p. (In Russ.).
12. Vopel K. W. Splochnost' i tolerantnost' v gruppe. *Psikhologicheskie igry i uprazhneniya*. Moscow: Genezis, 2002. 336 p. (In Russ.).
13. Fel'dshtein D.I. (ed.). *Khrestomatiya po vozrastnoi psikhologii*. Moscow, 1996. 304 p. (In Russ.).
14. Khryashcheva N.Yu. *Psikhogimnastika v treninge: 220 uprazhnenii dlya razvitiya sposobnostei*. Saint-Petersburg: Rech', 2000. 256 p. (In Russ.).

Информация об авторах

Гобаева Илона Робертовна

педагог-психолог, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи центр диагностики и консультирования «Доверие» (МАУДО психологический центр диагностики и консультирования «Доверие»), г. Владикавказ, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9437-3454>, e-mail: ilka08@mail.ru

Гусова Залина Хаджимуратовна

заместитель директора по консультативной работе, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи центр диагностики и консультирования «Доверие» (МАУДО психологический центр диагностики и консультирования «Доверие»), г. Владикавказ, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1488-7859>, e-mail: gusova.z@yandex.ru

Соболева Оксана Ониковна

педагог-психолог, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи центр диагностики и консультирования «Доверие» (МАУДО психологический центр диагностики и консультирования «Доверие»), г. Владикавказ, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0434-0005>, e-mail: osad1979@yandex.ru

Information about the authors

Ilona R. Gobaeva

Teacher-Psychologist, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance Diagnostic and Consulting Center "Doverie", Vladikavkaz, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9437-3454>, e-mail: ilka08@mail.ru

Zalina Kh. Gusova

Deputy Director for Consultancy, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance Diagnostic and Consulting Center "Doverie", Vladikavkaz, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1488-7859>, e-mail: gusova.z@yandex.ru

Oksana O. Soboleva

Teacher-Psychologist, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance Diagnostic and Consulting Center "Doverie", Vladikavkaz, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0434-0005>, e-mail: osad1979@yandex.ru

Получена 25.10.2020 Received 25.10.2020

Принята в печать 25.12.2020 Accepted 25.12.2020