



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-**  
**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»)**

**ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ**  
**КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**Формирование психологически комфортной и безопасной**  
**образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в**  
**пятом классе**

**Выпускная квалификационная работа**  
**по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность программы магистратуры**  
**«Психология безопасности личности»**

Выполнила:  
студентка группы ОФ-210/133-2-1  
Жусупова Дарья Андреевна

Научный руководитель:  
кандидат психологических наук, доцент  
кафедры ТиПП  
Рокицкая Юлия Александровна

Проверка на объем заимствований:

67,19 % авторского текста

Работа *Жусупова Дарья Андреевна* к защите  
рекомендована/не рекомендована

« *24* » *06* 2018 г.

зав. кафедрой ТиПП

*Кондратьева О.А.* Кондратьева О.А.

**Челябинск**  
**2018**

## Оглавление

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические предпосылки исследования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.....	11
1.1. Психологическая безопасность как предмет научного исследования в психолого – педагогической литературе.....	11
1.2. Психологическая безопасность образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.....	17
1.3. Модель формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации .....	26
Глава 2. Организация исследования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе .....	37
2.1. Этапы, методы, методики исследования.....	37
2.2. Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	45
Глава 3. Опытнo – экспериментальное исследование психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе .....	62
3.1. Программа формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды .....	62
3.2. Анализ результатов опытнo – экспериментального исследования.....	73
3.3. Рекомендации педагогам и родителям по созданию условий для психологически комфортной и безопасной образовательной среды .....	86
Заключение.....	92
Библиографический список.....	94
Приложения.....	103

## Введение

Развитие адаптационных ресурсов обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – важная задача современного образования, определяющая успешность их социальной интеграции в динамичных условиях социально – профессиональной среды в будущем. Эффективное решение проблемы развития адаптационных способностей школьников с ОВЗ, как сложного, многопланового и интерактивного процесса формирования определенных субъектных качеств, возможно при учёте особенностей взаимодействия субъектов образовательного процесса и той среды, в которой происходит этот процесс, с последующей их оптимизацией. Проблема адаптации обучающихся при переходе к новому этапу образования, от дошкольного до высшего – профессионального имеет особую актуальность, поскольку каждый обучающийся в процессе непрерывного образования многократно испытывает адаптационный стресс.

Для того, чтобы новая образовательная среда была менее травматичной для адаптирующихся обучающихся необходимо учитывать ряд факторов и условий, способствующих успешной адаптации. Одним из таких условий выделяют психологическую безопасность образовательной среды школы. Разработкой проблемы психологической безопасности образовательной среды занимается И.А. Баева, Е.В. Бурмистрова, В.А. Дмитриевский, В.И. Долгова, Т.С. Кабаченко, Н.Г. Рассоха, Д.С. Сеницын, Э.Э Сыманюк.

Обсуждению деструктивного влияния на личность насильственного воздействия уделили внимание авторы: Е.Н. Волков, Ю.Н. Полищук, В.В. Целикова.

Для создания психологически безопасной образовательной среды необходимо предотвратить возникновения угрозы нарушения взаимодействия участников образовательного процесса.

Адаптация, являясь междисциплинарной научной и категорией в своём исследовании имеет биологический, экологический, физиологический, социальный, психологический, педагогический, профессиональный и другие аспекты. Адаптацию (от латинского *adaptare* - приспособлять) в широком смысле понимают, как процесс приспособления индивидуальных и личностных качеств человека к изменяющимся условиям существования [цит. по 52, с. 10-11].

Психологическое понимание феномена «адаптация» (Г.А. Балл, Л.Ф. Бурлачук, Г. Гартманн, Е.В. Виттенберг, Е.К. Завьялова, Е.Ю. Коржова, В.И. Медведев, А.Г. Маклаков, А.А. Реан, Т.И. Ронгинская, С.Т. Посохова, Н.С. Хрусталева).

Рассмотрением понятия адаптации занимались в психологической концепции гештальтпсихологии и в теории интеллектуального развития Ж. Пиаже.

Рассмотрением психолого – педагогических условий успешности адаптации занимались Э.М. Александровская, М.М. Безруких, Ф.Б. Березин, В.В. Барменкова Н.Н. Заваденко, а также вопросами критериев школьной дезадаптации Я.Л. Коломенский, Н.Г. Манелис, А.С. Петрухин, И.Л. Пшенцова, Т.Ю. Успенская.

В современной педагогической психологии взаимодействия обучающегося и образовательной среды исследуют Ю.Г. Абрамова, А.А. Афанасьева, Б.Н. Боденко, Л.А. Боденко, В.И. Панов, В.В. Рубцов, В.И. Слободчиков, Т.В. Черникова. В работах исследуются различные стороны и характеристики образовательной среды, детерминирующие адаптацию/дезадаптацию школьников. К числу таковых условий образовательной среды следует отнести её психологическую безопасность.

Для того, чтобы составить модель нашей работы, были изучены и проанализированы материалы таких авторов, как: Г. Клаус, давший одно из первых определений понятия «модель», В.М. Глушков, Ю.А. Гастев, В.И. Долгова, К.Е. Морозов, изучением моделирования в обучении

занимались А.У. Варданян, В.В. Давыдов, Н.Г. Салмина, Л.М. Фридман, Д.Б. Эльконин.

Актуальность проблемы исследования обусловлена высокой степенью важности решения противоречия между: высокими показателями уязвимости обучающихся с ОВЗ в период адаптации от воздействия рисков нарушения психологической безопасности в образовательной среде школы и недостатком психолого – педагогических исследований, направленных на выработку комплексных подходов к обеспечению условий психологической безопасности образовательной среды.

Актуальность и высокая практическая значимость решения проблемы определили выбор темы исследования: «Формирование психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в пятом классе».

Цель: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

Объект: психологическая адаптация обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

Предмет: психологическая безопасность образовательной среды как условие психологической адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

Гипотеза:

1) Между показателями психологической безопасности образовательной среды и психологической адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе существует положительная корреляционная взаимосвязь, а именно, чем выше показатели психологической безопасности образовательной среды, тем выше показатели психологической адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

2) Адаптация обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в пятом классе пройдёт успешнее, если будет реализована психолого – педагогическая деятельность по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды, а именно:

– будет разработана модель формирования, характеризующаяся целостностью, согласованностью и взаимосвязанностью составляющих её блоков;

– средством реализации модели выступит психологическая программа формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в пятом классе, при разработке которой будут проанализированы и учтены корреляционные связи между показателями психологической безопасности образовательной среды и психологической адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

Задачи исследования:

1. Изучить психологическую безопасность как предмет научного исследования в психолого – педагогической литературе.

2. Осуществить анализ психологической безопасности образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

3. Разработать модель формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

4. Описать этапы, методы и методики исследования.

5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты исследования.

6. Составить программу формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды.

7. Осуществить анализ результатов опытно – экспериментального исследования.

8. Разработать рекомендации педагогам и родителям по созданию условий психологически комфортной и безопасной образовательной среды.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ психолого – педагогической литературы по проблеме исследования, наблюдение, моделирование, целеполагание, анализ, синтез.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование с использованием психодиагностических методик:

1) И.А. Бaeвой «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды школы» необходима для оценки среды школы на предмет её безопасности.

2) Б.Н. Филлипса «Тест школьной тревожности Филлипса» необходимая для выявления уровней тревожности у пятиклассников, которые говорят об особенностях процесса адаптации.

3) Т.Е. Ковиной, А.К. Колеченко и И.Н. Агафоновой «Предмет—чувства», способствующая выявлению эмоционального состояния пятиклассников на уроках, что говорит о взаимоотношениях с педагогами.

3. Методы математической статистики: t-критерий Стьюдента, коэффициент корреляции Спирмена. Для обработки данных были использованы пакеты программ «SPSS 19.0 for WINDOWS».

Экспериментальная база исследования: муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа – интернат для обучающихся и воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (нарушение опорно – двигательного аппарата) № 4 г. Челябинска» (МБОУ «Школа – интернат № 4 г. Челябинска»). Выборку составили обучающиеся пятых классов, в количестве 21 человек, из них: 9 девочек и 12 мальчиков в

возрасте 11 – 12 лет, имеющих нарушения опорно – двигательного аппарата.

Теоретико – методологическая значимость:

- систематизированы и обобщены зарубежные и отечественные исследования проблемы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в пятом классе;

- конкретизировано понятие «психологическая адаптация пятиклассников с ОВЗ»;

- установлены и проанализированы корреляционные связи между показателями психологической безопасности образовательной среды и психологической адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе;

- разработана модель формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в пятом классе;

- разработана и проверена эффективность программы по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в пятом классе.

Практическая значимость определяется внедрением в образовательный процесс психолого – педагогической программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в пятом классе. На основании полученных результатов разработаны рекомендации по оптимизации процесса психологической адаптации пятиклассников с ОВЗ, которые могут быть полезными для педагогов, психологов и руководителей образовательных организаций.



Положения, выносимые на защиту:

1. Психологическая адаптация пятиклассников с ОВЗ – интегративный показатель состояния личности обучающихся, отражающий степень соответствия их психических возможностей требованиям образовательной среды, характеризующийся наличием в своей структуре эмоционального и мотивационного компонентов. Мотивационный компонент проявляется в отношении пятиклассников к изучаемым предметам. Эмоциональный компонент проявляется в наличии различных уровней тревожности, обуславливающих наличие определённых страхов.

2. Психологическая адаптация обучающихся с ОВЗ в пятом классе взаимосвязана с условиями психологически комфортной и безопасной образовательной среды. А именно, чем выше показатели психологического комфорта и безопасности, то есть взаимоотношения с педагогами и обучающимися, уровень защищённости в данной образовательной среде от психологического насилия, соответствие программы индивидуальным возможностям, тем выше показатели адаптации пятиклассников.

3. В условиях школы требуется специально организованная психолого – педагогическая деятельность по формированию условий психологически комфортной и безопасной образовательной среды, которые включают:

- выявление выраженности психологических показателей адаптации, комфорта и безопасности образовательной среды пятиклассников с ОВЗ;

- создание модели формирования психологически – комфортной и безопасной образовательной среды, которая основывается на системном и субъектно – деятельностном подходах; структурно представлена теоретико – методологическим, диагностическим, формирующим и аналитико – результативным блоками, реализуется в программе психолого – педагогической деятельности.

Апробация результатов исследования:

1. Сметанина Д.А. Психофизиологические, психологические, педагогические проблемы развития личности школьника // Международная конференция ГИСАП МАНВО «Влияние комфортной психологически безопасной образовательной среды на психофизиологическое, психическое развитие личности школьника». – 2017. – URL: <http://gisap.eu/ru/node/118415>. [62].

2. Долгова В. И., Рокицкая Ю. А., Сметанина Д. А. «Психологическая безопасность образовательной среды как условие адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья в школе-интернате» // Научно – методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56987.htm>. [27].

Структура магистерской диссертации включает в себя введение, три главы, заключение, список используемой литературы и приложения.

## Глава 1. Теоретические предпосылки исследования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе

### 1.1. Психологическая безопасность как предмет научного исследования в психолого – педагогической литературе

В иерархии потребностей А. Маслоу, потребность в безопасности является базовой для каждого человека, без частичного удовлетворения которой невозможно гармоничное развитие личности, достижение самоактуализации. В настоящее время проблемы обеспечения безопасности и научно – технического и социально – экономического развития, которые связаны с проблемами выживания общества, выходят на центральное место в философском осмыслении частных наук и междисциплинарных областей научного поиска. Исследованию сущности и содержания понятия безопасности посвящено значительное число статей, монографий, научных исследований. Однако приходится признать, что накопление знаний об этом понятии затрагивает в основном количественную сторону и в гораздо меньшей степени обогащает качественную. На нынешнем этапе государственного развития необходимо систематизировать накопившийся теоретический и эмпирический материал, касаемый проблем безопасности [5].

Подробно изучив необходимую литературу по данному вопросу, выявили, что существует немало мнений и определений понятия «психологическая безопасность».

Исследуя безопасность, системный подход позволяет описать его структуру, выделить специфику отдельных элементов или объектных срезов безопасности, характерных для функционирования конкретных сфер, социального взаимодействия людей, раскрыть организационное

многообразие форм и методов обеспечения безопасности и необходимость учета этого многообразия при его административно – правовом обеспечении. Начнем с определения понятия «безопасность». Нормативное содержание определения безопасности сформулировано в Законе Российской Федерации «О безопасности»: безопасность – это состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз [74].

Для сравнения различного видения понятия «безопасности» Н.М. Конин приводит определения из различных источников. Так, согласно определению академического словаря русского языка, безопасность – это положение, при котором не угрожает опасность кому –нибудь или чему –нибудь [39].

Словарь Д.Н. Ушакова определяет безопасность не только как «отсутствие опасности», но также и как «предупреждение опасности, условия, при которых не угрожает опасность» [64].

Как видим, несмотря на то, что слово «безопасность», с формальной точки зрения, несет в себе смысловое отрицание, тем не менее, согласно большинству приведенных определений, оно выступает как положительное понятие, утверждающее наличие позитивных условий, обеспечивающих такое состояние, при котором не угрожает опасность. Под безопасностью личности понимается защищенность условий, обеспечивающих реализацию прав и свобод личности и возможности для её саморазвития; состояние защищенности человека от факторов опасности на уровне его личных интересов и потребностей; способность развиваться и самореализовываться при наличии угроз и опасностей физического, психологического и иного характера на основе формирования новых свойств и качеств, использования угроз и опасностей в качестве стимулов развития [5].

Существенным признаком оптимальной для развития личности среды является её психологическая безопасность. Безопасность можно

трактовать по – разному, так как для каждого человека она определяется по – своему. И.А. Баева описала концепцию психологической безопасности образовательной среды как основу для создания системы психолого – педагогического сопровождения детей в данных условиях. В настоящее время сопровождение рассматривается как система профессиональной деятельности психолога, направленной на создание социально – психологических условий для успешного обучения и психологического развития ребёнка в ситуации школьного взаимодействия. Следовательно, удачная адаптация пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья, в условиях школы невозможна без создания психологически безопасной образовательной среды [13].

Развернутое определение безопасности мы находим в структуре развёрнутых современных терминов, причём, в отличие от только что процитированных источников, для которых главным ориентиром является безопасность личности, в данном случае безопасность рассматривается в международном аспекте. В качестве её субъектов выступают не индивиды, а страны, государство в целом: безопасность – это условие или состояние дел, при которых страна может защищать свои ценности от внешних угроз и рисков [14].

Так, согласно Закону виды безопасности различаются по трём параметрам: по объекту защиты, средствам защиты и по характеру угроз.

По объекту защиты устанавливается безопасность человека, общества и государства. В зависимости от средств защиты выделяется экономическая, политическая, военная, информационная, в том числе юридическая безопасность. Третий вид безопасности связывается с характером угроз. Угрозы могут быть внутренними и внешними. Внутренние угрозы – те, которые исходят от самого человека, носят главным образом поведенческий характер. Внешние для человека угрозы – это те, которые исходят от других лиц и от ситуации, в которой оказался человек. Они делятся на прямые (война, преступления, природные

катаклизмы, болезни) и производные. Производные угрозы – это те опасности, которые возникают в самой системе обеспечения безопасности. Их характер определяется содержанием социальной деятельности, в сферу которой попадает человек, и представляет собой отклонение от установленного порядка такой деятельности [74].

В зависимости от объекта защиты, как уже было сказано выше, различают личную, общественную и государственную безопасность. В юридической литературе на данный период нет единого мнения об объёме и содержании указанных понятий. Проблема выяснения понятия безопасности личности мало исследована. Только в последние годы в работах авторов предприняты попытки анализа частных сторон указанной проблемы. Что касается самого понятия «безопасность личности», то оно находится в стадии конструирования и пока ещё не сложилось. Содержание этого явления, на наш взгляд, обозначилось еще недостаточно. Целостное видение проблемы безопасности личности позволяет выделить те или иные стороны, которые определяют систему условий, критериев и показателей, организационных форм и механизмов защиты от различного вида угроз [цит. по 5, с.74].

Несмотря на то, что понятие безопасности рассматривается выше с точки зрения межгосударственных отношений, объектом обеспечения безопасности, тем не менее, остается население. И.А. Баева и Е.Н. Волкова выделяют сущность понятия безопасности в следующем: это явление, без которого не могут нормально развиваться ни личность, ни социальная организация, ни общество, ни государство в целом. Любой субъект и объект будет чувствовать себя в деятельности комфортно, если будет обеспечен определённой безопасностью. Ограничение потребности в безопасности и защищённости является основополагающим условием повышения тревожности, стрессового воздействия и пребывания человека в боевой обстановке [8].

К основным объектам безопасности относятся: личность — её права и свободы; общество — его материальные и духовные ценности; государство — его конституционный строй, суверенитет и территориальная целостность. Реальная и потенциальная угроза объектам безопасности, исходящая от внутренних и внешних источников опасности, определяет содержание деятельности по обеспечению внутренней и внешней безопасности [39].

Понятие «безопасность» включает в себя психологическую и физическую составляющие. Обеспечению физической безопасности всегда придавалось и сейчас придается огромное значение. Особенно, если речь идет об образовательных учреждениях. В настоящий момент уже прописаны наиболее важные законы, регламентирующие разнообразные аспекты данной деятельности.

К физической составляющей безопасности образовательной среды относят рекомендации по пожарной безопасности в педагогических учреждениях, правила безопасности при проведении занятий по химии, биологии, физике, а также наличие «тревожных кнопок». Разрабатываются и проводятся специализированные учебные тренинги и занятия по безопасности жизнедеятельности [8].

Центральными понятиями в теории психологической безопасности, как мы уже выяснили, являются угроза, риск, опасность. В нашем случае идёт речь о социальных угрозах, в которые входят социально – психологические, характеризующиеся уровнем напряжённости, конфликтностью и стрессовыми ситуациями. Психологическая безопасность направлена на обеспечение нормального функционирования личности. Психологическая безопасность, выступая, как защита от влияния внутренних и внешних угроз, обеспечивается оптимальным соотношением зависимости – независимости от воздействия других людей путём тренировки здоровой автономии и контролем, управляемостью своих реакций в нестандартных ситуациях [10].

Психологическую безопасность на сегодняшний день И.А. Баева определяет как: состояние сохранности психики человека; сохранение целостности личности, адаптивности функционирования человека, социальных групп, общества, а также как устойчивое развитие и нормальное функционирование человека во взаимодействии со средой, то есть умение защититься от угроз и умение создавать психологически безопасные отношения возможности среды и личности по предотвращению и устранению угроз, а главное это состояние среды, создающее защищенность или свободное от проявлений психологического насилия во взаимодействии, способствующее удовлетворению потребностей в личностно – доверительном общении, создающее референтную значимость, то есть причастность к среде и обеспечивающее психическое здоровье включенных в нее участников. Психологическая безопасность личности и среды неотделимы друг от друга [7].

Следовательно, делаем вывод, что понятие «безопасность» рассматривается в аспектах всех сфер жизни человека и по – разному, а также имеет различные виды. Выяснили, что основу безопасности личности составляет отсутствие в окружающей среде риска, опасности, внутренних и внешних угроз.

Выяснили, что психологическая безопасность – это состояние устойчивого развития и нормального функционирования психики личности, дающее возможность защититься от угроз и создавать психологически безопасные отношения в окружающей среде.



## 1.2. Психологическая безопасность образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе

В числе многих исследователей, занимающихся проблемой безопасности образовательной среды особый подход к рассмотрению изложили И.А. Баева, Е.Н. Волкова и Л.А. Лактионова. По их мнению, психологическая характеристика образовательной среды будет неполной, «если не будет определено, каковы должны быть условия, чтобы внутренняя природа человека раскрылась в полную меру». Следовательно, совокупность всех этих условий будет входить в понятие «психологическая безопасность» образовательной среды [13].

В изучение образовательной среды, как сферы развития ребёнка, внесли большой вклад Л.С. Выготский и А.Н. Леонтьев. Рассматривая разные подходы и модели образовательной среды, приходим к выводу о том, что в методологическом плане она может рассматриваться:

- как фактор, оказывающий определенное влияние на обучение и развитие учащихся, например, напряженность образовательной среды;
- как совокупность возможностей для обучения учащихся, а также проявления и развития их способностей и личностного потенциала;
- как средство обучения и развития. Если обучающийся сам выбирает или выстраивает для себя образовательную среду, то он становится субъектом саморазвития, а образовательная среда выступает для него объектом выбора используемых им средств саморазвития;
- как предмет проектирования и моделирования: сначала образовательная среда теоретически проектируется, а затем моделируется (воплощается на практике) в соответствии с целями обучения, особенностями контингента детей, а также видом образовательного учреждения и конкретными условиями;
- как объект психолога – педагогической экспертизы и мониторинга, поскольку динамичность образовательной среды и ее компонентов требует

отслеживания ее соответствия представленным в концепции данного образовательного учреждения образовательным целям и потребностям её субъектов [цит. по 21, с. 6-8].

В выявлении сущности психологической безопасности образовательной среды мы отталкиваемся, во – первых, от концептуального подхода в понимании национальной безопасности, в рамках которого психологическая безопасность входит в категорию социальной безопасности, что означает выполнение социальными институтами своих функций по удовлетворению потребностей, интересов, целей всего населения страны. Учебные заведения как социальный институт общества являются субъектами безопасности, и важность изучения психологической безопасности личности в образовательной среде определяется тем, что учебные заведения, включая в себя подрастающее поколение, взрослых и семью, способны строить свою локальную систему безопасности как через обучение и воспитание, так и через решение задач развития. Образовательная среда включает в себя определённые компоненты, в каждом из которых участникам образовательного процесса должно быть комфортно, если такой эффект будет достигнут, то среду можно назвать безопасной [цит. по 11, с. 4-7].

В.А. Ясвин выделяет в образовательной среде школы следующие три компонента:

1. Пространственно – архитектурный, включающий предметную среду, окружающую педагога и обучающегося.
2. Социальный, определяющийся особой формой детско–взрослой общностью.
3. Психодидактический, который включает содержание образовательного процесса, осваиваемые ребенком способы действий, организация обучения [72].

Для сравнения несколько иначе рассматривает структуру образовательной среды Е.А. Климов, который выделил:

1. Социально – контактную часть среды, включающую личный пример, опыт, образ жизни, деятельность, поведение, взаимоотношения; коллективы, с которыми контактирует человек, реальное место человека в структуре своей группы.

2. Информационную часть среды – это правила внутреннего распорядка, устав учебного заведения, традиции, правила личной и общественной безопасности, средства наглядности, персонально адресованные воздействия.

3. Соматическую часть среды, включает собственное тело и его различные состояния.

4. Предметную часть среды, включающую материальные, биологические, гигиенические условия. Итак, соблюдение в каждом компоненте школьной среды определённых правил и будет залогом её безопасности для всех участников процесса образования [цит. по 72].

Выделяют также следующие виды психологической безопасности, касающиеся непосредственно образовательной среды:

1. Психологическая безопасность педагогического коллектива (в данном аспекте осуществляется взаимодействие на уровне взрослый – взрослый).

2. Психологическая безопасность обучающихся (в данном случае взаимодействие строится на уровне ученик – ученик).

3. Психологическая безопасность образовательного процесса (в данном случае взаимодействуют как взрослый – ученик, так и ученик – взрослый).

Психологическая безопасность личности в образовательной среде определяется тем, что учебные заведения, включая в себя подрастающее поколение (обучающихся) и взрослых (педагогический коллектив и родителей) способны строить свою частную систему безопасности как через обучение и воспитание, так и через решение задач развития [38].

Психологическая безопасность включена в понятие социальной безопасности наряду с образовательной. Основная задача безопасности – это нормальное здоровое развитие личности и общества в целом. Следуя из этого, перед школой ставится цель – обеспечение организационной, профессиональной и личностной безопасности, так как школа есть образовательное учреждение, в котором осуществляется профессиональная деятельность, целью которой может выступать личностное развитие всех участников образовательной среды [12].

К опасностям и угрозам для здоровья обучающихся в образовательной среде относят несоответствие уровня требований учебного предмета возможностям обучающихся, трудности контакта обучающихся и педагогов в учебной деятельности, пассивную позицию учащихся в процессе обучения, отсутствие интеграции между различными предметами и трудности учащихся в успешном выполнении домашних заданий. Все это может быть результатом обучения, ориентированного не на личность как на приоритет обучения, воспитания и развития, а на передачу знаний. Недостаток психологической безопасности в межличностных отношениях педагогов и обучающихся в итоге приводит учеников к нежеланию просить о помощи и к изоляции [5].

Одной из существенных психологических опасностей в образовательной среде является неудовлетворение важной базовой потребности в личностно – доверительном общении, и как следствие — склонность к деструктивному поведению, негативное отношение к образовательным учреждениям и нарушения психического и физического здоровья. Потенциально опасными в процессе развития школьника являются: переход из дошкольного детства в школьную жизнь, начало обучения в основной школе, перевод в пятый класс и переход из основной в старшую школу. Опасность состоит в том, что при неблагоприятных условиях этап адаптации к новой ситуации обучения идет болезненно и может затянуться [12].

Ответственность и включенность в происходящие в образовательной среде процессы должны распределяться равномерно между всеми её участниками (педагогами, обучающимися и их родителями, администрацией).

Решение проблем психологической безопасности в образовательной среде, согласно исследованиям зарубежных психологов, может также осуществляться через программы по улучшению межличностного взаимодействия и обучению социальным навыкам. Дефицит социальных навыков может быть уменьшен путем проработки характеристик группы, являющихся источником межличностных проблем, и увеличением мотивации эффективно справляться с такими проблемами [7].

Среди важных социальных навыков, содержащих познавательный, эмоциональный и поведенческий компоненты, можно выделить следующие: понимание ситуации, признание и понимание индивидуальных различий людей, их ценности, осознание и умение управлять эмоциями, знание возможных вариантов решения и выбор стратегии поведения, формирование умений сотрудничать, развития терпимости к другим людям, тренировка навыков саморегуляции и самоконтроля. Обучение решению конфликтных ситуаций в образовательной среде может осуществляться через использование ненасильственных средств, к которым относятся: возможность выслушать с уважением друг друга; возможность выразить свою точку зрения и перспективу решения проблемы; возможность узнать различные точки зрения; рассмотрение в группе трудных ситуаций, прошлого опыта; умение справляться с чувствами, проигрывая ситуации и получая обратную связь от членов группы; возможность свободного выражения чувств, не причиняющих вред другим людям, акцентирование внимания на поступках и ответственности, а не на личности [43].

Диагностическими показателями психологической безопасности образовательной среды выступают: интегральный показатель отношения к

среде; индекс психологической безопасности; индекс удовлетворённости взаимодействием в образовательной среде.

Психологически безопасной средой можно считать такую среду, в которой большинство участников имеют положительное отношение к ней; высокие показатели индекса удовлетворенности взаимодействием и защищенности от психологического насилия.

Постоянный мониторинг психологической безопасности образовательной среды на основе экспресс – диагностики позволяет контролировать качество психологических условий, в которых осуществляются обучение и воспитание [9].

Что касается безопасности в образовательном учреждении, здесь основополагающей является психологическая безопасность, которая будет условием, способствующим развитию психологически здоровой личности. Повышение уровня психологической безопасности способствует личностному развитию и гармонизации психического здоровья всех участников учебно – воспитательного процесса: учеников, педагогов и родителей.

Далее рассмотрим вопрос влияния психологической безопасности на протекание процесса адаптации у пятиклассников. Для успешной адаптации пятиклассников при взаимодействии их со средой выделяют три основных фактора, связанных с обеспечением безопасности: защищённость со стороны педагогов, защищённость со стороны одноклассников и сверстников, человечность или толерантность в отношениях [36].

В понимании сущности адаптации человека к новым условиям в отечественной психолого – педагогической литературе наметилось несколько основных подходов. Так, Г.М. Андреева считает, что адаптация означает приспособление, приурочивание индивида к новым условиям, выживания в них.

Такие учёные как Б.Г. Рубин, Ю.С. Колесников определяют понятие адаптации как процесс активного овладения социальными ролями.

Анализируя различные подходы в изучении данной проблемы, было выявлено, что неотъемлемым компонентом, влияющим на уровень адаптации пятиклассников, является согласованное взаимодействие всех субъектов образовательного процесса. Для того, чтобы в образовательной среде развивалась психически здоровая личность, необходимо создание оптимальных условий, включающих безопасность среды [цит. по 18 с. 268].

Процесс адаптации принято разделять на три основных группы этническую, биологическую и социальную, в состав которой и входит интересующая нас психологическая адаптация обучающихся. Данный вид адаптации неотъемлемо происходит в условиях какого – либо образовательного учреждения, в нашем случае школа – интернат.

Психологическая суть образовательного учреждения заключается в следующем – создание условий и возможностей для поддержания психологически комфортной среды. Образовательная политика направлена на сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья всех субъектов, включённых в процесс обучения [27].

Психологическая адаптация сейчас является важнейшим социальным критерием, который позволяет верно оценить человека как в сфере межличностных отношений, так в сфере учебной и профессиональной состоятельности. Психологическая адаптация зависит от множества меняющихся факторов, к числу которых относятся и особенности характера, и социальное окружение. Психологическая адаптация включает в себя умение переключаться с одной социальной роли на другую, причём адекватно и оправданно. В обратном случае приходится говорить о процессе дезадаптации и возможно о проблемах психологического характера [36].

Школьная адаптация представляет собой процесс формирования механизма приспособления обучающегося к требованиям и условиям обучения. Её результатом является адекватный механизм, приводящий к адаптированности, обеспечивающей успешность последующей учебной деятельности [цит. по 45, с. 19].

Адаптированность — это уровень фактического приспособления человека, уровень его социального статуса и самоощущения, удовлетворенности или неудовлетворенности собой и своей жизнью. Адаптивность зависит от индивидуальных особенностей личности обучающегося. В индивидуальные особенности входят такие психологические свойства личности, как: способности, темперамент, возможности, эмоциональность [цит. по 52, с. 26].

Для более полного изучения данной темы является необходимым рассмотрение проблем, которые чаще всего возникают в период адаптации к средней школе. Во – первых, много разных учителей, к требованиям которых необходимо привыкнуть, и во главе с ними новый классный руководитель. Во – вторых, много новых кабинетов и непривычное расписание. В – третьих, проблемы общения со старшеклассниками, так как в средней школе пятиклассники самые младшие. Далее обозначим проблемы, которые связаны конкретно с учебной деятельностью, например, ускоренный темп работы, не умеющие быстро писать, не успевают выполнять задания в полном объёме [16].

Оказывает влияние увеличение объёма работы не только на уроке, но и дома, а так же появляются непривычные требования к оформлению заданий. Успешность адаптации пятиклассников зависит не только от готовности интеллектуальной сферы, но и от того, насколько хорошо они способны налаживать отношения и общаться с одноклассниками и учителями, соблюдать определённые правила, нормы и ориентироваться в непривычных ситуациях [55].



В условиях нашей базы исследования обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья. Их психологические особенности будут немного отличаться от детей с нормой. Дети с ограниченными возможностями здоровья, как правило, имеют уровень сформированности когнитивной сферы ниже возрастной нормы, в виду наличия какого – либо отклонения. Из этого следует, что все выше перечисленные проблемы адаптации, будут протекать более заметно и остро. Наличие тревожности и страха будут более выражены. Ситуации неуспеха могут сопровождаться неадекватными эмоциональными и поведенческими реакциями. Дети с ограниченными возможностями здоровья особо чувствительны и ранимы, поэтому учителю необходимо пользоваться принципом индивидуального подхода к каждому обучающемуся.

Наличие возможности адекватно реагировать на нестандартные ситуации и зрело оценивать их наличие принято считать показателем успешной адаптации, то есть готовность ребёнка к возникновению трудностей и умению их преодолевать. При этом основа адаптации – это именно смирение, усвоение устоявшихся правил, принятие ситуации и умение сделать выводы, а также способность менять свое отношение к происходящему [1].

Следовательно, делаем вывод, что на успешность процесса адаптации пятиклассников оказывают влияние определённые условия образовательной среды, одним из важнейших является её психологическая безопасность. Если ребёнок попадает в психологически здоровую безопасную и комфортную образовательную среду, то процесс адаптации в ней будет успешным, так как в такой среде присутствуют все необходимые условия для развития здоровой личности. Психологически безопасная образовательная среда, определённо, является главным условием развития адаптационных ресурсов пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья.

### 1.3. Модель формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации

Любой объект исследования мы умышленно упрощаем до удобного или до понятного нам уровня, то есть представляем это явление или этот процесс в виде модели. При этом должны соблюдаться два основных условия: модель должна достоверно описывать реальный процесс и способствовать получению полезной и новой информации, а также быть экономична и удобна в использовании. Модель может отличаться от реального объекта как масштабом, так и природой [26].

Моделирование в психологии — это процесс исследования психических явлений и состояний при помощи их реальных или идеальных, прежде всего математических моделей. Под «моделью» при этом понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некоторые существенные свойства системы — оригинала. Наличие отношения частичного подобия позволяет использовать модель в качестве заместителя или представителя изучаемой системы. Относительная простота модели делает такую замену особенно наглядной. Создание упрощенных моделей системы — действенное средство проверки истинности и полноты теоретических представлений в разных отраслях знания [цит. по 52, с. 219-220].

Дерево целей является неотъемлемой частью процесса моделирования. Как метод планирования, целеполагание основывается на теории графов и представляет собой как траекторные, определяющие направление движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории. Целеполагание как метод, представляет собой процедуру усвоения системных инновационных технологий [23].

Совершенствование целеполагания открывает мощный потенциал для научной, программно – целевой основы изучения. Оно позволяет осуществить высокий уровень конкретизации исследовательской деятельности, целенаправить эту деятельность на достижение конечного результата, который заранее запрограммирован, обозначить базу для выполнения всех предполагаемых упражнений (анализа, планирования, организации, регулирования, контроля). Это приобретает особую значимость в современных условиях, когда ставится задача выйти на новый качественный уровень работы. Деятельность по построению целей отражает этот уровень в развитии интенсивного пути преобразования действительности. На данном этапе, для совершенствования уровня целеполагания разработаны тренинги, созданы учебно – методические пособия [24].

Процесс целеполагания является одним из основополагающих этапов построения структурно – функциональной модели процесса формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья.

В данном исследовании на основе теоретического анализа психолого – педагогической литературы и результатов эксперимента разработано дерево целей и модель по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

Далее рассмотрим дерево целеполагания в соответствии, с которым строится этапность нашего диссертационного исследования, показанного в виде схемы на рисунке 1.

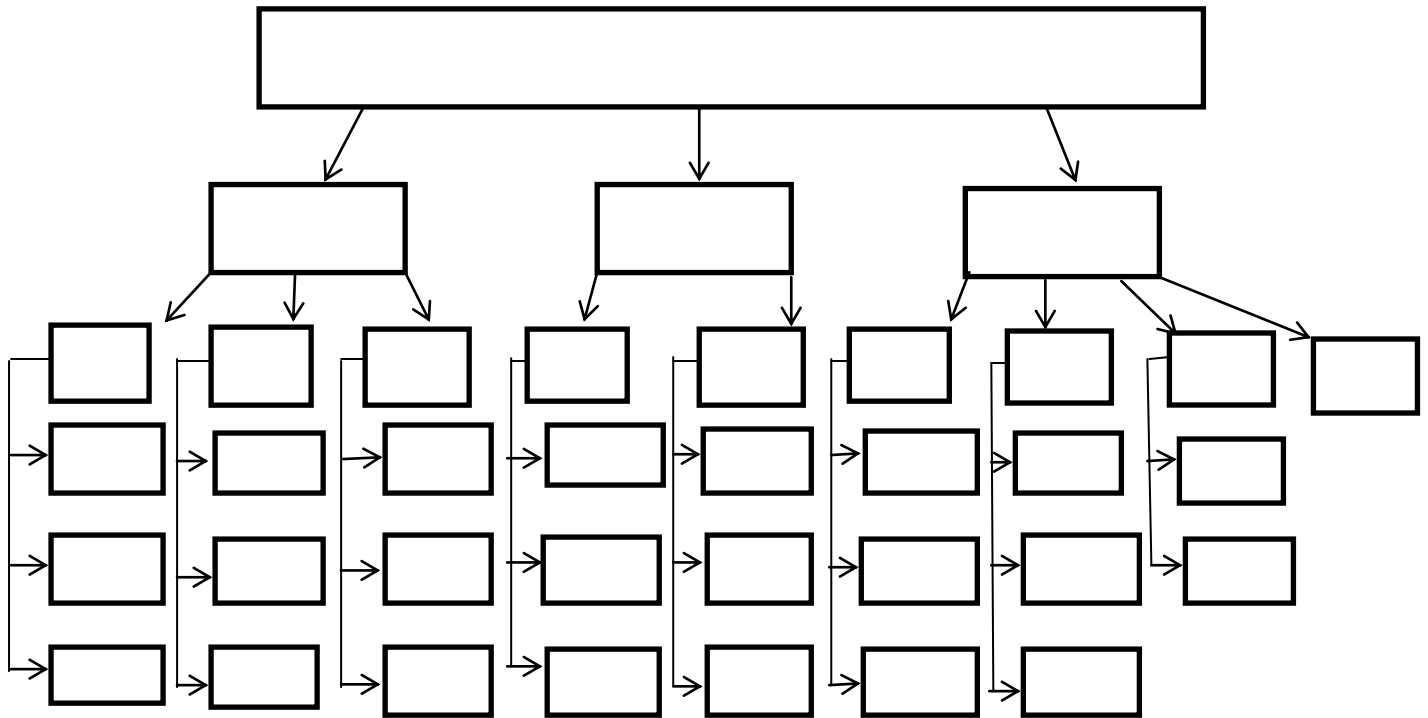


Рисунок 1. Дерево целеполагания процесса формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе

Подробное описание дерева целей выглядит следующим образом: генеральной целью процесса формирования является: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

1. Теоретические предпосылки исследования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

1.1. Психологическая безопасность как предмет научного исследования в психолого – педагогической литературе.

1.1.1. Раскрытие понятия «психологическая безопасность» в разных аспектах жизнедеятельности.

1.1.2. Рассмотрение компонентов структуры психологической безопасности.

- 1.1.3. Изучение критериев психологической безопасности.
- 1.2. Психологическая безопасность образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.
  - 1.2.1. Характеристика образовательной среды школы.
  - 1.2.2. Рассмотрение взаимосвязи между психологической безопасностью образовательной среды и адаптацией пятиклассников.
  - 1.2.3. Описание условий процесса адаптации в пятом классе.
- 1.3. Модель формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации.
  - 1.3.1. Раскрытие понятия «модель» формирования.
  - 1.3.2. Описание цели, задач, принципов и критериев эффективности программы.
    - 1.3.2. Описание «дерева целей».
2. Организация исследования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.
  - 2.1. Этапы, методы, методики исследования.
    - 2.1.1. Описание этапов исследования.
    - 2.1.2. Раскрытие методов исследования.
    - 2.1.3. Описание методик исследования.
  - 2.2. Характеристика выборки и анализ результатов исследования.
    - 2.2.1. Особенности обучающихся с ОВЗ.
    - 2.2.2. Психолого – педагогические особенности пятиклассников.
    - 2.2.3. Анализ результатов констатирующего эксперимента.
3. Опытное – экспериментальное исследование психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.
  - 3.1. Программа формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды.
    - 3.1.1. Описание структуры программы.

3.1.2. Составление тематического планирования.

3.1.3. Рассмотрение конспектов занятий.

3.2. Анализ результатов опытно – экспериментального исследования.

3.2.1. Описание результатов формирующего эксперимента.

3.2.2. Рассмотрение факторной структуры основных компонентов работы.

3.2.3. Проверка эффективности реализованной программы.

3.3. Рекомендации педагогам и родителям по созданию условий психологической безопасности образовательной среды.

3.3.1. Разработка эффективных правил поведения и общения с обучающимися с ОВЗ в пятом классе.

3.3.2. Описание необходимых условий для создания психологически комфортной и безопасной образовательной среды.

3.4. Составление технологической карты программы формирования.

Формирование – сознательное управление процессом развития человека или отдельных сторон личности, качеств и свойств характера и доведение их до задуманной формы (уровня, образа, идеи). В педагогической практике формирование означает применение приемов и способов (методов, средств) воздействия на личности учащегося с целью создания у него системы определенных ценностей и отношений, знаний и умений, склада мышления и памяти. Личность, развиваясь под влиянием родителей, учителей, среды, как бы принимает определенную форму – у неё начинают присутствовать и проявляться задуманные свойства [цит. по 45, с. 421- 422].

Форма моделирования зависит от используемых моделей и сферы их применения. По характеру моделей выделяют предметное и знаковое (информационное) моделирование. При знаковом моделировании моделями служат схемы, чертежи, графики. Возможность моделирования полученных в ходе построения и исследования моделей, на оригинал, основана на том, что модель в определённом смысле отображает

(воспроизводит) какие – либо его стороны и предполагает наличие соответствующих теорий или гипотез [26].

Моделирование всегда применяется вместе с другими общенаучными и специальными методами; особенно тесно оно связано с экспериментом. Моделирование в процессе образования рассматривается двояко, во – первых, является содержанием предметов, которые обучающиеся должны усвоить.

Во – вторых, моделирование рассматривается, как средство обучения. С помощью моделирования удаётся свести изучение сложного к простому, невидимого и неосязаемого к видимому и осязаемому, незнакомого к знакомому. Система научных моделей, аппарат для их исследования, методика использования в практике результатов исследования входят в основы наук, которые составляют содержание учебного предмета. Моделирование объектов, которые по своей сложности или величине не поддаются исследованию и изготовлению в натуре, составная часть технического творчества детей. В зависимости от того, какие свойства моделируемого объекта выбраны главными, один и тот же объект может быть представлен моделями различной конструкции [31].

Модель – это упрощенный мысленный или знаковый образ какого-либо объекта или системы объектов, используемый в качестве их «заместителя» и средство оперирования. В естественных науках моделью называют описание объекта средствами некоторой научной теории.

Модель в фундаментальных и в прикладных науках обычно связываются с применением моделирования, то есть с выяснением (или воспроизведением) свойств какого – либо объекта, процесса или явления с помощью другого объекта, процесса или явления – его модели. Такая процедура требует выполнения определенных правил и предъявляет требования и к самой модели [21].

Модель в науке – любой образ, аналог (мысленный или условный: изображение, описание, схема, чертеж, график, карта) какого – либо объекта, процесса или явления («оригинала» данной модели) [68].

Моделирование в психологии – исследование процессов и психических состояний с помощью их реальных (физических) или идеальных, прежде всего математических моделей, с целью формальной проверки их работоспособности. Под моделью здесь понимается система объектов, воспроизводящая существенные свойства системы – оригинала, специальное представление какого – либо объекта, реконструирующее его существенные (в определенном контексте) черты [26].

В практике психокоррекционной работы традиционно выделяются три основные модели коррекции:

Общая модель коррекции – это система оптимального возрастного развития личности в целом. Она включает в себя щадящий охранительно-стимулирующий режим для ребенка, соответствующее распределение нагрузок с учётом психического состояния, организацию жизнедеятельности ребенка в школе, в семье и в других группах.

Типовая модель коррекции основана на организации конкретных психокоррекционных воздействий с использованием различных методов: игротерапии, семейной терапии, психорегулирующих тренировок.

Индивидуальная модель коррекции ориентирована на психологию различных нарушений у ребёнка с учётом его индивидуально – типологических, психологических, клиничко – психологических особенностей. Это достигается в процессе создания индивидуальных психокоррекционных программ, направленных на коррекцию имеющихся недостатков с учётом индивидуальных факторов [32, 33].

Цель нашего исследования – теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.



Для достижения цели мы поэтапно проходим четыре блока работы.

1. Теоретико - методологический блок. Содержит в себе методологические подходы и концепции, на которых строится наше диссертационное исследование.

2. Диагностический блок. Раскрывает содержание работы по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе, включая диагностику основных параметров.

3. Формирующий блок. Включает в себя организацию и проведение занятий при помощи форм и методов по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе.

4. Аналитико – результативный блок. Включает в себя анализ полученных результатов исследования и проверку эффективности психолого – педагогической программы.

Далее подробнее рассмотрим структуру модели нашего исследования на рисунке 2.

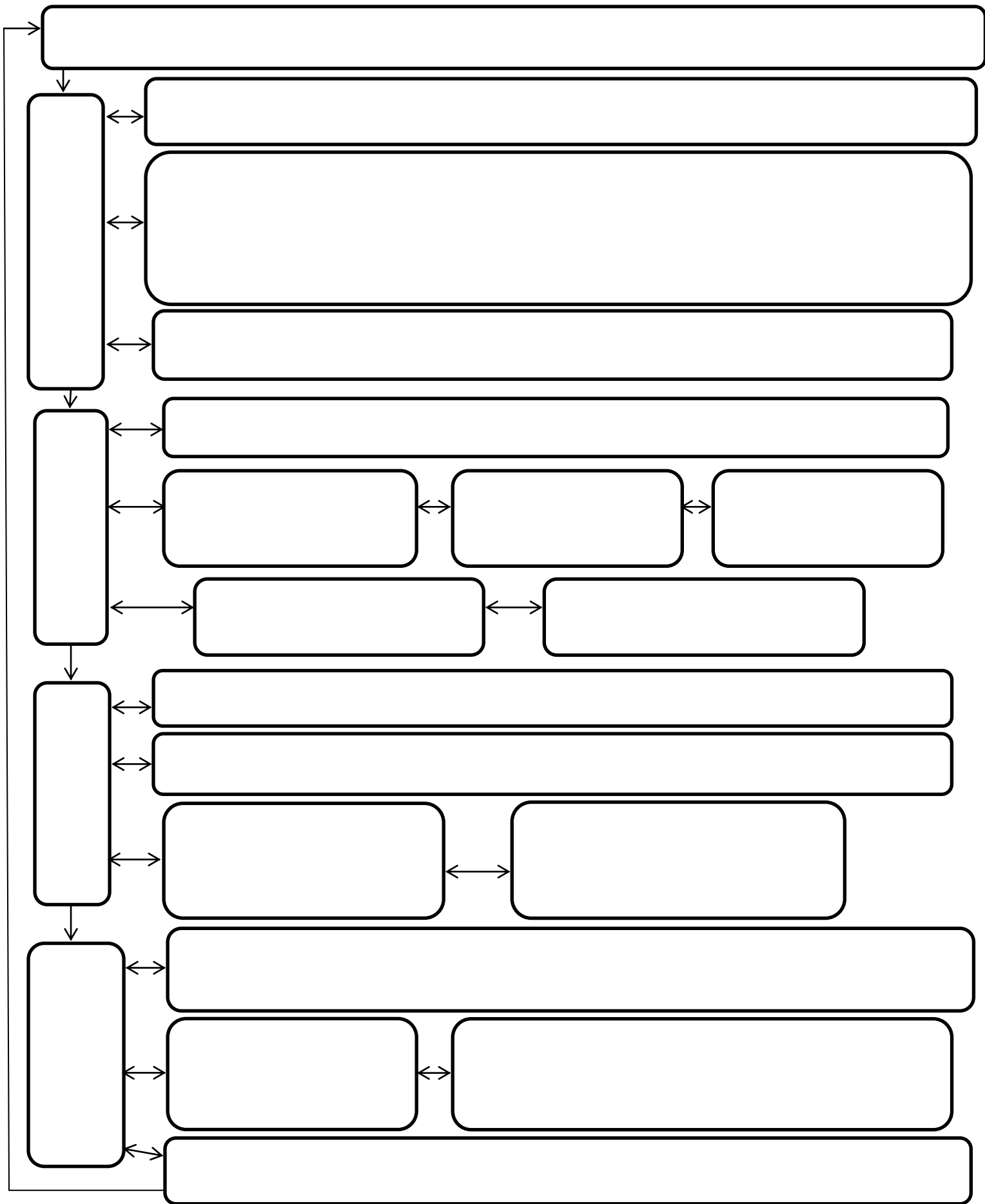


Рисунок 2. Модель формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе

Получаем, что модель – это упрощенное представление реального устройства или протекающих в нём процессов, явлений. Это практическое описание того, как что – то действует, конечная цель которого использование на практике.

Формирование в нашем исследовании подразумевает применение приемов, методов и способов создания, оптимально комфортных и безопасных условий для воздействия на личности пятиклассников с целью создания у них системы определенных ценностей и отношений, знаний и умений, склада мышления, то есть развития необходимых адаптационных ресурсов.

Следовательно, делаем вывод о том, что метод моделирования даёт возможность построить подробный план направлений коррекционно – развивающей работы по формированию определённых условий для успешного протекания процесса адаптации у пятиклассников и даёт возможность представить её полный образ. Метод целеполагания, в свою очередь, помогает структурировать весь процесс формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды, а также выстроить его наглядность.

## Выводы по 1 главе

Таким образом, подробно изучив и проанализировав различные подходы к трактовке основных понятий нашего исследования получаем, что понятие безопасности рассматривается в аспектах всех сфер жизни человека и по – разному. Выявили, что основу безопасности личности составляет отсутствие в среде риска, опасности и угроз как внешних так и внутренних.

Выяснили, что психологическая безопасность – это состояние устойчивого развития и нормального функционирования психики личности, дающее возможность защититься от угроз и создавать психологически безопасные отношения в окружающей среде.

Определили, что психологическую безопасность образовательной среды можно рассматривать как: - состояние образовательной среды, свободной от проявления психологического насилия во взаимодействии; способствующее удовлетворению основных потребностей в личностно – доверительном общении; создающее референтную значимость среды и обеспечивающее психическое здоровье всех её субъектов;

- как система межличностных отношений, которые вызывают у участников образовательного процесса чувство принадлежности; убеждают ребёнка, что он пребывает вне опасности; укрепляют психическое здоровье;

- как система мер, направленных на предотвращение угроз для продуктивного устойчивого развития личности.

Выяснили, что психологическая адаптация пятиклассников – это некая способность учеников применять новые способы поведения, которые зависят от возникновения незнакомой ситуации. Выявили взаимосвязь между понятиями психологическая безопасность образовательной среды и процесс адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья, отражение которой можно проследить в подробном описании психолого – педагогической модели формирования, а также в её целеполагании.

## Глава 2. Организация исследования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе

### 2.1. Этапы, методы и методики исследования

Данное исследование проводилось в несколько этапов. Поисково – подготовительный этап подразумевает под собой выбор, формулирование и обоснование проблемы исследования, актуальность и важность её решения в настоящее время. Подбор специальной литературы и других источников по данной проблеме. Углублённое изучение, подробный анализ научной и научно – методической литературы, диссертационных научно – исследовательских работ, монографий и статей, касающихся проблемы исследования.

Исследовательский этап включает в себя сбор фактических данных при помощи различных методов, этапов и серий исследований.

На втором этапе проводится обработка полученных результатов исследования констатирующего эксперимента, их количественный и качественный анализ, на основе которого составляется психолого – педагогическая программа по формированию недостающих навыков и умений. Ведётся установление связей, проводится анализ каждого зафиксированного факта. Далее, происходит составление таблиц, диаграмм и построение графиков. После реализации программы проводится формирующий эксперимент, данные которого также подвергаются анализу.

На завершающем этапе интерпретируя, полученные данные, формулируем выводы, устанавливаем правильность или ошибочность выдвинутой гипотезы исследования, а также составляем рекомендации для педагогов и родителей по формированию условий психологически комфортной и безопасной образовательной среды школы [68].

При проведении данного исследования были использованы следующие методы:

1) проведение анализа литературы по данной теме исследования. Были проанализированы теоретические изучения различных авторов, изучены учебные пособия и практикумы по психологии.

2) метод наблюдения, как один из основных исследовательских методов в психологии и педагогике, предполагает целенаправленное и систематическое восприятие исследователем действий и поведения испытуемых, а также наблюдение за особенностями протекания изучаемого явления или процесса, с последующей фиксацией результатов. Применение данного метода завершается анализом и установлением взаимосвязи между данными наблюдения, и высказыванием предположений или утверждений, приближающих исследователя к пониманию протекания исследуемого явления или процесса, особенностей поведения испытуемых [2].

3) метод эксперимента позволяет активно и целенаправленно воздействовать на явления и процессы путём создания новых условий или введения в него новых факторов для выявления причинно – следственных связей. Главное достоинство метода эксперимента в том, что он позволяет искусственно отделить изучаемый процесс от других. Эксперимент необходим для того, чтобы создать исследовательскую ситуацию, получить возможность изменять её, варьировать условия, сделав возможным изучение интересующего нас психического процесса через его внешнее проявление. При этом происходит раскрытие механизмов возникновения и функционирования изучаемого процесса или явления. Констатирующий эксперимент – это метод, позволяющий установить наличное состояние знаний, умений и навыков (особенностей развития). Формирующий эксперимент – это метод, состоящий в том, что исследователь определённым образом строит обучение испытуемых с целью получения заданного изменения его психики или же интеллектуальных способностей [68].

Тестирование – это исследовательский метод, выявляющий уровень знаний, умений, навыков, способностей и других качеств личности, а также их соответствие определённым возрастным нормам путём анализа способов выполнения испытуемым ряда специальных заданий [цит. по 45, с. 276].

4) Методы математической статистики помогают отразить точные количественные данные, которые выступают неопровержимыми аргументами в доказательстве выдвинутой гипотезы исследования. Важнейшей целью статистики является изучение объективно существующих связей между явлениями. В ходе статистического исследования этих связей необходимо выявить зависимости между показателями, то есть насколько изменение одних показателей зависит от изменения других показателей. Для этого мы использовали коэффициент корреляции Спирмена – это связи, где воздействие отдельных факторов проявляется только как тенденция (в среднем) при массовом наблюдении фактических данных. Примерами корреляционной зависимости могут быть зависимости между размерами активов банка и суммой прибыли банка, ростом производительности труда и стажем работы сотрудников [2].

Критерий Стьюдента направлен на оценку различий величин средних значений двух выборок, которые распределены по нормальному закону. Одним из главных достоинств критерия является широта его применения. Он может быть использован для сопоставления средних у связанных и несвязанных выборок, причем выборки могут быть не равны по величине [68].

Для проведения исследования методом тестирования, были выбраны следующие методики:

Методика диагностики Б.Н. Филлипса «Тест школьной тревожности Филлипса» (Приложение 1). Данная методика направлена для определения уровня школьной тревожности. Цель опросника состоит в изучении уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста. Методика включает в себя 58 вопросов.

Инструкция: «Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов.

Над вопросами долго не задумывайтесь. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если вы согласны с ним, или «-», если не согласны».

При обработке результатов выделяют вопросы; ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «-», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом - это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50 %, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75 % от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.

2. Число совпадений высчитывается по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

В данной методике представлены следующие факторы тревожности:

1. Общая тревожность в школе – общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. Переживания социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего – со сверстниками).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха – неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата.



4. Страх самовыражения – негативны эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний – негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки знаний, достижений, возможностей.

6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих – ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессового характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями – общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка [цит. по 34, с. 28 – 33].

Следующая методика диагностики И.А. Бaeвой «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды» (Приложение 1). Данная методика предназначена для исследования психологической безопасности образовательной среды школы. Опросник состоит из трех частей: первая включает в себя интегральный показатель отношения к образовательной среде; вторая – выбор значимых характеристик образовательной среды и индекс удовлетворенности ими; третья – индекс психологической безопасности образовательной среды школы.

Подсчет интегрального показателя отношения к образовательной среде производится следующим образом.

1. Этап – интерпретация ответов.

Шкалы с тремя вариантами ответов интерпретируются как: «да» - позитивное отношение (+); «не знаю» - нейтральное отношение (0); «нет» - негативное отношение (-).

Шкалы с пятью вариантами ответов интерпретируются как: «да», «пожалуй, да» - позитивное отношение (+); «не могу сказать», «не влияет» - нейтральное отношение (0); «нет», «пожалуй, нет», «обычно плохое», «чаще плохое» - негативное отношение (-).

Шкалы с девятью вариантами ответов интерпретируются как: 1-3 балла – негативное отношение (+); 4-6 баллов – нейтральное отношение (0); 7-9 баллов – позитивное отношение (-).

2 этап – подсчет показателей когнитивного, эмоционального, поведенческого компонентов отношения к образовательной среде. Показатели когнитивного, эмоционального, поведенческого компонентов отношения к образовательной среде определяются следующими сочетаниями:

- позитивное отношение к образовательной среде школы. К этой категории относятся те сочетания, в которых положительные ответы даны на все три вопроса компонента или два положительных ответа, а третий имеет любой другой знак: +++, ++0, ++-;

- нейтральное, противоречивое отношение к образовательной среде школы. Эта категория включает следующие случаи: на все три вопроса дан неопределенный ответ; ответы на два вопроса неопределенны, ответ на третий вопрос имеет любой другой знак; один ответ неопределенный, а два других имеют разные знаки: 000, +00, -00, +-0;

- негативное отношение к образовательной среде школы. К ним относятся сочетания, содержащие три отрицательных ответа или два ответа отрицательных, а третий с любым другим знаком: ---, --0, --+.

3 этап – подсчет интегрального показателя отношения к образовательной среде. Интегральный показатель отношения к образовательной среде определяется тем же методом на основе анализа

сочетаний показателей когнитивного, эмоционального, поведенческого компонентов отношения к образовательной среде.

Далее вычисляется процент респондентов с положительным (+) интегральным показателем отношения к образовательной среде, на основе чего определяется уровень отношения к образовательной среде школы в данной выборке.

Во второй части опросника (задание 7) предлагаются одиннадцать характеристик образовательной среды. Каждый испытуемый должен выделить пять наиболее значимых, по его мнению, характеристик образовательной среды и оценить удовлетворенность ими по 5-балльной шкале. Индекс удовлетворенности значимыми характеристиками образовательной среды для каждого испытуемого представляет собой среднее арифметическое оценок характеристик образовательной среды, выбранных в задании 7.

Третий параметр – защищенность от психологического насилия. Третья часть опросника состоит из 1 вопроса для групп учащихся и родителей, 27 вопросов для группы учителей, с помощью которых субъекты образовательного процесса оценивают уровень защищенности.

Индекс психологической безопасности подсчитывается аналогично индексу удовлетворенности характеристиками образовательной среды [8].

Следующая методика диагностики Т.Е. Ковиной, А.К. Колеченко и И.Н. Агафоновой «Предмет – чувства» (Приложение 1). Авторы предполагают, что эмоциональное состояние учащихся на уроке может быть показателем взаимоотношений, сложившихся между педагогами и детьми. Назначение методики – определение эмоционального состояния учащихся на уроке. Данная методика может быть применена для учащихся всех классов, ограничение – неумение читать. Благодаря методике определяется индекс эмоциональной положительности отношения к предмету по формуле  $K=A/C$ , где:  $K$  – индекс эмоциональной положительности,  $A$  – количество положительных эмоций,  $C$  – общее количество выраженных эмоций.

Не учитываются эмоции: интерес, удивление, скука, так как они более связаны с уровнем профессиональной деятельностью педагога. Процедура и инструкция предполагает, что обучающимся раздаются бланки методики, психолог проговаривает: «Обычно на уроках мы испытываем какие – либо чувства, напишите сверху название предмета и затем отметьте + 1 – 3 чувства, которые Вы испытываете обычно на этом уроке».

В конечном счёте получаем: - если  $K$  больше или равно 0,7 – безусловно высокая оценка; если  $K$  больше или равно 0,55 – преимущественно положительна оценка; если  $K$  больше или равно 0,45 – требуется дополнительная информация; если  $K$  меньше 0,45 – в основном низкая оценка [65].

На следующем этапе используются математические и статистические методы. В нашем случае целесообразно использовать метод корреляционных связей, для выявления наличия взаимосвязи психологической безопасности образовательной среды с процессом адаптации пятиклассников и Т-критерия Стьюдента, для оценки достоверности полученных различий между переменными.

Следовательно, делаем вывод, что наличие этапов в нашей работе придаёт ей определённую структуру и последовательную направленность действий. Применение выше перечисленных методик в нашем исследовании позволяют выявить в количественном показателе наличие уровней тревожности у пятиклассников, которые позволяют судить об успешности процесса адаптации, оценить психологическую безопасность образовательной среды школы по нескольким критериям, а также увидеть особенности взаимоотношений обучающихся с педагогами.

Применив, эффективные методы, в том числе метод математической статистики, возможно, выявить взаимосвязь между психологически безопасной образовательной средой школы и процессом адаптации у пятиклассников.

## 2.2. Характеристика выборки и анализ результатов исследования

Для исследования были взяты обучающиеся пятых классов с нарушениями опорно – двигательного аппарата. Выборку составили 21 человек: из них 9 девочек и 12 мальчиков. Задействованы были пять 5-х классов, численность которых в среднем 5 – 7 человек.

Стоит акцентировать внимание на психологических возрастных особенностях пятиклассников. Главным новообразованием данного возраста (11-12 лет) является обретение чувства взрослости. Ребёнок стремится к отчуждению, ранее имеющих на него особое влияние, взрослых. Это способствует созреванию нового качества – негативизм, которое порождает конфликтность поведения.

Ребёнок стремится к познанию своего собственного Я. Мотивация обучения пятиклассника зависит от ситуации успеха, так как положительная оценка даёт возможность подтвердить имеющиеся способности. Ситуация постоянного неуспеха приводит к повышенной тревожности, не только к школьной, но и личностной. В подобной ситуации для пятиклассников характерно появление страхов. Родители, настраивают ребёнка работать на «оценку», что приводит к появлению страха не соответствовать ожиданиям взрослых и к формированию неуверенности в своих силах. В подобной ситуации для пятиклассника основным является наличие контакта с классным руководителем, поддержка которого ему необходима [34].

Психолого – педагогическая характеристика обучающихся с нарушениями опорно – двигательного аппарата представляет собой – категорию детей, неоднородную по составу. Группа обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата объединяет детей со значительным разбросом первичных и вторичных нарушений развития. В зависимости от причины и времени действия вредных факторов отмечаются следующие виды патологии опорно – двигательного аппарата [73].

По типологии двигательных нарушений, предложенной И.Ю. Левченко, О.Г. Приходько, выделяются:

I. Заболевания нервной системы: детский церебральный паралич, полиомиелит.

II. Врожденная патология опорно – двигательного аппарата: врожденный вывих бедра, кривошея, косолапость и другие деформации стоп, аномалии развития позвоночника (сколиоз), недоразвитие и дефекты конечностей, аномалии развития пальцев кисти, артрогрипозы.

III. Приобретенные заболевания и повреждения опорно – двигательного аппарата: травматические повреждения спинного мозга, головного мозга и конечностей, полиартрит, заболевания скелета (туберкулез, опухоли костей, остеомиелит), системные заболевания скелета (хондродистрофия, рахит). В других классификациях дополнительно к перечисленным выделяется группа нарушений опорно-двигательного аппарата наследственной патологии с прогрессирующими мышечными атрофиями (миопатия Дюшена, амиотрофия Верднига-Гофмана) [42].

При всем разнообразии врожденных и рано приобретенных заболеваний и повреждений опорно-двигательного аппарата у большинства детей наблюдаются сходные проблемы. Ведущим в клинической картине является двигательный дефект (задержка формирования, недоразвитие, нарушение или утрата двигательных функций). Не существует четкой взаимосвязи между выраженностью двигательных и психических нарушений — например, тяжелые двигательные расстройства, могут сочетаться с легкой задержкой психического развития, а остаточные явления ДЦП — с тяжелым недоразвитием отдельных психических функции или психики в целом. Для детей с церебральным параличом характерно своеобразное психическое развитие, обусловленное сочетанием раннего органического поражения головного мозга с различными двигательными, речевыми и сенсорными дефектами [73].

Важную роль в генезе нарушений психического развития играют возникающие в связи с заболеванием ограничения деятельности, социальных контактов, а также условия обучения и воспитания.

Уточнение роли различных факторов и механизмов формирования разных видов нарушения опорно – двигательного аппарата необходимо в большей степени для организации медико – социальной помощи этой категории детей. Для организации психолого-педагогического сопровождения ребёнка с НОДА в образовательном процессе, задачами которого являются правильное распознавание наиболее актуальных проблем его развития, своевременное оказание адресной помощи и динамическая оценка её результативности, необходимо опираться на типологию, которая должна носить педагогически ориентированный характер [20].

Спастичность конечностей часто осложнена гиперкинезами. Процесс общения затруднен в связи с несформированностью языковых средств и речемоторных функций порождения экспрессивной речи. Степень умственной отсталости колеблется от выраженной до глубокой. Дети данной группы с менее выраженным интеллектуальным недоразвитием имеют предпосылки для формирования представлений, умений и навыков, значимых для социальной адаптации детей. Обучение строится с учётом специфики развития каждого ребёнка, а также в соответствии с типологическими особенностями развития детей с тяжёлыми и множественными нарушениями [73].

Вследствие неоднородности состава детей с нарушениями опорно – двигательного аппарата диапазон различий в требуемом уровне и содержании их школьного образования предполагает их образовательную дифференциацию, которая может быть реализована на основе вариативности стандарта, заложенного в ФГОС. В социальной адаптации детей, имеющих нарушения опорно – двигательного аппарата определяются два направления.

Первое имеет целью приспособить к ребёнку окружающую среду. Для этого существуют специальные технические средства передвижения

(коляски, костыли, трости, велосипеды), предметы обихода (тарелки, ложки, особые выключатели электроприборов), пандусы, съезды на тротуарах. Второй способ адаптации ребенка с двигательным дефектом — приспособить его самого к обычным условиям социальной среде [73].

Проведя исследование на данной выборке, по методике «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды», по первому критерию – показатели отношения к образовательной среде школы, были получены следующие результаты, представленные на рисунке 3:

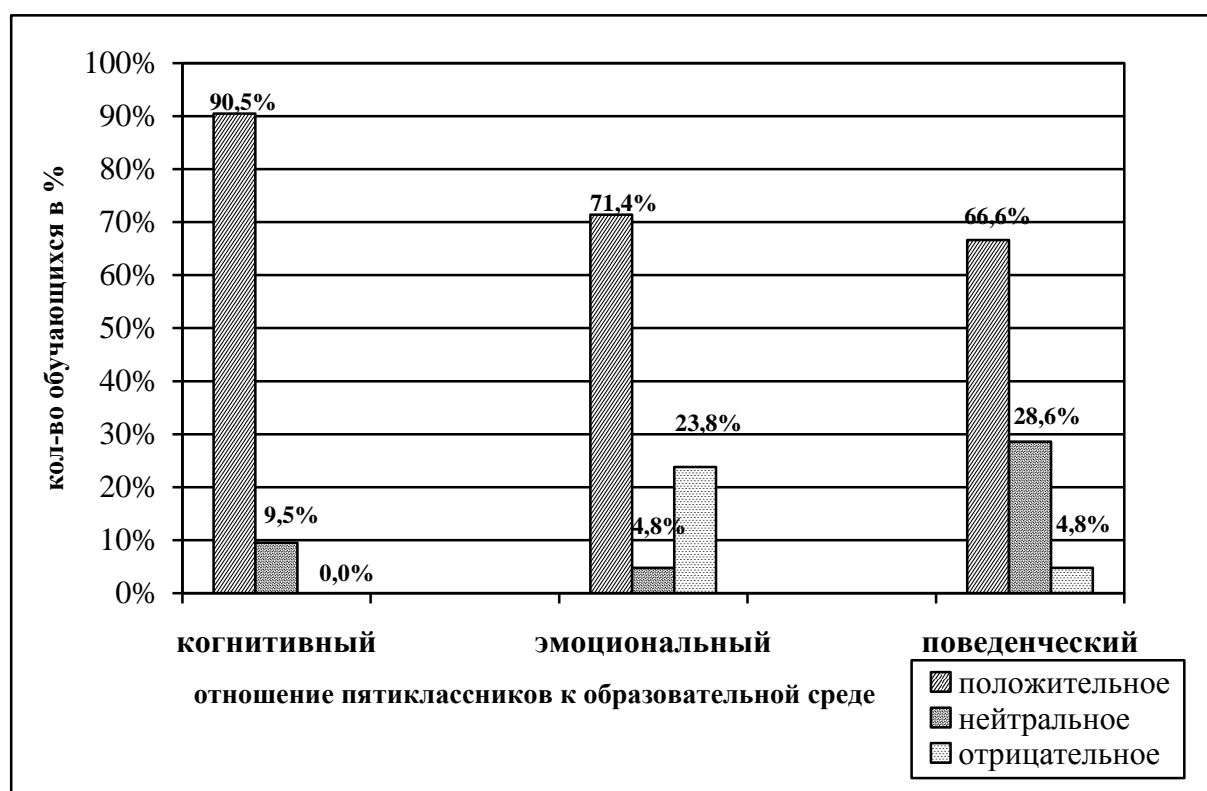


Рисунок 3. Показатели психологической безопасности образовательной среды (уровни отношения пятиклассников к компонентам психологической безопасности образовательной среды по методике И.А. Баевой)

Представленные результаты позволяют сделать вывод о том, что большинство обучающихся пятых классов положительное отношение к образовательной среде по всем трём компонентам, так:

- в когнитивном компоненте позитивное отношение имеют 19 испытуемых (90,5%); нейтральное отношение имеют 2 испытуемых (9,5%), а к категории негативного отношения не отнесён ни один обучающийся.



- в эмоциональном компоненте позитивное отношение выражают 15 человек (71,4%); нейтральное отношение выразил 1 человек (4,8%), а негативное отношение выразили 5 человек (23,8%).

- в поведенческом компоненте позитивное отношение имеют 14 испытуемых (66,6%); нейтральное отношение имеют 6 испытуемых (28,6%) и отрицательное отношение выразил 1 испытуемый (4,8%).

Делаем вывод, что результаты исследования показывают высокий уровень удовлетворённости пятиклассников компонентами образовательной среды школы. По итогам результатов методики удалось выявить, что по всем трём параметрам преобладают показатели положительного отношения к образовательной среде школы.

Лишь небольшая часть испытуемых находятся в нейтральном и дискомфортном состоянии по уровню отношения к образовательной среде школы. Можно сказать, что образовательная среда данного учреждения психологически комфортна и безопасна для большинства пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья (Приложение 2, табл.9).

Во второй части опросника мы представленные результаты позволяют сделать вывод, что большинство пятиклассников имеют дискомфорт по определённым показателям, находясь в данной образовательной среде. Выборы пятиклассников значимых характеристик образовательной среды школы и индекса удовлетворённости ими по пяти бальной шкале подробно представлены на рисунке 4.



Рисунок 4. Показатели психологической безопасности образовательной среды (уровни удовлетворённости пятиклассников характеристиками образовательной среды по методике И.А. Баевой)

Глядя на диаграмму видим, что в зону среднего показателя попали 13 испытуемых (61,9%), а в зону низкого показателя 8 испытуемых (38,1%), ни один испытуемый не может сказать, что полностью удовлетворён образовательной средой и имеет высокий показатель. Можем предположить, что это связано с взаимоотношениями с педагогами или одноклассниками или же с учебной нагрузкой (Приложение 2, табл.10).

Рассматривая третий критерий по методике И.А. Баевой – индекс психологической безопасности образовательной среды школы, определяемый через показатель уровня защищённости, мы получили следующие результаты, которые отражены на рисунке 5:



Рисунок 5. Показатели психологической безопасности образовательной среды (уровни защищённости пятиклассников в образовательной среде по методике И.А. Баевой)

Благодаря полученным данным, можем судить о том, что большинство пятиклассников считают себя достаточно защищёнными в образовательной среде школы, об этом говорят следующие цифры: 11 испытуемых (52,4%) попадают в область высокой защищённости, 5 испытуемых (23,8%) в зону средней значимости и также 5 испытуемых (23,8%) оценили уровень защищённости образовательной среды низким уровнем (Приложение 2, табл.11).

Проведя диагностику по методике «Тест школьной тревожности Филлипса», отражающий эмоциональный компонент психологической адаптации были получены следующие результаты, которые представлены на рисунке 6:



Рисунок 6. Эмоциональный компонент психологической адаптации пятиклассников (шкалы тревожности по методике Б.Н. Филлипса)

Полученные результаты данной диагностики позволяют сделать следующие выводы:

По первой шкале общей тревожности в школе высокий уровень тревожности имеют 6 испытуемых (28,6%), чуть повышенный уровень тревожности 4 испытуемых (19,0%) и большинство испытуемых – 11 человек (52,4%) находятся в диапазоне нормы.

По второй шкале переживания социального стресса в уровень высокой тревожности не попадает ни один испытуемый (0,0%), повышенный уровень тревожности имеют 4 человека (19,0%), а остальные 17 испытуемых (81,0%) находятся в диапазоне нормы.

По третьей шкале фрустрации потребности в достижении успеха высокий уровень тревожности не имеют ни один из испытуемых (0,0%), повышенный уровень тревожности имеют 7 человек (33,3%), а остальные 14 испытуемых (66,7%) находятся в диапазоне нормы.

По четвертой шкале страх самовыражения высокий уровень тревожности имеют 7 испытуемых (33,3%), повышенный уровень

тревожности имеют 5 человек (23,8%), а остальные 9 испытуемых (42,9%) находятся в диапазоне нормы.

По пятой шкале страх ситуации проверки знаний высокий уровень тревожности имеют 8 испытуемых (38,1%), чуть повышенный уровень тревожности 7 испытуемых (33,3%) и остальные испытуемые – 6 человек (28,6%) находятся в диапазоне нормы.

По шестой шкале страх не соответствовать ожиданиям окружающих высокий уровень тревожности имеют 4 испытуемых (19,1%), повышенный уровень тревожности 7 испытуемых (33,3%) и остальные испытуемые – 10 человек (47,6%) находятся в диапазоне нормы.

По седьмой шкале низкая сопротивляемость стрессу высокий уровень тревожности имеют 4 испытуемых (19,1%), повышенный уровень тревожности имеют 2 человека (9,5%), а большинство 15 испытуемых (71,4%) находятся в диапазоне нормы.

По последней восьмой шкале страхи в отношениях с педагогами получаем, что высокий уровень имеет 1 человек (4,7%), повышенный уровень составляют 4 испытуемых (19,1%), а в диапазоне нормы находятся оставшиеся 16 испытуемых (76,2%).

По результатам данной методики видим, что по пяти шкалам тревожности большее количество испытуемых попадают в диапазон нормы, но если посмотреть на шкалу №4 (страх самовыражения) – 7 человек и №5 (страх ситуации проверки знаний) – 8 человек попадают в диапазон высокого уровня тревожности, что влечёт за собой и высокий уровень общей тревожности – 6 человек. Именно эти данные будут являться предпосылкой для выбора одного из направлений работы, разработанной в последующем психолого – педагогической программы (Приложение 2, табл. 8).

Данная методика также даёт возможность соотнести количественные показатели уровней адаптации и выявить пятиклассников, находящихся в зоне риска, то есть имеющих уровень возможной дезадаптации и дезадаптации, обратимся к рисунку 7.

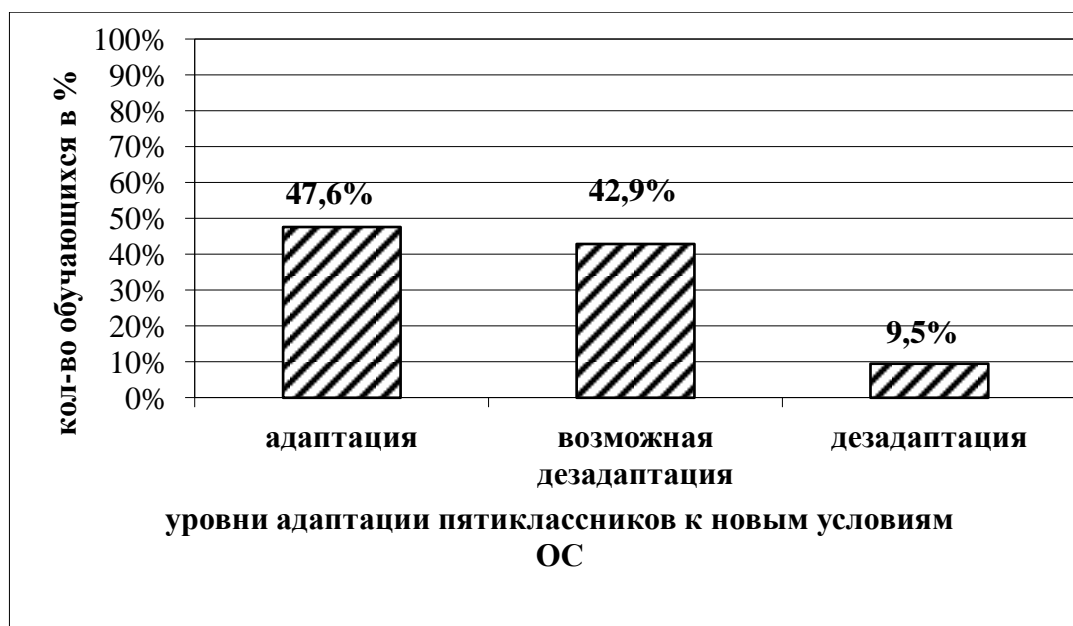


Рисунок 7. Показатели уровней адаптации пятиклассников (шкалы тревожности по методике Б.Н. Филлипса)

На данной диаграмме видим, что большинство обучающихся находятся в диапазоне нормально протекающей адаптации и достаточно большое количество испытуемых имеют риск и занимают промежуточную позицию – возможной дезадаптации и 2 испытуемых (9,5%) являются дезадаптированными. Данные этой диаграммы нацеливают нас выяснить причины возникновения таких показателей, благодаря чему будет строиться второе направление психолого – педагогической программы.

Проведя диагностику по методике «Предмет – чувства», которая определяет мотивационный компонент психологической адаптации, были получены следующие результаты, которые можно наблюдать на рисунке 8:

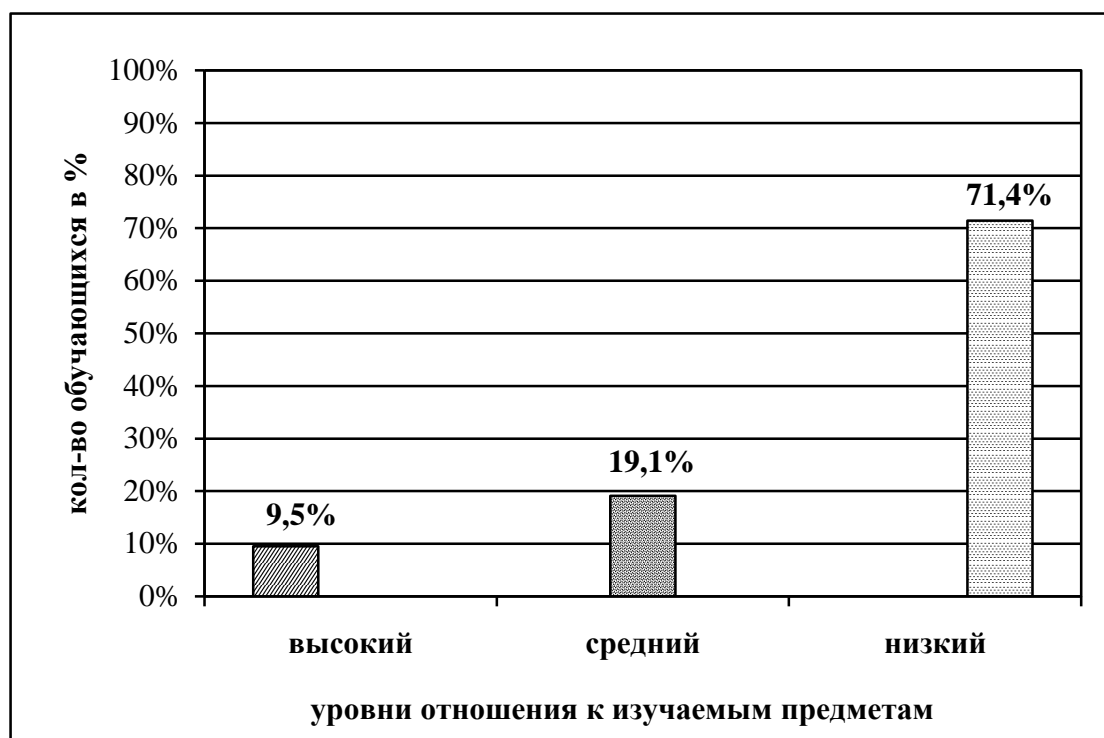


Рисунок 8. Мотивационный компонент адаптации (интегральные показатели отношения пятиклассников к изучаемым предметам по методике Т.Е. Ковиной, А.К. Колеченко и И.Н. Агафоновой)

Полученные результаты по данной диагностике позволяют сделать следующие выводы, что высокий индекс эмоциональной положительности в среднем значении ко всем изучаемым предметам (математика, русский язык, литература, ИЗО, физическая культура, информатика, английский язык, природоведение, история, технология и музыка) имеют наименьшее количество пятиклассников – 2 человека (9,5%).

Средний индекс эмоциональной положительности в среднем ко всем изучаемым предметам имеют 4 человека (19,0%).

Наибольшее количество обучающихся пятого класса имеют низкий индекс эмоциональной положительности, что составило 15 человек (71,4%).

По данной методике делаем вывод, что большинство из испытуемых пятых классов имеют низкий уровень эмоциональной положительности к изучаемым учебным дисциплинам, что в целом сказывается и на уровне их мотивации к обучению (Приложение 2, табл.12).

Для подтверждения первой части выдвинутой нами гипотезы исследования мы применили метод расчёта коэффициента корреляции Спирмена.

В ходе проведения корреляционного анализа нами было получено 96 коэффициентов корреляции из них статистически значимыми являются 15 взаимосвязей, что составляет 15,6% от общего количества (Приложение 2, табл.13).

Применение метода корреляционного анализа к полученным результатам диагностик выборки позволило нам проследить следующие закономерности, представленные в таблице 1:

Таблица 1

Корреляционные связи между компонентами психологической безопасности образовательной среды и психологической адаптацией пятиклассников с ОВЗ

Критерии безопасности образовательной среды	Критерии адаптации пятиклассников					
	Уровень общей тревожности	Страх проверки знаний	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	Страх в отношении педагогов	Уровень мотивации	Уровень адаптации (А, В,ДА, ДА)
Положительное отношение к ОС	-,090	-,235	<b>-,471*</b>	-,103	,143	,112
	,697	,304	,031	,657	,536	,627
Нейтральное отношение к ОС	,162	,153	<b>,527*</b>	-,010	-,187	-,199
	,482	,508	,014	,967	,418	,387
Отрицательное отношение к ОС	-,077	,201	,221	,192	-,008	,097
	,739	,382	,337	,405	,974	,675
Когнитивный компонент ОС	-,107	-,163	-,330	-,110	<b>,496*</b>	,401
	,643	,481	,144	,635	,022	,072
Эмоциональный компонент ОС	-,089	-,352	-,226	-,225	,089	,050
	,701	,117	,324	,327	,700	,829
Поведенческий компонент ОС	,040	-,063	-,167	-,056	-,101	-,185
	,862	,785	,469	,810	,664	,422
Удовлетворённость ОС	,046	,041	,164	,092	-,063	-,151
	,844	,859	,478	,691	,788	,514
Защищённость в ОС	-,043	-,162	-,183	-,207	,046	,124
	,854	,483	,428	,368	,843	,592
Взаимоотношения с педагогами	-,319	-,395	-,290	-,203	,197	,297
	,159	,077	,203	,377	,391	,191



Взаимоотношения с учениками	<b>-,514*</b>	<b>-,452*</b>	<b>-,726**</b>	-,275	,241	<b>,489*</b>
	,017	,039	,000	,228	,292	,024
Возможность высказывать свою точку зрения	-,343	-,061	-,356	-,092	,132	,335
	,127	,794	,114	,691	,569	,137
Отношение к себе	-,379	-,255	-,373	-,366	,100	,393
	,090	,264	,096	,103	,667	,078
Личное достоинство	-,324	-,224	-,096	-,156	,145	,316
	,153	,329	,680	,499	,531	,163
Возможность обратиться за помощью	-,420	-,279	<b>-,710**</b>	-,301	,151	<b>,458*</b>
	,058	,221	,000	,184	,513	,037
Возможность проявлять инициативу	<b>-,629**</b>	-,323	<b>-,567**</b>	-,386	,174	<b>,594**</b>
	,002	,153	,007	,084	,449	,005
Учёт личных трудностей	<b>-,528*</b>	-,351	<b>-,453*</b>	<b>-,440*</b>	,021	,378
	,014	,119	,039	,046	,929	,091
Условные обозначения: * - коэффициенты корреляции, значимые при $p = 0,05$ ** - коэффициенты корреляции, значимые при $p = 0,01$						

Анализируя данные таблицы видим, что наибольшее количество статистически значимых связей с показателями адаптации имеют следующие показатели психологической безопасности: сфера взаимоотношений ученик – ученик в количестве четырёх корреляционных связей, по три значимых взаимосвязи имеют показатели возможности проявлять инициативу в учебной деятельности, а также учёт личных особенностей, которые вызывают трудности при обучении.

Показатель отношения к образовательной среде имеет две статистически значимых связи с эмоциональным компонентом адаптации пятиклассников.

Следующие взаимосвязи в количестве двух имеет такой показатель психологической безопасности как возможность обратиться за помощью при необходимости, что влияет непосредственно на сам процесс адаптации.

Когнитивный компонент образовательной среды показал одну статистически значимую взаимосвязь непосредственно с мотивационным компонентом адаптации.

Так описав количественный анализ всей матрицы корреляционных связей, приступим к рассмотрению их качественного значения.

Самыми ярко выраженными взаимосвязями оказались следующие:

1. Проявление активности и инициативы в деятельности и на уроках, как оказалось, у пятиклассников зависит от уровня общей тревожности, то есть чем выше наличие тревожности, тем меньше у обучающихся желание проявлять инициативу, а также от наличия страха не соответствовать ожиданиям. Получаем, что чем выше страх не соответствовать ожиданиям окружающих, тем ниже хуже строятся взаимоотношения с одноклассниками, что ведёт к снижению желания проявлять инициативу и проблемам с возможностью просить помощи.

2. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих, связан с характером взаимодействия с одноклассниками, а также его наличие обуславливает трудности при необходимости попросить помощи.

3. Ещё одной прочной взаимосвязью объединены следующие параметры – чем выше будут возможность проявлять инициативу, тем успешнее пройдёт процесс адаптации.

Далее перечислим все имеющиеся закономерности статистически значимых взаимосвязей:

1. Так интересным оказался тот факт, что влияние на общую тревожность пятиклассников во время адаптации к новым условиям является построение взаимоотношений с одноклассниками, а также учёт их индивидуальных особенностей педагогами. Получаем, что чем хуже строятся отношения с одноклассниками и чем меньше учитывают индивидуальные особенности, которые вызывают трудности в обучении, тем выше уровень общей тревожности пятиклассников.

2. Страх проверки знаний на уроках, связан с оценкой одноклассниками. Получаем, что чем напряжённее взаимоотношения с одноклассниками, тем выше страх проверки знаний.

3. Положительное и нейтральное отношение пятиклассников к образовательной среде школы во многом зависит от страха не соответствовать ожиданиям окружающих, что объясняется тем, что чем больше завышенных требований будет предъявляться к обучающимся, тем

менее позитивным будут их представления о школе. Следовательно, чем выше учёт индивидуальных трудностей пятиклассников, тем более позитивным становится отношение к образовательной среде.

4. Двойной связью подтверждается важность для пятиклассников внимание к их индивидуальным трудностям именно со стороны педагогов.

5. Как оказалось, наличие учебной мотивации напрямую зависит от когнитивной составляющей обучающихся, что вполне оправданно, ведь более преуспевающие школьники с большим интересом подходят к обучению, то есть чем выше когнитивный компонент, тем выше уровень мотивации.

6. Не менее важным оказался тот факт, что адаптация пятиклассников зависит от построения позитивных отношений с одноклассниками, а также при наличии возможности обращаться за помощью в нужный момент.

Рассмотрев и проанализировав имеющиеся взаимосвязи между компонентами адаптации и безопасности образовательной среды, обобщаем, что в системе показателей корреляций ведущее место по количеству и тесноте связей занимает наличие тревожности по нескольким из восьми шкал обозначенных автором в методике. К наиболее выраженной шкале относится страх не соответствовать ожиданиям окружающих.

Так получаем, что статистически значимыми показателями психологической безопасности образовательной среды, оказывающими влияние на развитие адаптационных ресурсов пятиклассников являются следующие условия:

- отношение пятиклассников к характеристикам образовательной среды школы;
- когнитивный компонент образовательной среды;
- взаимоотношения в сфере ученик – ученик;
- наличие возможности проявлять инициативу в ходе учебной деятельности;

- учёт индивидуальных возможностей пятиклассников, которые могут вызывать трудности в обучении;

- возможность обратиться за помощью при необходимости.

Именно эти компоненты являлись основополагающим направлением работы, включённым в психолого – педагогическую программу формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды школы.

Констатируем, что анализ корреляционных связей доказывает прямую зависимость между компонентами процесса адаптации пятиклассников и психологическим комфортом, безопасностью образовательной среды школы.

Важнейшей целью статистики является изучение объективно существующих связей между явлениями. В ходе статистического исследования этих связей необходимо выявить то, насколько изменение одних показателей зависит от изменения других показателей.

Анализ полученных данных корреляционных связей указывает на то, что психологическая безопасность образовательной среды школы безусловно является условием успешности процесса адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья.

Следовательно делаем вывод, что выборка испытуемых разнообразна по личностным характеристикам, которые обуславливают разнообразие отношений к образовательной среде. Взаимосвязь психологической безопасности среды и адаптации пятиклассников напрямую прослеживается в сравнении отношения испытуемых к образовательной среде и наличием тревожного компонента.

Данные, полученные в ходе констатирующего эксперимента, носят как теоретический, так и прикладной характер, и имеют важное значение для планирования формирующего эксперимента. Проведённый статистический анализ показал наличие тесных связей между показателями психологической безопасности образовательной среды и психологической адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья.

## Выводы по 2 главе

Таким образом, наше исследование проводилось в несколько этапов, необходимых для достижения поставленной цели и реализации необходимых задач. Для каждого этапа были подобраны подходящие методы и методики.

Применение выбранных методик позволило выявить в количественном показателе наличие уровней тревожности у пятиклассников, которые позволяют судить об успешности процесса адаптации, оценить образовательную среду школы по критерию психологической безопасности, а также увидеть особенности взаимоотношений обучающихся с педагогами.

Применив, метод корреляционных связей Стьюдента удалось выявить семь статистически значимых взаимосвязей между компонентами психологической безопасности образовательной среды школы и компонентами процесса адаптации пятиклассников.

Таким образом, получив результаты констатирующего эксперимента и проанализировав их, делаем вывод о том, что выявленные многочисленные статистически достоверные корреляционные связи между исследуемыми переменными свидетельствуют о наличии функциональных взаимоотношений между ними. Данные, полученные в ходе констатирующего эксперимента, носят как теоретический, так и прикладной характер, и имеют важное значение для планирования формирующего эксперимента.

### Глава 3. Опытнo – экспериментальное исследование психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе

#### 3.1. Программа формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды

Основанием для разработки программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья, исходя из полученных результатов диагностик и наблюдения, является наличие повышенного уровня личностной тревожности, сниженной учебной мотивации и неудовлетворённости значимыми характеристиками образовательной среды школы.

Программа была составлена, опираясь на работы следующих авторов: Коблик Е. Г. и Бaeвой И.А. (Приложение 3).

Сроки реализации программы: декабрь 2017 – февраль 2018 года.

Уровень реализации программы: групповой, фронтальный. Занятия проводились 2 раза в неделю, по 40 минут в течение трёх месяцев в количестве 33 занятий.

Актуальность программы:

Рассматривая, изучая и анализируя на протяжении всего нашего исследования различные компоненты, входящие в совокупность понятия «образовательная среда школы», понимаем, что необходимость наличия психологической безопасности в данной среде – это неотъемлемая составляющая для того, чтобы образовательный процесс протекал для всех субъектов школы гармонично и эффективно. Актуальность необходимости разработки данной программы обосновывается полученными результатами в ходе констатирующего эксперимента, которые показали, что у обучающихся

пятых классов уровень тревожности превышает показатели нормы, в частности: страх самовыражения (57,1% испытуемых), страх ситуации проверки знаний (71,4% испытуемых) и страх не соответствовать ожиданиям окружающих (52,4% испытуемых). Степень выраженности данных видов тревожности напрямую связана с отношением взрослых к результатам учебной деятельности и поведению ребёнка. Эти страхи в какой – то мере провоцируются родителями и педагогами, которые ориентируют детей на получение только хорошей оценки, требуют «правильного» поведения и награждают за результат, а не за сам процесс его достижения или просто попытку действовать. С другой стороны, если уверенность ребёнка в своих способностях так зависит от взрослого, то, значит, в наших силах создать благоприятные условия не просто для коррекции уровня тревожности, но и для развития эмоционально – волевой сферы обучающихся.

Именно поэтому в программе значительное место уделено формированию навыков осознания требований педагога, навыков уверенного поведения, оценки собственных возможностей и способностей, а также работе с негативными эмоциональными состояниями.

Основная цель нашей программы — сформировать психологически комфортной и безопасной образовательной среды в школе через создание условий, позволяющих пятиклассникам как можно легче и успешнее пройти процесс адаптации к новым условиям обучения.

Для достижения поставленной цели необходимо решить ряд задач:

- формирование у детей позитивной Я-концепции и снижение уровня школьной тревожности;
- формирование устойчивой учебной мотивации пятиклассников;
- выработка системы единых требований и формирование групповой сплочённости;
- формирование адекватных форм поведения в новых условиях, принятие правил;

- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми педагогами.

В основе коррекционной работы педагога – психолога всегда заложены аспекты соблюдения основных принципов психологической деятельности, так при создании и реализации нашей программы по формированию комфортной и безопасной образовательной среды мы опирались на следующие принципы:

1. Принцип ведущей деятельности. Ведущая деятельность выступает основным механизмом формирования психологических новообразований. Коррекционные воздействия осуществляются в контексте той или иной активной деятельности ребёнка в сотрудничестве с психологом, педагогом, который ориентирует активность обучающегося и управляет ею. Поэтому, зная строение ведущей деятельности педагог – психолог с большей достоверностью может планировать коррекционные воздействия.

2. Принцип создания зоны ближайшего развития. Данный принцип раскрывает направленность коррекционной работы. Коррекция носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований. Теоретической базой этого принципа является положение о культурно – исторической обусловленности развития психики ребёнка в ходе его сотрудничества с взрослым. Роль взрослого — передача социально – исторического культурного опыта и организация его присвоения ребёнком.

3. Принцип «нормативности» развития. Психолог в своей деятельности ориентируется на возрастную, социокультурную и индивидуальную нормы развития ребёнка. При оценке соответствия уровня психического развития возрастной норме и формулировании коррекционных целей необходимо учитывать следующие характеристики:

— особенности социальной ситуации развития,



— уровень сформированности психологических новообразований на данном этапе возрастного развития,

— уровень развития ведущей деятельности, ее оптимизация.

4. Принцип системности развития психологической деятельности. Педагог – психолог, осуществляющий коррекционную работу, должен ставить ряд задач, в числе которых профилактика отклонений и создание условий для дальнейшего гармоничного развития психики ребёнка. Системность коррекционных, профилактических и развивающих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и гетерохронность их развития.

5. Так, чтобы избежать различного рода отклонения в развитии и необходимости в дальнейшей коррекционной работе, необходимо своевременное диагностическое обследование, итогом которого становится представление системы причинно – следственных связей и иерархии отношений между симптомами и их причинами.

5. Принцип единства диагностики и коррекции. Эффективность коррекционной деятельности зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующего диагностического обследования, на основании которого делается первичное заключение, и формулируются цели и задачи дальнейшей работы. Реализация коррекционно – развивающей деятельности требует постоянного контроля динамики изменений личности, поведения и деятельности, эмоциональных состояний ребёнка в процессе работы.

6. Принцип приоритетности коррекции каузального типа. Коррекция каузального типа предполагает устранение или нивелирование причин, порождающих негативные явления в развитии обучающегося. Работа только с симптоматикой не может до конца разрешить переживаемые ребёнком трудности. Только устранение причин может обеспечить их наиболее полное разрешение. Поэтому, проведя работу по снятию или смягчению наиболее острых симптомов, необходимо переходить к следующему этапу коррекционной работы — устранение причин нарушений в развитии ребёнка.

7. Принцип комплексности методов психологического воздействия. Этот принцип предполагает необходимость использования комплекса наиболее эффективных методов, техник и приемов коррекционной работы с детьми. Творческое освоение арсенала психокоррекционных процедур, основанное на четкой концептуальной модели развития, позволяет психологу избежать опасности эклектичного сочетания плохо согласующихся и часто противоречащих друг другу методов.

8. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения ребенка к участию в коррекционной программе. Система отношений ребенка с близкими взрослыми, форм совместной деятельности и способов ее осуществления составляет важнейший компонент социальной ситуации развития ребенка, определяет зону его ближайшего развития. Ребёнок развивается в единстве целостной системы социальных отношений [34, 39].

Для осуществления намеченных целей в программе предусмотрены следующие формы работы: групповая и фронтальная, возможна и индивидуальная в виде консультаций.

Групповая форма работы предполагает работу класса сообща, то есть организация деятельности обучающихся строится на совместном поиске решений одной проблемы. Другими словами «обучение в сотрудничестве».

Фронтальная форма работы строится на обучении педагога управлять деятельностью всего класса в ходе урока, работающего над одной задачей.

Индивидуальная работа подразумевает работу педагога и обучающегося один – на – один, с учётом его индивидуальных особенностей и возможностей.

Реализация программы формирования предполагает использование таких методов как – упражнения, игры, дискуссия, беседа, упражнения с элементами тренинга, арт-терапия, опрос.

Упражнение, как метод обучения подразумевает многократное повторение какого – либо действия или учебного материала для формирования устойчивых знаний или же поведения.

Игра представляет собой совокупность приёмов, побуждающих к познавательной, творческой и учебной деятельности.

Дискуссия предполагает стимулирование обучающихся на умение отстаивать свою позицию, аргументированно обсуждать спорные вопросы.

Метод арт – терапии – это один из приёмов психокоррекции проблемных эмоциональных состояний. Он заключается в творчестве, даёт возможность самовыражения и самопознания.

Опрос как метод позволяет собрать всевозможные мнения по определённой проблеме в виде высказываний.

Упражнения с элементами тренинга – это упражнение, выполнение которого предполагает определённую последовательность действий и соблюдение конкретных правил, оглашённых перед выполнением.

Критериями эффективности апробации данной программы выступают: снижение уровня школьной тревожности; повышение групповой сплоченности; позитивная динамика эмоционального развития пятиклассника, характеризующаяся возрастанием степени осознания чувств; гармонизация образа «Я» (позитивная самооценка); повышение уверенности в себе и своих возможностях; формирование у обучающихся позитивного отношения к школе, к педагогам и одноклассникам.

Далее представлены конкретные критерии и показатели эффективности проведения программы по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды.

Таблица 2

Критерии и показатели эффективности психолого – педагогической программы по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды

Показатели эффективности			
Критерии эффективности	недопустимые	допустимые	предпочтительные
уровень психологической безопасности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- негативное отношение к ОС</li> <li>- низкая удовлетворённость характеристиками ОС</li> <li>- низкий уровень защищённости в ОС</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- нейтральное отношение к ОС</li> <li>- средний уровень удовлетворённости характеристиками и ОС</li> <li>- средний уровень защищённости в ОС</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- позитивное отношение к ОС</li> <li>- высокая удовлетворённость характеристиками ОС</li> <li>- высокий уровень защищённости в ОС</li> </ul>
уровень адаптации (тревожность)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- высокий уровень общей тревожности</li> <li>- страх проверки знаний</li> <li>- страх в отношении педагогов</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- низкий уровень общей тревожности</li> <li>- ситуативный страх проверки знаний</li> <li>- страх в отношении определённых педагогов</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- общая тревожность в норме</li> <li>- отсутствие страха и тревоги при проверке знаний</li> <li>- положительные продуктивные взаимоотношения педагог – обучающийся</li> </ul>
уровень мотивации (интегральный показатель отношения к учебным предметам)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- низкий уровень учебной мотивации</li> <li>- дисбаланс эмоционального состояния</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- средний уровень учебной мотивации</li> <li>- неустойчивое эмоциональное состояние</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- высокий уровень учебной мотивации</li> <li>- гармоничное эмоциональное состояние</li> </ul>

Следовательно, если показатели обучающихся по всем трём компонентам будут находиться в зоне допустимых и предпочтительных значений, то программу по формированию комфортной и безопасной образовательной среды считаем эффективной.

Таблица 3

Тематическое планирование занятий, входящих в психолого – педагогическую программу

Тема	Цель	Формы и методы работы	Кол-во часов
1. Знакомство	Сформировать группу	Форма – групповая и фронтальная Методы – упражнение, дискуссия, игра	1
2. Узнай меня	Сформировать групповую сплочённость	Форма – групповая и фронтальная Методы – упражнение, игра Домашнее задание	3
3. Я твой друг и ты мой друг	Создать в группе атмосферу доверия и открытости	Форма – групповая Методы – опрос, игра, упражнения Домашнее задание	2
4. Дружба	Найти друзей по интересам	Форма – фронтальная и групповая Методы – упражнения, беседа, опрос	1
5. Школа – это мы	Узнать о школе больше	Форма – групповая Методы – упражнения, беседа Домашнее задание	3
6. Я и мои возможности	Осознать свои силы и возможности	Форма – фронтальная Методы – опрос, упражнения	2
7. Я – пятиклассник	Осознать себя в роли пятиклассника	Форма – групповая, фронтальная Методы – игра, упражнения, дискуссия Домашнее задание	3
8. У страха глаза	Оценить возможные	Форма – фронтальная	

велики	страхи	Методы – упражнение, игра Домашнее задание	3
9. Учитель глазами учеников	Научиться понимать позицию педагога	Форма – групповая Методы – упражнения, опрос, ролевая игра Домашнее задание	2
10. Общение	Обучить взаимодействию	Форма – групповая Методы – упражнения, игра	2
11. Мои эмоции	Обучить работе с негативными эмоциями	Форма – фронтальная Методы – упражнения, игра Домашнее задание	2
12. Мои переживания	Обучить работе с негативными переживаниями	Форма – фронтальная и групповая Методы – дискуссия, упражнения Домашнее задание	2
13. Чему я радуюсь	Акцентировать внимание на положительных сторонах пятого класса	Форма – групповая Методы – опрос, игра, упражнения Домашнее задание	2
14. Мои успехи	Оценить успехи каждого	Форма – фронтальная Методы – беседа, упражнения Домашнее задание	2
15. Мои цели	Спланировать ход действий для достижения поставленных целей	Форма – фронтальная Методы – опрос, дискуссия, упражнения Домашнее задание	2
16. Подведение итогов	Отрефлексировать, чего удалось достичь в ходе работы	Форма – групповая Методы – опрос, беседа	1
Общее кол-во часов			33

Далее приведены примеры нескольких занятий, из разработанной нами программы по формированию комфортной и безопасной образовательной среды школы.

### Занятие 1. «Знакомство»

Цель: сформировать группу.

Задачи: - способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе;

- выяснить ожидания обучающихся;
- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы.

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Представление имени»

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Если весело живется, делай так»

Упражнение №3. «Принятие правил»

Упражнение №4. «Твоя школа такая, какой ты её видишь»

Завершающий этап занятия – рефлексия (обсуждение итогов занятия).

### Занятие 2. «Узнай меня»

Цель: сформировать групповую сплочённость.

Задачи: - дать возможность обучающимся поближе познакомиться друг с другом;

- помочь обучающимся прояснить свои цели на время обучения в пятом классе;

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Прошепчи имя»

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Найди того, кто...»

Упражнение №3. «Прощание с начальной школой»

Упражнение №4. «Игра с мячом»

Домашнее задание: рассказ о себе в пяти предложениях.

Завершающий этап занятия – рефлексия (обсуждение итогов занятия).

### Занятие №3. «Я твой друг и ты мой друг»

Цель: создать в группе атмосферу доверия и открытости

Задачи: - способствовать формированию навыков взаимодействия в группе;

- помочь пятиклассникам осознать, какие качества важны в дружбе;
- повысить самооценку обучающихся.

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Что я люблю делать»

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Найди меня»

Упражнение №3. «Настоящий друг»

Упражнение №4. «Мой портрет в лучах солнца»

Домашнее задание: нарисовать портрет друга и написать три главных качества, которыми должен обладать настоящий друг.

Завершающий этап занятия – рефлексия (обсуждение итогов занятия).

Следовательно, делаем вывод, что для реализации программы по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды необходимо иметь чёткую цель, которую мы хотим достигнуть при решении последовательных задач. Важно при этом придерживаться определённых принципов, которые помогут сделать психолого – педагогическую программу наиболее эффективной. Рассмотрев часть занятий и тематическое планирование разработанной программы формирующего эксперимента, подводим итог, что специально подобранные упражнения, техники и игры, помогут осмыслению и поиску путей решения выявленных в ходе констатирующего эксперимента проблем адаптации пятиклассников к обучению в среднем звене.



### 3.2. Анализ результатов опытно – экспериментального исследования

После реализации на практике программы по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды мы приступили к этапу формирующего эксперимента. Была проведена повторная диагностика по методикам: И.А. Баевой «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды школы» необходима для оценки среды школы на предмет её безопасности. Б.Н. Филлипса «Тест школьной тревожности Филлипса», необходима для выявления уровней тревожности у пятиклассников, которые говорят об особенностях процесса адаптации. Методика Т.Е. Ковиной, А.К. Колеченко и И.Н. Агафоновой «Предмет—чувства», необходима для выявления эмоционального состояния пятиклассников на уроках, что говорит о взаимоотношениях с педагогами. Данный срез позволяет отследить наличие полученной динамики после апробации, реализации разработанной психолого – педагогической программы по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия психологической адаптации пятиклассников с ОВЗ.

Результаты повторной диагностики пятиклассников показали следующее:

По методике «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды», по первому критерию – показатели отношения к образовательной среде школы, были получены следующие результаты, представленные на рисунке 9:

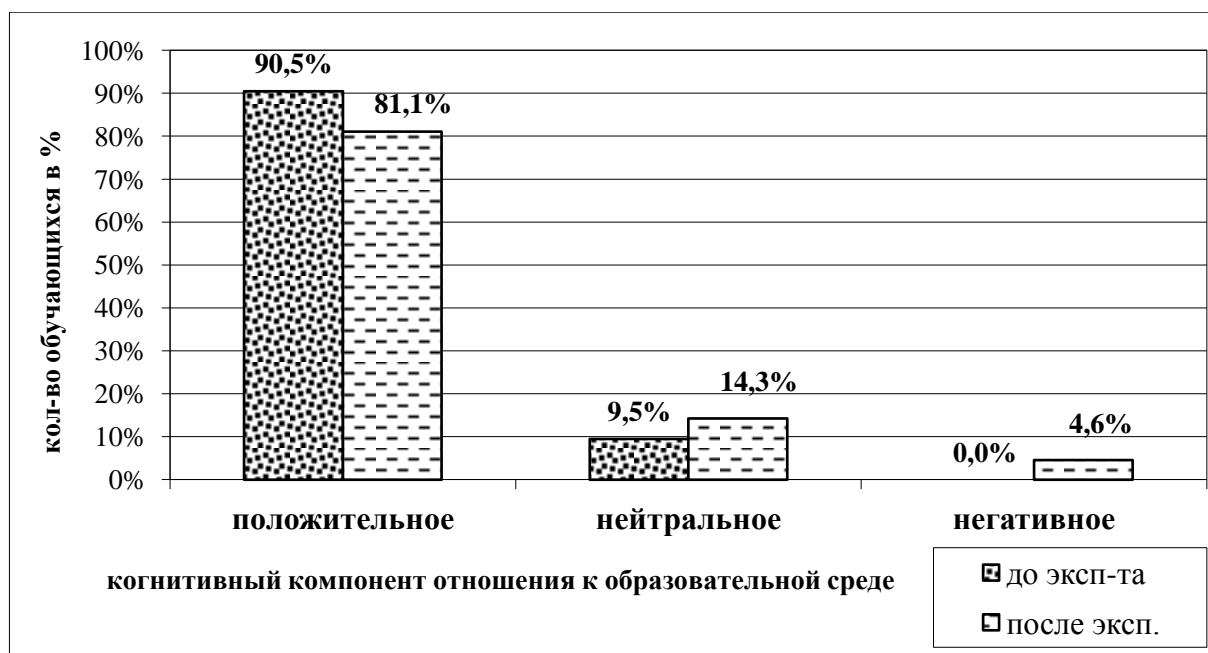


Рисунок 9. Показатели психологической безопасности образовательной среды (когнитивный компонент отношения пятиклассников к психологической безопасности образовательной среды по методике И.А. Бaeвой) до и после эксперимента

Представленные результаты позволяют отследить имеющиеся изменения после реализации психолого – педагогической программы.

Так по диаграмме видим, что в когнитивном компоненте количество испытуемых, имеющих положительное отношение к образовательной среде школы уменьшилось с 19 человек (90,5%) до 17 испытуемых (81,1%); нейтральное отношение с количества двух человек повысилось до 3 испытуемых (14,3%), а в категорию негативного отношения попадает лишь 1 обучающийся (4,6%), предполагаем, что влияет на его отношение наличие индивидуально – психологических особенностей.

Далее представлены результаты динамики сравнительного анализа по эмоциональному компоненту психологической безопасности, рисунок 10.

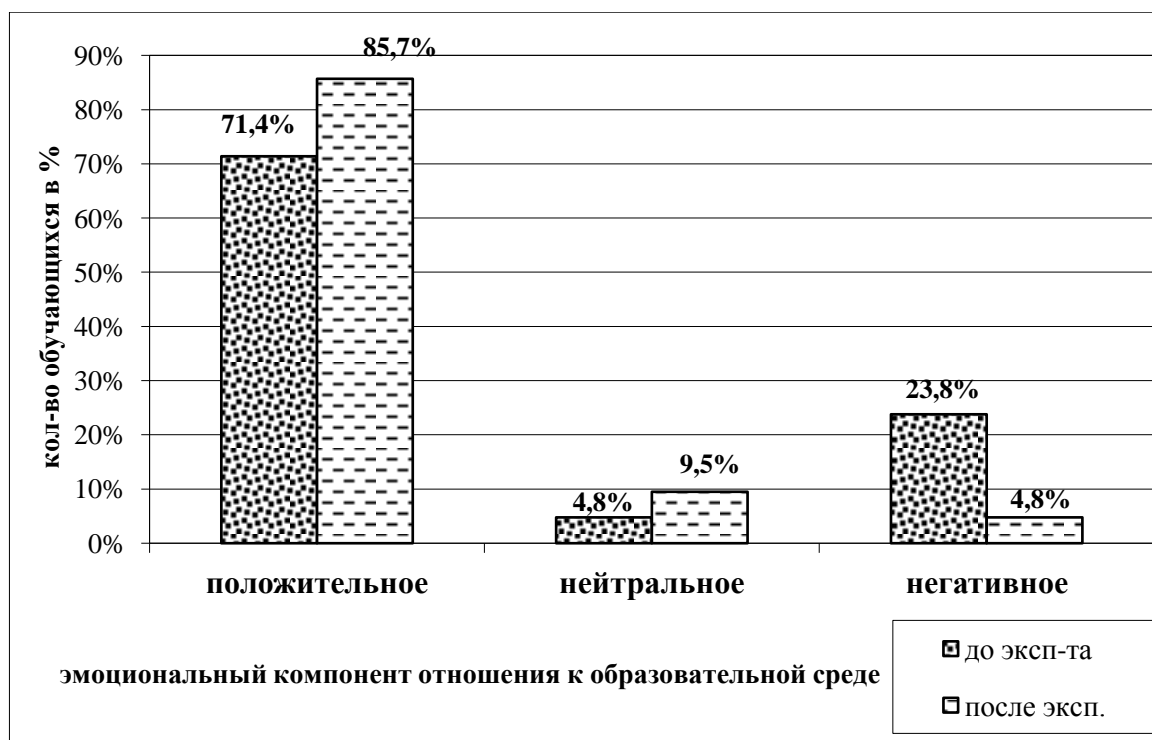


Рисунок 10. Показатели психологической безопасности образовательной среды (эмоциональный компонент отношения пятиклассников к психологической безопасности образовательной среды по методике И.А. Баемой) до и после эксперимента

По данным этого графика наблюдаем следующие позитивные изменения: количество обучающихся имеющих положительное отношение по эмоциональной составляющей безопасности возросло с 15 человек (71,4%) до 18 человек (85,7%), немаловажно, что и в нейтральном отношении стало испытуемых на одного больше. Произошли положительные сдвиги и в негативном отношении к образовательной среде – количество пятиклассников с данным отношением значительно снизилось с 5 испытуемых (23,8%) до одного (4,6%).

Рассмотрим также и сдвиги в поведенческом компоненте психологической безопасности образовательной среды, представленные на рисунке 11.

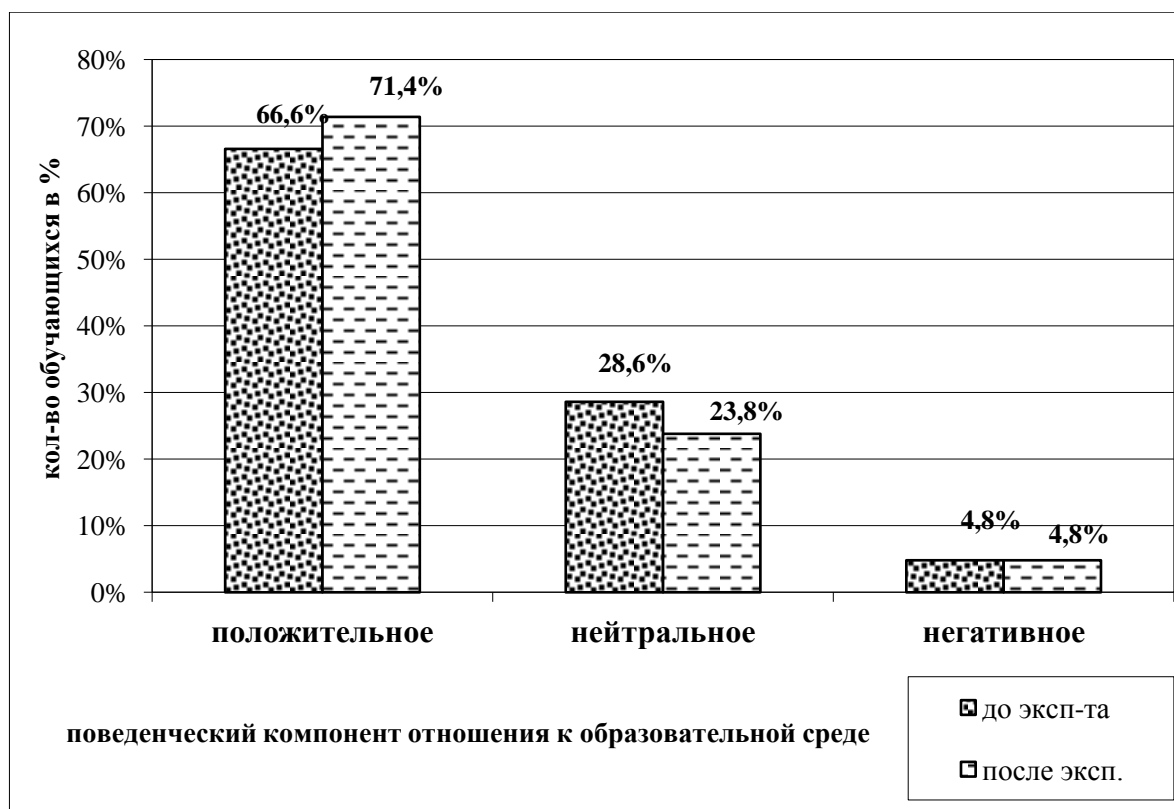


Рисунок 11. Показатели психологической безопасности образовательной среды (поведенческий компонент отношения пятиклассников к психологической безопасности образовательной среды по методике И.А. Баевой) до и после эксперимента

На данной диаграмме наглядно представлены следующие закономерности: в поведенческом компоненте позитивное отношение имеют 15 испытуемых (71,4%), до эксперимента было 14 человек; нейтральное отношение имеют 5 испытуемых (23,8%) и отрицательное отношение выразил 1 испытуемый (4,8%).

Таким образом, получаем, что результаты диагностик формирующего эксперимента показывают повышение уровня удовлетворённости пятиклассников характеристиками образовательной среды школы, что доказывается наглядно – по всем трём параметрам интегрального показателя отношения к образовательной среде школы большинство пятиклассников имеют позитивное отношение. Сравнив результаты констатирующего и формирующего эксперимента видим, что число обучающихся, находящихся

в зоне негативного отношения по всем трём компонентам снизилось с показателя 6 (28,6%) испытуемых на 3 (14,3%) (Приложение 4, табл. 15).

Во второй части опросника мы получаем результаты выбора значимых для пятиклассников характеристик образовательной среды школы и индекса удовлетворённости ими по пяти бальной шкале, результаты представлены на рисунке 12.

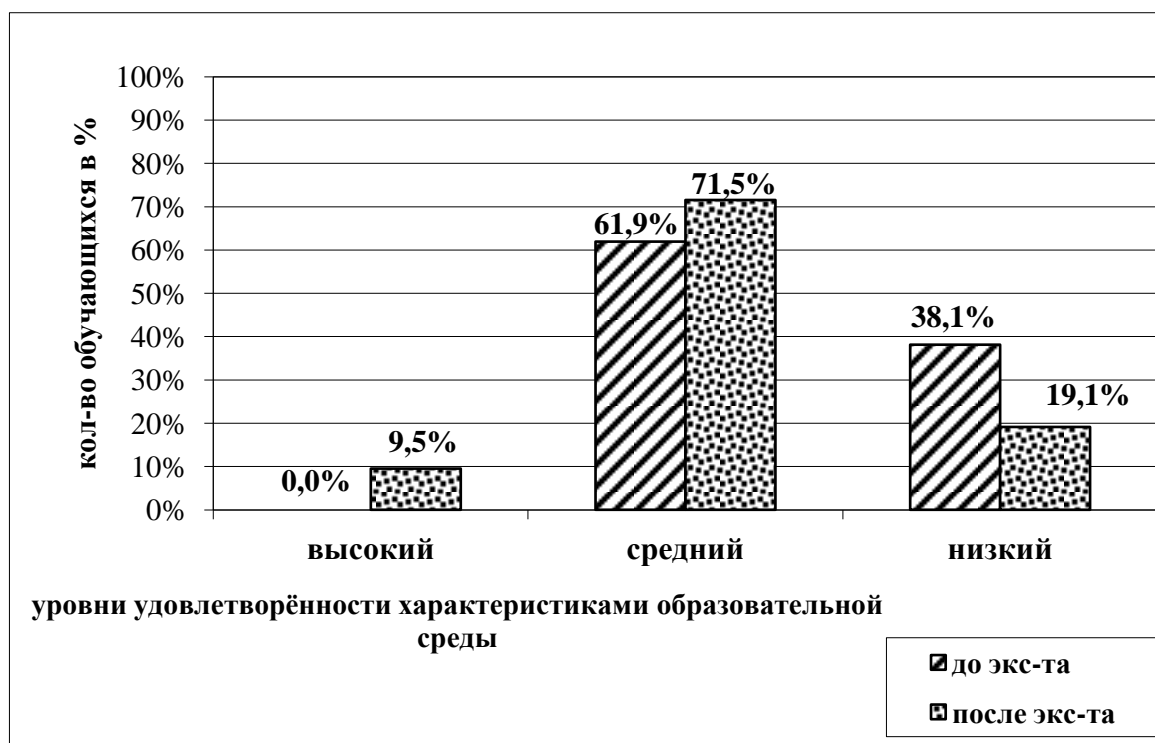


Рисунок 12. Показатели психологической безопасности образовательной среды (уровни удовлетворённости пятиклассников характеристиками образовательной среды по методике И.А. Басовой) до и после эксперимента

Видимые результаты позволяют сделать вывод, что число пятиклассников, испытывающих дискомфорт, находясь в образовательной среде школы снизилось. В зону низкого показателя попали лишь 4 испытуемых (19,1%), а 15 испытуемых (71,5%) имеют среднее значение удовлетворённости.

Важно заметить, что в сравнении с результатами констатирующего эксперимента 2 испытуемых (9,5%) попали в зону высокой удовлетворённости образовательной средой (Приложение 4, табл. 16).

Рассматривая результаты третьего критерия по методике И.А. Баевой – индекс психологической безопасности образовательной среды школы, мы получили следующие данные на рисунке 13:



Рисунок 13. Показатели психологической безопасности образовательной среды (уровни защищённости пятиклассников в образовательной среде по методике И.А. Баевой) до и после эксперимента

Благодаря полученным данным, можем судить о том, что большинство пятиклассников считают себя достаточно защищёнными в образовательной среде школы, об этом говорят следующие цифры: 15 испытуемых (71,4%) попадают в область высокой защищённости, 5 испытуемых (23,8%) в зону средней значимости и лишь 1 испытуемый (4,8%) оценил уровень защищённости низким.

Если сравнить результаты по данному критерию, видим, что на этапе констатирующего эксперимента количество испытуемых с низким уровнем защищённости составляло 5 (23,8%) человек, а на этапе формирующего эксперимента количество снизилось до 1 (4,8%) испытуемого, благодаря чему можем судить о положительной динамике (Приложение 4, табл.17).

Проведя диагностику по методике «Тест школьной тревожности Филлипса» были получены следующие результаты, которые представлены в таблице 4:

Таблица 4

Эмоциональный компонент психологической адаптации пятиклассников с ОВЗ (шкалы тревожности по методике Б.Н. Филлипса) в ходе формирующего эксперимента

Шкалы тревожности Филлипса	Уровни в %	До эксперимента	После эксперимента
1.Общая тревожность	Выс.	28,6% (6 чел.)	19,1% (4 чел.)
	Пов.	19,1% (4 чел.)	19,1% (4 чел.)
	Нор.	52,4% (11 чел.)	61,9% (13 чел.)
2.Переживание социального стресса	Выс.	0,0%	0,0%
	Пов.	19,1% (4 чел.)	14,3% (3 чел.)
	Нор.	81,0% (17 чел.)	85,7% (18 чел.)
3.Фрустрация потребности в достижении успеха	Выс.	0,0%	0,0%
	Пов.	33,3% (7 чел.)	23,8% (5 чел.)
	Нор.	66,6% (14 чел.)	76,2% (16 чел.)
4.Страх самовыражения	Выс.	33,3% (7 чел.)	23,8% (5 чел.)
	Пов.	23,8% (5 чел.)	28,6% (6 чел.)
	Нор.	42,9% (9 чел.)	47,6% (10 чел.)
5.Страх ситуации проверки знаний	Выс.	38,1% (8 чел.)	33,3% (7 чел.)
	Пов.	33,3% (7 чел.)	23,8% (5 чел.)
	Нор.	28,6% (6 чел.)	42,9% (9 чел.)
6.Страх несоответствовать ожиданиям окружающих	Выс.	19,1% (4 чел.)	14,3% (3 чел.)
	Пов.	33,3% (7 чел.)	23,8% (5 чел.)
	Нор.	47,6% (10 чел.)	57,1% (12 чел.)
7.Низкая сопротивляемость стрессу	Выс.	19,1% (4 чел.)	9,5% (2 чел.)
	Пов.	9,5% (2 чел.)	9,5% (2 чел.)
	Нор.	71,4% (15 чел.)	81,0% (17 чел.)
8.Страхи в отношении педагогов	Выс.	4,7% (1 чел.)	9,5% (2 чел.)
	Пов.	19,1% (4 чел.)	14,3% (3 чел.)
	Нор.	76,2% (16 чел.)	76,2% (16 чел.)

Полученные результаты формирующего эксперимента позволяют сделать следующие выводы:

По всем восьми шкалам произошли положительные изменения, видны снижения высоких и повышенных уровней тревожности в зону нормальной, так из общего числа испытуемых доля высокого уровня занимает наименьший процент, а наличие испытуемых с такими показателями может свидетельствовать, что изменения не произошли в виду индивидуальных особенностей (предрасположенность к личностной тревожности).

На этапе констатирующего эксперимента под наше внимание попали две шкалы с наибольшим количеством испытуемых с высокими показателями тревожности, влияющие и на общий уровень тревожности, проанализируем изменения в них.

По четвёртой шкале страх самовыражения высокий уровень тревожности имеют 5 испытуемых (23,8%), было 7, повышенный уровень тревожности имеют 6 человек (28,6%), было 5, а остальные 10 испытуемых (47,6%) находятся в диапазоне нормы, было 9.

По пятой шкале страх ситуации проверки знаний высокий уровень тревожности имеют 7 испытуемых (33,3%), было 8, чуть повышенный уровень тревожности 5 испытуемых (23,8%), было 7 и остальные испытуемые – 9 человек (42,9%) находятся в диапазоне нормы, было 6.

Из проведённого анализа констатируем, что по всем восьми шкалам тревожности большее количество испытуемых попадают в диапазон нормы, количество пятиклассников с высокими и повышенными показателями тревожности значительно снизилось, что оказало влияние и в целом на уровни адаптации пятиклассников, представленные на рисунке 14.



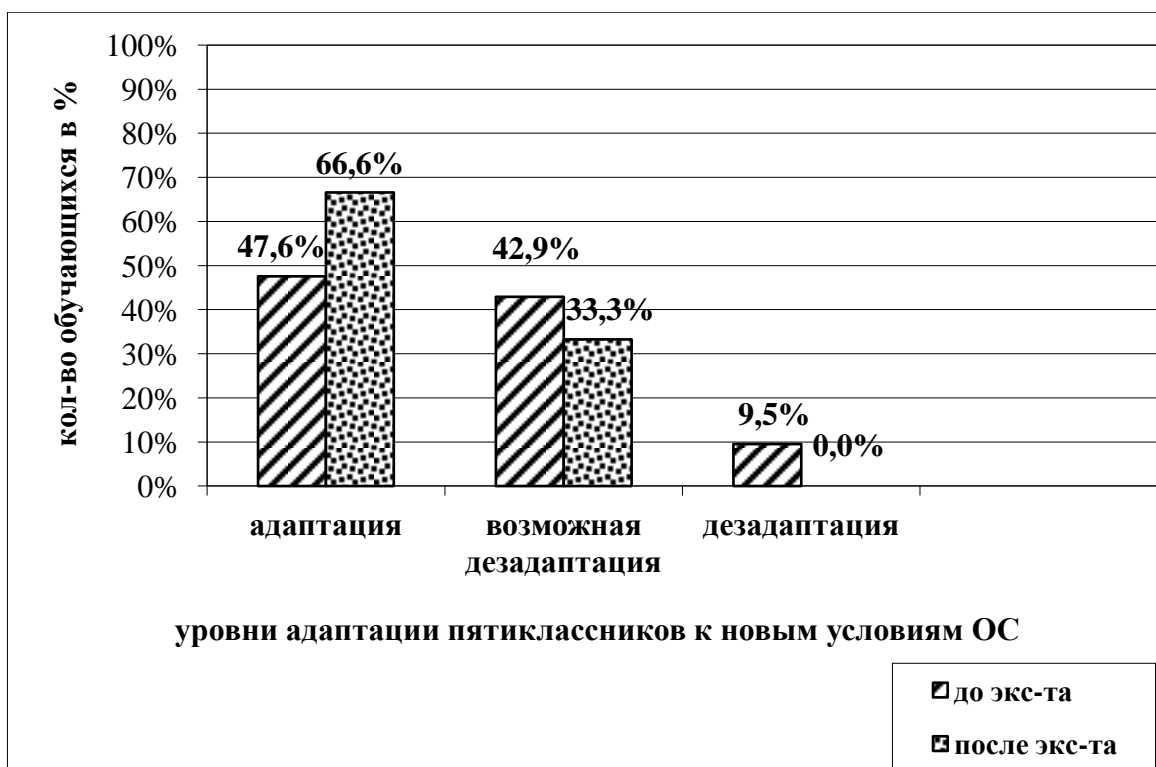


Рисунок 14. Показатели уровней адаптации пятиклассников (шкалы тревожности по методике Б.Н. Филлипса) до и после эксперимента

Следует заметить, что ни один из испытуемых не остался в зоне дезадаптации, а количество возможно дезадаптированных уменьшилось с количества 9 человек (42,9%) до 7 человек (33,3%), что обусловило прирост адаптантов до показателей более половины пятиклассников – 14 человек (66,6%).

Проведя повторную диагностику по методике «Предмет – чувства» для оценки изменений в мотивационном компоненте психологической адаптации пятиклассников с ОВЗ были получены следующие результаты, которые можно наблюдать на рисунке 15:



Рисунок 15. Мотивационный компонент адаптации (интегральные показатели отношения пятиклассников к изучаемым предметам по методике Т.Е. Ковиной, А.К. Колеченко и И.Н. Агафоновой) до и после эксперимента

Полученные результаты по данной диагностике позволяют сделать следующие выводы, что высокий индекс эмоциональной положительности в среднем значении ко всем предметам (математика, русский язык, литература, ИЗО, физическая культура, информатика, английский язык, природоведение, история, технология и музыка) изменил свои показатели с 2 человек (9,5%) до 7 человек (33,3%).

Средний индекс эмоциональной положительности в среднем ко всем предметам после реализации программы имеют 9 человек (42,9%).

Наименьшее количество обучающихся пятого класса остались с низким индексом эмоциональной положительности – 5 человек (23,8%), а до эксперимента составляло 15 человек (71,4%)

По данной методике делаем вывод, что количество испытуемых пятых классов, имеющих низкий уровень сформированности мотивационного компонента по отношению к изучаемым предметам снизилось, что может говорить об улучшении взаимоотношений их с педагогами. Предполагаем,

что данный результат удалось достичь благодаря разработанным рекомендациям (Приложение 4, табл.18).

Для достоверной проверки эффективности, разработанной нами психолого – педагогической программы, мы провели сравнительный анализ результатов испытуемых двух выборок: ЭГ1 – до эксперимента и ЭГ2 – после эксперимента, при помощи t-критерия Стьюдента.

Полученные результаты сравнения двух одинаковых выборок представлены в таблице 5 и 6:

Таблица 5

Критерии психологической безопасности образовательной среды ШКОЛЫ

№	Критерии и показатели психологической безопасности образовательной среды	Экспериментальная группа		t – критерий Стьюдента
		Пред - тест	Пост - тест	
1	Положительное отношение к обр. среде	6,57	6,90	-0,5970, p≤0,553897
2	Нейтральное отношение к обр. среде	1,28	1,76	-1,2804, p≤0,207791
3	Отрицательное отношение к обр. среде	1,14	0,38	2,0955*, p≤0,042503
4	Общее отношение к ОС	1,52	2,00	-2,6822**, p≤0,010579
5	Когнитивный компонент ОС	1,90	1,76	1,0607, p≤0,295207
6	Эмоциональный компонент ОС	1,47	1,76	-1,2763, p≤0,209208
7	Поведенческий компонент ОС.	1,66	1,66	-0,0000, p≤1,000
8	Интегральный показатель отношения к ОС	1,68	1,73	-0,3774, p≤0,707897
9	Уровень удовлетворённости ОС	2,15	2,62	- 2,1431*, p≤0,038237
10	Уровень защищённости в ОС	2,65	3,05	-1,7014, p≤0,096622
11	Взаимодействие с педагогами	3,61	4,28	-2,7196**, p≤0,009623
12	Взаимодействие с учениками	3,76	4,33	-2,0550*, p≤0,046454
13	Возможность высказ. свою точку зрения	3,42	4,09	-2,8518**, p≤0,006846
14	Отношение к себе	3,95	4,71	-3,5600***,

				$p \leq 0,000974$
15	Личное достоинство	4,23	4,52	-1,4182, $p \leq 0,163889$
16	Возможность обратиться за помощью	4,19	4,71	-2,5644*, $p \leq 0,014196$
17	Возможность проявлять инициативу	3,00	4,19	-4,5120***, $p \leq 0,000055$
18	Учёт личных трудностей	3,09	4,14	-4,5383***, $p \leq 0,000051$
Примечание: метод Стьюдента * - $p \leq 0,05$ , ** - $p \leq 0,01$ , ***- $p \leq 0,001$ ;				

Анализируя данные таблицы видим, что в результатах показателей психологической безопасности образовательной среды произошли положительные сдвиги по десяти критериям. Так как видна положительная динамика в сдвигах показателей психологической безопасности образовательной среды, то они должны повлиять на изменения в показателях психологической адаптации пятиклассников, что пронаблюдаем в таблице 6.

Таблица 6.

### Критерии психологической адаптации пятиклассников с ОВЗ

№	Критерии и показатели психологической адаптации	Экспериментальная группа		t – критерий Стьюдента
		Пред - тест	Пост - тест	
Эмоциональный компонент адаптации				
1	Уровень общей тревожности	10,47	8,85	2,088 *, $p \leq 0,0469$
2	Страх проверки знаний	3,52	3,28	0,3816, $p \leq 0,704793$
3	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	2,57	0,03	2,1291*, $p \leq 0,0359$
4	Страх в отношении педагогов	3,71	1,76	2,666*, $p \leq 0,0292$
Мотивационный компонент адаптации				
5	Интегральный показатель отношения к изучаемым предметам	1,90	3,38	-2,253*, $p \leq 0,029811$
Уровень адаптации пятиклассников с ОВЗ				
6	Адаптация по уровням: А, ДА, ВДА.	1,38	3,86	-2,586*, $p \leq 0,0204$
Примечание: метод Стьюдента * - $p \leq 0,05$ , ** - $p \leq 0,01$ , ***- $p \leq 0,001$ ;				

Анализируя полученные данные видим, что в результатах показателей психологической адаптации также произошли положительные сдвиги по пяти критериям.

Внимательно рассмотрев данные сравнительных значений, делаем вывод, что положительные сдвиги наблюдаются по следующим компонентам:

- снизились показатели отрицательного отношения пятиклассников к образовательной среде, от чего улучшился и интегральный показатель отношения;

- повысился уровень удовлетворённости характеристиками образовательной среды;

- уровень познавательной мотивации возрос у некоторых испытуемых;

- улучшились взаимоотношения педагог – ученик и ученик – ученик;

- отмечается положительная динамика в отношении к личности пятиклассника, что обусловило устранение тревоги по поводу высказывания своей точки зрения, проявления инициативы на уроках, а также при обращении за помощью (Приложение 4, табл. 19).

Следовательно, подводя итог после анализа и сопоставления всех полученных результатов исследования можем говорить о том, что упражнения, подобранные в программе формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды были достаточно эффективными, так как процент обучающихся с низкими и негативными показателями снизился.

Статистический анализ результатов опытно – экспериментальной работы по развитию адаптационного потенциала пятиклассников в процессе их психологической адаптации к новым условиям средней школы подтвердил эффективность планируемой коррекционно – развивающей деятельности.

### 3.3. Рекомендации педагогам и родителям по созданию условий для психологически комфортной и безопасной образовательной среды

Создание психологической безопасности образовательной среды школы невозможно без участия всех участников образовательного процесса. Именно совокупность взаимодействия всех субъектов оказывают либо негативное, либо позитивное влияние на всю систему. Детально изучив прямое влияние психологической безопасности образовательной среды школы на протекание процесса адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья, мы разработали рекомендации для родителей и педагогов способствующие улучшению условий образовательной среды. Данные рекомендации направлены на профилактику дезадаптации, на снижение уровня тревожности, а также на гармоничное развитие личности пятиклассника.

Рекомендации для родителей звучат следующим образом:

1. Исключить различные конфликты при ребёнке. Отсутствие психологического напряжения в семье, оказывает значительное влияние на психологический комфорт ребёнка в школе. Любовь, уважение и понимание родных настраивает обучающегося на открытые, доброжелательные отношения с педагогами и сверстниками.

2. Соблюдение режима дня. Распорядок дня ребёнка должен быть стабильным. Ребёнок, привыкший к определённому порядку, более уравновешен. Имеет представление о последовательности занятий, смене видов деятельности в течение дня и заранее настраивается на них, легче переносит какие – либо изменения.

3. Больше положительных эмоций, любите ребёнка не за его оценки и успехи, а просто за то, что он есть, так как для преодоления тревожности пятикласснику важно поверить в свои силы [42].

4. Если есть конкретные ситуации, которые вызывают у ребёнка тревогу, например ответы у доски или контрольные работы, посоветуйте

родителям дома разыграть эти ситуации: «Давай сыграем, как будто у нас контрольная работа».

5. Наладьте взаимоотношение со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно: - слушайте своего ребёнка, проводите вместе с ним как можно больше времени. Установите семейные традиции, совместные дела: игры, совместное чтение интересных книг, походы в кино, театр, музей, совместные покупки; совместные прогулки; совместные развлечения и отдых; совместное приготовление пищи.

6. Делитесь с ребенком своим опытом: рассказывайте ему о своем детстве, о трудностях, радостях, ошибках и переживаниях.

7. Если в семье несколько детей, постарайтесь уделять свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности, а не только всем вместе одновременно [19].

8. Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса, раздражены:

- скажите себе «Стоп!» и посчитайте до 10;
- не прикасайтесь к ребенку;
- лучше уйдите в другую комнату;
- отложите совместные дела с ребенком (если это возможно);
- в эти моменты избегайте резких движений;
- дышите глубже и медленнее, намеренно сбавьте громкость и тон голоса, не хлопайте дверью [44].

9. Если Вы расстроены, то дети должны знать о Вашем состоянии. Говорите детям прямо о своих чувствах, желаниях, потребностях, используя «Я – сообщения» вместо того, чтобы срывать свое недовольство на детях:

- «Извини, я очень устала на работе. Был очень трудный день. Сейчас я попью чаю, немного отдохну, а потом мы с тобой поговорим»;
- «Я очень расстроена, у меня ужасное настроение. Я хочу побыть одна. Пожалуйста, поиграй в соседней комнате»;

- «Извини, я сейчас очень раздражена. Ты абсолютно ни в чем не виноват. Сейчас я приведу себя в порядок и приду к тебе».

В те минуты, когда Вы расстроены или разгневаны:

- сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы Вас успокоить;
- примите теплую ванну, душ;
- послушайте любимую музыку;
- просто расслабьтесь, лежа на диване;
- используйте глубокое дыхание, выдыхайте свой гнев в виде облачка;
- напрягайте и расслабляйте кисти рук [56].

10. Мудрое отношение родителей к школьным отметкам исключит треть возможных неприятностей ребёнка. Многие мамы и папы так хотят гордиться своими детьми и так беспокоятся об их отметках, что превращают ребёнка в приложение к школьному дневнику. Школьные успехи, безусловно, важны. Но это не вся жизнь вашего ребёнка. Школьная отметка – показатель знаний ребёнка по данной теме данного предмета на данный момент. Никакого отношения к личности ребёнка это не имеет. Хвалите ребёнка за его школьные успехи. Помогайте со сложными предметами. Взрослые, все без исключения, всегда в душе безмерно рады успехам своих детей [34].

Немалая доля ответственности за комфортное состояние в школьной среде несут педагоги, поэтому им тоже необходимо соблюдать ряд требований:

1. Создание благоприятного климата в классе. Задача педагога – изучить психологическую обстановку в классе, а также учитывать индивидуальные особенности каждого пятиклассника.

2. Спокойная обстановка, отсутствие спешки, разумная сбалансированность планов – необходимые условия нормальной жизни и развития детей. В течении дня ни педагог, ни дети не должны чувствовать напряжения от того, что они что – то не успевают.



3. Обеспечение комфортности предметно – развивающей среды. Предметно – развивающая среда должна соответствовать возрасту и особенностям класса [42].

4. Стиль поведения педагога. Педагог должен быть спокоен и доброжелателен, его основная задача в учебном процессе – передать знания.

5. Проявлять равное отношение ко всем детям. Педагогу необходимо следить за своим психологическим состоянием для того, чтобы предотвратить возможность агрессивных вспышек и усталости [57].

5. Добрые традиции, чтобы донести до каждого обучающегося, что его ценят наравне со всеми, желательно ввести в жизнь класса некоторые традиции. Такие как дни рождения, «круг хороших воспоминаний», хорошая традиция «вопросительное место» - это стул, на котором наклеен знак вопроса, ребёнок садится на этот стул, показывая, что возник вопрос, задача педагога обязательно уделить внимание ребёнку, находящемуся на «вопросительном месте». По мнению Т.В. Тупахиной атмосфера психологического комфорта для обучающегося создается психологическим пространством безопасной среды, которая является одновременно и развивающей, и психотерапевтической, и психокоррекционной [цит. по 34].

6. Для того, чтобы пятиклассник поверил в свои силы педагог может обращать внимание ребёнка на его сильные стороны («Какая же у тебя хорошая память!»), на достигнутые успехи («В каждом тесте у тебя все меньше ошибок»), выражать уверенность в их возможностях («Думаю, ты с этим быстро справишься»).

7. Взять группу высокотревожных обучающихся под особый контроль, избегая в общении, по возможности, критических замечаний и негативного оценивания их личности, которые имеют психотравмирующее действие на них. Осуществлять индивидуальный подход в обучении и межличностном взаимодействии.

8. Организовать на внеклассных мероприятиях работу, направленную на снятие эмоционального напряжения, сплочение коллектива, развитие коммуникативных навыков.

9. Во избежание переутомления создать щадящие условия: использовать на уроке элементы двигательной и эмоциональной разгрузки, дозировать учебную нагрузку и объём домашнего задания, производить частую смену деятельности.

10. Педагогу необходимо овладение умениями и навыками саморегуляции. Овладение такими психологическими умениями и навыками, как релаксация, идеомоторные акты, «тайм – ауты», определение целей и положительная внутренняя речь способствуют снижению уровня стресса, ведущего к выгоранию. Например, определение реальных целей помогает сбалансировать профессиональную деятельность и личную жизнь.

11. Не завышайте требования к ребёнку, способствуйте его усвоению знаний, сохраняйте терпение [42].

Таким образом, для того чтобы достичь поставленной цели – создание условий психологически комфортной и безопасной образовательной среды, а также добиться положительной динамики в процессе психологической адаптации и успешной социализации пятиклассников с ОВЗ, необходимо тесное взаимодействие всех участников образовательного процесса.

Необходимо разработать систему единых требований к обучающимся. Так, со стороны педагогов, требуется реализация учебного плана в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся. Со стороны педагога – психолога, применение адекватной коррекционно – развивающей работы и осуществление сопровождения всех участников образовательного пространства, с последующим мониторингом оценки достигнутых результатов. Родители, в свою очередь, должны создать комфортные условия дома, минимизировать количество негативно сказывающихся ситуаций. Необходимо взаимодействовать со специалистами, пытаться соблюдать необходимые требования и рекомендации.

## Выводы по 3 главе

Подводя итог о проделанной работе, констатируем, что психолого – педагогическая программа формирования должна иметь определённую структуру.

В ходе сравнительного анализа полученных данных констатирующего и формирующего эксперимента выяснилось, что разработанная программа достаточно эффективна, так как процент обучающихся с низкими и негативными показателями снизился.

Таким образом, для того чтобы достичь поставленной цели – создание условий психологически комфортной и безопасной образовательной среды, а также добиться положительной динамики в процессе адаптации и успешной социализации пятиклассников, необходимо тесное взаимодействие всех субъектов образовательного процесса, а также соблюдение ими специально разработанных рекомендаций по профилактике возникновения повышенного уровня тревожности и улучшению общего психофизиологического состояния обучающихся.

## Заключение

Таким образом, при решении первых двух задач нашего диссертационного исследования нами были определены основные понятия: «психологическая адаптация», «психологическая безопасность» и «образовательная среда». При изучении понятия «психологическая безопасность» и осуществлении анализа психологической комфортности и безопасности образовательной среды как условия психологической адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья получили, что, несмотря на высокую заинтересованность многих исследователей данной темой она по – прежнему остаётся актуальной.

Рассматривая безопасность в образовательных учреждениях, выяснили, что здесь ключевым будет психологическая безопасность, которая является основополагающим условием успешности процесса адаптации пятиклассников. Повышение уровня психологической комфортности и безопасности способствует личностному развитию и гармонизации психического здоровья всех участников учебно – воспитательного процесса: обучающихся, педагогов и родителей.

Разработанная модель формирования психологически комфортной и безопасной среды как условие адаптации пятиклассников позволила наглядно представить структуру исследования, а также описать этапы, методы и методики, последовательность которых помогла достигнуть предполагаемого результата.

Так применение выбранных нами диагностических методик позволило описать в количественном показателе компоненты психологической безопасности и компоненты психологической адаптации. Полученные результаты констатирующего эксперимента обеспечили выявление нежелательных переменных адаптационного процесса, которые и послужили толчком для разработки рекомендаций. Применяв, метод корреляционных связей, удалось констатировать, что анализ статистически значимых

взаимосвязей доказывает прямую зависимость между компонентами психологической адаптации пятиклассников и психологическим комфортом, безопасностью образовательной среды школы. Наличие этих связей стало предпосылкой для разработки психолого – педагогической программы по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды.

Сравнительный анализ результатов пятиклассников на этапах констатирующего и формирующего эксперимента отразил положительную динамику и доказал эффективность разработанной программы.

Следовательно, если ребёнок попадает в психологически здоровую комфортную и безопасную образовательную среду, то процесс адаптации к ней будет успешным, так как в такой среде присутствуют все требуемые условия для развития необходимых адаптационных ресурсов.

Изучив различные факторы, оказывающие прямое влияние на адаптацию пятиклассников, понимаем, что снизить риск дезадаптации и воспитать психически зрелую личность без видимых отклонений, возможно совместными усилиями педагогов и родителей.

Психологически комфортная и безопасная образовательная среда, определённо, является главным условием успешной адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья в школе.

Для внедрения полученного положительного опыта в практику была прописана технологическая карта и для родителей и педагогов составили рекомендации, способствующие созданию условий для комфортной и безопасной образовательной среды. Цель диссертационного исследования была достигнута по средствам поэтапного решения задач, удалось подтвердить верность выдвинутой гипотезы и доказать эффективность психолого – педагогической программы, благодаря методам математической статистики.

## Библиографический список:

1. Алимбекова Ф.Б. Психолого – педагогическое сопровождение периода адаптации пятиклассников к обучению в средней школе // Наука и образование в XXI веке. – 2014. – С. 12 – 14.
2. Аксютин З.А., Колмогорова Н.К. Методология и методика психолого – педагогических исследований: учебное пособие. – Омск.: СибГУФК, 2012. – 200 с.
3. Алексеев С.В. Экологическая концепция безопасности образовательной среды школы // Экологическое образование: до школы, в школе, вне школы. – 2012. – № 1. – С. 13 – 19.
4. Асмолов А.Г., Бурменская Г.В., Володарская И.А. Формирование универсальных учебных действий в основной школе. От действия к мысли. ФГОС: учебное пособие. — М.: Просвещение, 2011. — 151 с.
5. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды: развитие личности: монография. – СПб.: Нестор – История, 2011. – 272 с.
6. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды как ресурс психического здоровья субъектов образования // Психологическая наука и образование. – 2012. – № 4. – С. 11–17.
7. Баева И.А. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении: учебное пособие. – СПб.: Речь, 2006. – 288 с.  
<https://search.rsl.ru/ru/record/01004358612> (дата обращения: 23.02.2017)
8. Баева И.А. Психология безопасности образовательной среды: учебное пособие. – М.: Экон – Информ, 2009. – 248 с.  
<http://psychlib.ru/inc/absid.php?absid=109451> (дата обращения: 14.11.2016)
9. Баева И.А. Психология безопасности как направление психологической науки и практики // Общепсихологические категории в пространстве образовательной среды. – 2008. – С. 66 – 68.  
<http://npsyj.ru/articles/detail.php?article=3999> (дата обращения: 15.03.2017)

10. Баева И.А. Общепсихологические категории в практике исследования психологической безопасности образовательной среды // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. – 2010. – № 128. – С. 27 – 39. <http://cyberleninka.ru/article/n/obschepsihologicheskie-kategorii-v-praktike-issledovaniya-psihologicheskoy-bezopasnosti-obrazovatelnoy-sredy> (дата обращения: 8.12.2016)
11. Баева И.А., Гаязова Л.А. Психологическая безопасность образовательной среды школы и ее психолого – педагогическое сопровождение // Психологическая наука и образование. – 2012. – № 3. – С. 1 – 14.
12. Баева И.А., Тарасова С.В. Безопасная образовательная среда: психолого – педагогические основы формирования, сопровождения и развития: монография. – СПб.: ЛОИРО, 2014. – 252 с.
13. Баева И.А., Волкова Е.Н., Лактионова Е.Б. Психологическая безопасность образовательной среды: учебное пособие. – М.: Экон - Информ, 2009. – 248 с. [http://pedlib.ru/index2.php?dir=7/0289&num\\_page=1&part=Books](http://pedlib.ru/index2.php?dir=7/0289&num_page=1&part=Books) (дата обращения: 13.12.2016)
14. Бедрина, В. В. Психологическая безопасность образовательной среды: формирование понятия // Преподаватель XXI век. – 2011. – № 2. – С. 157 – 169.
15. Березина Т.Н. Эмоциональный компонент психологической безопасности образовательной среды // Безопасность образовательной среды: психологическая оценка и сопровождение. – 2013. – С. 14 – 17.
16. Битянова М. В. Психолого – педагогическое сопровождение школьников на этапе перехода из начального в среднее звено // Школьный психолог. Приложение к газете «Первое сентября». – 2001. – № 33. – С.7 – 9 <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200103315> (дата обращения: 27.09.2017)

17. Буденская Е.В. Информационно – психологическая безопасность в образовательных средах // Информационные системы и технологии: фундаментальные и прикладные исследования. – 2017. – С. 98 – 100.

18. Буланова Н.Б. Адаптация пятиклассников к обучению в среднем звене // Региональное образование XXI века: проблемы и перспективы. – 2012. – № 5. – С. 268 – 270.

19. Волкова Е.Н. Проблемы насилия над детьми и пути их преодоления. – СПб.: Питер, 2008. – 240 с. <https://litportal.ru/avtory/kollektiv-avtorov/kniga-problemy-nasiliya-nad-detmi-i-puti-ih-preodoleniya-51250.html>

(дата обращения: 17.10.2017)

20. Вяхякупус Е. Кантор В.З. Социальная реабилитация инвалидов с нарушениями сенсорной, двигательной и интеллектуальной сферы: учебно – методический комплекс. – М.: Папирус, 2009. – 304 с.

<http://stomatologo.ru/programmi-socialennoj-reabilitacii-invalidov-s-narusheniyami-sl.html> (дата обращения: 12.02.2018)

21. Григорьева М.В. Понятие «образовательная среда» и модели образовательных сред в современной отечественной педагогической психологии // Акмеология образования. Психология развития. – 2010. №4. – С. 3 – 11.

22. Григорьева М.В. Интеллект как общая адаптационная способность // Актуальные проблемы психологии и педагогики. – 2011 г. – С. 86 – 89.

23. Долгова В.И. Системные инновационные технологии целеполагания // Международная конференция ГИСАП МАНВО. – 2013. – С. 41 – 45. <http://gisap.eu/ru/node/16023> (дата обращения: 11.10.2017)

24. Долгова В.И., Рокицкая Ю.А. Диагностико – аналитическая деятельность психолога в сфере образования: учебник. — М.: ПЕРО, 2016. — 241 с.

25. Долгова В.И., Рокицкая Ю.А. Индивидуально – психологические детерминанты суицидального и антисуицидального поведения подростков //



Вестник Челябинского государственного педагогического университета. — 2016. — № 3. — С. 107 – 111.

26. Долгова В.И., Рокицкая Ю.А., Балакина К.А. Профессиональное самоопределение, студенты, цель, «дерево целей», модель, программа // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2018. – № 2. – С. 213 – 221. <https://elibrary.ru/item.asp?id=35061555> (дата обращения: 23.03.2017)

27. Долгова В. И., Рокицкая Ю. А., Сметанина Д. А. Психологическая безопасность образовательной среды как условие адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья в школе-интернате» // Научно – методический электронный журнал «Концепт». – 2016. <http://e-koncept.ru/2016/56987.htm>. (дата обращения: 19.03.2016)

28. Долгова В.И., Барышникова Е.В., Сергиенко А.Ю. Изучение ситуативной тревожности у пятиклассников // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 6. С. – 226 – 232. <https://elibrary.ru/item.asp?id=26337992> (дата обращения: 27.11.2017)

29. Долгова В.И., Кондратьева О.А. Безопасность личности как вектор развития субъекта психолого – педагогического образования // Общество: социология, психология, педагогика. – 2016. – № 3. С. 43 – 45. <https://elibrary.ru/item.asp?id=25739671> (дата обращения: 13.05.2018)

30. Елисеева О.А. Субъективное благополучие подростков и психологическая безопасность образовательной среды // Психологическая наука и образование. – 2011. – № 3. – С. 9.

31. Жуков А.Д. Технологическое моделирование: учебное пособие. — М.: МГСУ, 2013. — 204 с.

32. Капитанец Е.Г. Учителю и психологу коррекционного образования. – Челябинск: ЧГПУ, 2012. – 63 с.

33. Калашникова Н.Г. Коррекционно – развивающее и специальное образование: инновации, перспективы, проблемы. – Барнаул.: АЗБУКА. – 2012. – 571 с.
34. Коблик Е.Г. Первый раз в пятый класс: программа адаптации детей к средней школе. — М.: Генезис, 2003. – 122 с. [http://pedlib.ru/index2.php?dir=1/0242&num\\_page=1&part=Books](http://pedlib.ru/index2.php?dir=1/0242&num_page=1&part=Books) (дата обращения: 14.04.2017)
35. Корецкая И.А. Психология развития и возрастная психология: учебное пособие. – М.: Евразийский открытый институт, 2011. – 120 с.
36. Коджаспиров А.Ю., Куприянова Е.Р. Комплексный подход к психологическому сопровождению пятиклассников в условиях адаптации к средней школе / Психология обучения. – 2016. – № 5. – С. 29 – 39.
37. Коробейников И.А. Нарушения развития и социальная адаптация. – М.: Пер Сэ, 2002. — 192 с. <http://www.iprbookshop.ru/7451.html> (дата обращения: 26.03.2018)
38. Котовская С.В., Вязовова Н.В., Толстошеина В.М. Психологическая безопасность как условие формирования жизнеспособной личности в инклюзивном образовании / Человек. Общество. Инклюзия. – 2016. – № 3. – С. 165 – 171.
39. Конин Н.М. Административное право России в вопросах и ответах. – М.: Проспект, 2010. — 256 с. <http://www.1variant.ru/2011-10-27-22-57-07/192-2014-04-09-11-48-59/3267--29-5-2014-26.html> (дата обращения: 28.11.2016)
40. Коробкина С.А. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах (1,5,10 классы): система работы с детьми. Родителями, педагогами. – Волгоград: Учитель. – 2011. – 238 с.
41. Левченко И.Ю., Забрамная С.Д. Психолого – педагогическая диагностика развития лиц с ограниченными возможностями здоровья: учебник для вузов. – М.: Академия, 2013. – 335 с.

42. Левченко И.Ю., Приходько О. Г. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно – двигательного аппарата: учебное пособие. – М.: Академия, 2001. — 192 с. [http://pedlib.ru/Books/6/0011/6\\_0011-1.shtml](http://pedlib.ru/Books/6/0011/6_0011-1.shtml) (дата обращения: 17.10.2017)

43. Леонова О.И. Психологические риски образовательной среды в эмоционально – личностном состоянии учащихся // Психологическая наука и образование. – 2014. – №3. – С. 276 – 285. [http://psyedu.ru/files/articles/psyedu\\_ru\\_2014\\_3\\_3960.pdf](http://psyedu.ru/files/articles/psyedu_ru_2014_3_3960.pdf) (дата обращения: 23.11.2017)

44. Мелентьева О.С., Одинцова М.А. Программа «Семейный разговор» для родителей и подростков. – М.: Гнезис, 2016. – 80 с.

45. Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь – М.: Прайм – Еврознак, 2007. – 672 с. [https://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Psihol/dict/index.php](https://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/dict/index.php) (дата обращения: 26.11.2016)

46. Найн М.Н. Организация и содержание коррекционно – педагогической работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья в условиях введения федеральных государственных требований. – Челябинск: Цицеро, 2012. – 175 с.

47. Невинна В.И. Психологическая безопасность в образовании // Научные труды. – 2011. – № 3. – С. 35 – 37.

48. Никитина М.В. Адаптация младшего школьника при переходе в среднее звено общеобразовательной школы // фестиваль педагогических идей открытый урок. – 2012. – С. 1 – 7. <http://xn1labbnckbmcl9fb.xnp1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/213806/> (дата обращения: 17.05.2017)

49. Овчаренко Л.Ю. Образовательная среда: инновации и психологическая безопасность // Системная психология и социология. – 2015. – № 13. – С. 27 – 38.

50. Павлова Т.С. Система оказания кризисной психологической помощи субъектам образовательной среды // Психологическая наука и образование. – 2012. – № 2. – С. 76 – 85.

51. Перминова Ю. А. Психолого – педагогические условия адаптации пятиклассников при переходе в среднее звено // Молодой ученый. — 2015. — №4. — С. 664 – 667.

52. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психологический словарь. – М.: Политиздат. – 2000. – 494 с. <https://hum.edu-lib.com/szbrannoe/psihologicheskiiy-slovar-pod-red-a-v-petrovskogo-onlayn> (дата обращения: 27.11.2017)

53. Петросянц В.Р. Психологическая безопасность и защищённость от психологического насилия в образовательной среде: автореферат. – СПб.: - 2011. – 29 с. <https://dlib.rsl.ru/viewer/01004846112#?page=1> (дата обращения: 19.11.2017)

54. Петров С.В. Обеспечение безопасности образовательного учреждения: практическое пособие. — М.: ЭНАС, 2006. — 245 с. <http://www.iprbookshop.ru/76157.html> (дата обращения: 21.02.2018)

55. Подойницына Т.А. Адаптация пятиклассников в современных условиях обучения // Актуальные проблемы современного образования. – 2015. – С. 63 – 65.

56. Прихожан А.М. Пятиклассники: Собрание для родителей пятиклассников (психологические аспекты): методический материал // Школьный психолог. Приложение к газете «Первое сентября». – 2002. – № 12. <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200201224> (дата обращения: 10.05.2017)

57. Пстрог Д. Насилие и агрессия как общественные явления, возникающие в школьной среде (из опыта польской школы). [http://vestnik.yspu.org/releases/zarubegnye\\_Issledovaniy/33\\_1](http://vestnik.yspu.org/releases/zarubegnye_Issledovaniy/33_1) (дата обращения: 10.11.2016).

58. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: практическое пособие. – М.: Юрайт, 2012. – 412 с.

59. Романова Е.С., Рябова И.В., Овчаренко Л.Ю., Абушкин Б.М. К вопросу о социальном партнерстве в структуре модели психолога – педагогического сопровождения учащихся образовательных учреждений // Системная психология и социология. – 2013. – № 8. – С. 89 – 100.

60. Сергеев, С. Ф. Психологическая безопасность в образовательной среде // Народное образование. – 2012. – № 6. – С. 163 – 169.

61. Сергеев, С. Ф. Постклассические модели психологической безопасности в образовательных средах // Школьные технологии. – 2012. – № 2. – С. 66 – 71.

62. Сметанина Д.А. Психофизиологические, психологические, педагогические проблемы развития личности школьника // Влияние комфортной психологически безопасной образовательной среды на психофизиологическое, психическое развитие личности школьника. – 2017. <http://gisap.eu/ru/node/118415>. (дата обращения: 17.04.2018)

63. Тютченко А.М. Влияние психологического состояния на успешность учебной деятельности // Социально – психологические аспекты взаимодействия и адаптации личности в социуме. – 2013. – С. 126 – 131.

64. Ушаков Д.Н. Толковый словарь «Большой толковый словарь русского языка. Современная редакция». <https://gufo.me/dict/ushakov> (дата обращения: 24.10.2017)

65. Ходько Е.Г. Диагностика адаптации пятиклассников // Гармоничное развитие личности: психология и педагогика. – 2016. – С. 43 – 47.

66. Шарипова М.Н. Психология безопасности. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017.— 138 с. <http://www.iprbookshop.ru/71318.html> (дата обращения: 16.04.2018)

67. Шаповаленко И.В. Психология развития и возрастная психология. – М.: Юрайт, 2012. – 567 с.

68. Шипилина Л.П. Методология психолого – педагогических исследований: учебное пособие. – М.: Флинта, 2011. – 217 с.

69. Якиманская И.С. Психологическая безопасность в напряжённой и благоприятной образовательной среде в представлениях школьников и родителей // Комплексное изучение человека; психология; фундаментальные проблемы образования. – 2016. – С. 12.

70. Якиманская И.С. Оценка безопасности образовательной среды, асоциального поведения, системы помощи и поддержки во мнениях школьников городских и сельских школ Оренбургской области // Акмеология образования. Психология развития. – 2012. – № 1. – С. 13.

71. Якиманская И.С., Биктина Н.Н., Логутова Е.В., Молокостова А.М. Психолого – педагогическое сопровождение образовательной среды в условиях внедрения новых образовательных стандартов. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015.— 124 с. <http://www.iprbookshop.ru/54149.html> (дата обращения: 15.12.2017)

72. Ясвин В.А., Дерябо С.Д. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. — М.: Смысл, 2001. — 365 с. <http://www.klex.ru/boj> (дата обращения: 28.03.2017)

73. ФГОС Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

74. Федеральный закон от 28.12.2010 № 390-ФЗ «О безопасности» // Российская газета. – 2010. 29 декабря. № 295.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики психологической безопасности образовательной среды и адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья.

Диагностический инструментарий первой методики диагностики И.А. Басовой «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды школы» включает в себя стимульный материал в виде следующего бланка:

Фамилия \_\_\_\_\_ Имя \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_

Уважаемый пятиклассник!

Просим Вас принять участие в исследовании образовательной среды школы. Исследование проводится с целью совершенствования психологической поддержки образовательного процесса.

На каждый вопрос Вам нужно выбрать вариант ответа, который соответствует Вашему мнению.

1. Как Вы думаете, требует ли обучение в Вашей школе постоянного совершенствования Ваших возможностей?

Да	Пожалуй, да	Не могу сказать	Пожалуй, нет	Нет
----	-------------	-----------------	--------------	-----

2. Обратите внимание на приведенную ниже шкалу: цифра «0» характеризует пребывание в школе, которое очень не нравится, «9» - которое очень нравится. В какой из клеток Вы бы указали свое пребывание?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

3. Если бы Вы переехали в другой район города, стали бы ездить на учебу в свою школу?

Да	Не знаю	Нет
----	---------	-----

4. Считаете ли Вы, обучение в школе помогает развитию:

а) интеллектуальных способностей?

Да	Пожалуй, да	Не могу сказать	Пожалуй, нет	Нет
----	-------------	-----------------	--------------	-----

б) жизненных умений?

Да	Пожалуй, да	Не могу сказать	Пожалуй, нет	Нет
----	-------------	-----------------	--------------	-----

5. Если бы Вам пришлось выбирать из всех школ района, Вы бы выбрали свою школу?

Да	Не могу сказать	Нет
----	-----------------	-----

6. Какое настроение чаще всего бывает у Вас в школе?

Обычно плохое	Чаще плохое	Не влияет	Чаще хорошее	Обычно хорошее
---------------	-------------	-----------	--------------	----------------

7. Их перечисленных ниже характеристик школьной среды выберите только пять наиболее важных, с Вашей точки зрения, и оцените их по пятибалльной системе.

Характеристика школьной среды	Степень удовлетворенности выбранной характеристикой				
	в очень большой степени	в большой степени	в достаточной степени	в небольшой степени	совсем нет
1. Взаимоотношения с учителями					
2. Взаимоотношения с учениками					
3. Возможность высказать свою точку зрения					
4. Уважительное отношение к себе					
5. Сохранение личного достоинства					
6. Возможность обратиться за помощью					
7. Возможность проявлять инициативу, активность					
8. Учет личных проблем и затруднений					

8. Считаете ли Вы свое обучение в школе интересным?

Да	Пожалуй, да	Не могу сказать	Пожалуй, нет	Нет
----	-------------	-----------------	--------------	-----

9. Насколько защищенным Вы чувствуете себя в школе?

Показатели психологической защищенности	Полностью незащищен	Незащищен	Затрудняюсь сказать	Защищен	Вполне защищен
1	2	3	4	5	6
1. От публичного унижения а) одноклассниками б) учителями					
2. От оскорбления а) одноклассниками б) учителями					



3. От высмеивания а) одноклассниками б) учителями					
4. От угроз а) одноклассников б) учителей					
5. От обидного обзывания а) одноклассниками б) учителями					
6. От того, что заставят делать что- либо против Вашего желания а) одноклассники б) учителя					
7. От игнорирования а) одноклассниками б) учителями					
8. От неуважительного отношения а) одноклассников б) учителей					
9. От недоброжелательног о отношения а) одноклассников б) учителей					

10. Предположим, что по каким-то причинам Вы долго не могли посещать школу. Вернулись бы Вы на свое прежнее место учебы?

Да	Не знаю	Нет
----	---------	-----

Вторая методика диагностики, направленная на выявление уровня эмоционального компонента психологической адаптации пятиклассников с ОВЗ – «Тест школьной тревожности Филлипса».

Для полного представления данной методики необходим следующий стимульный материал: инструкция: «Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не

задумывайтесь. На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если вы согласны с ним, или «-», если не согласны».

Текст опросника, содержащий 58 вопросов:

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто –нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?

16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относятся к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?

32. Как ты думаешь теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебной?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу также хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке. Что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?

49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи. Которые хорошо знал раньше?

50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?

51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит. Что собирается дать классу задание?

52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?

53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?

54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?

55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?

56. Беспokoишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?

57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?

58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

Для ответов на вопросы теста испытуемым предоставляется регистрационный бланк

Фамилия, имя \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_ дата \_\_\_\_\_ г.

1)	8)	15)	22)	29)	36)	43)	51)
2)	9)	16)	23)	30)	37)	44)	52)
3)	10)	17)	24)	31)	38)	45)	53)
4)	11)	18)	25)	32)	39)	46)	54)
5)	12)	19)	26)	33)	40)	47)	55)
6)	13)	20)	27)	34)	41)	48)	56)
7)	14)	21)	28)	35)	42)	49)	57)
						50)	58)



## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты опытно – экспериментального исследования психологической безопасности образовательной среды школы и психологической адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья. Описание матрицы корреляционных связей.

Таблица 7

Результаты диагностики «Тест школьной тревожности Филлипса» обучающихся пятых классов

Ф И О	общая тревож ность в школе	пережи вания социаль ного стресса	фрустр ация потреб ности в достиж ении успеха	страх самовыра жения	страх ситуа ции прове рки знани й	страх несоответс твовать ожиданиям окружающ их	низкая сопротивля емость стрессу	страхи в отноше ниях с педагог ами
ПВ	8	2	4	5	2	2	0	4
РЕ	20	7	6	5	6	3	4	6
Н А	18	3	3	5	5	2	2	4
ГА	17	2	8	5	4	3	2	7
ГД	13	4	7	4	3	5	2	3
БА	15	4	8	3	3	5	5	4
КН	19	7	7	5	6	3	5	4
ЛЯ	9	3	6	0	4	3	3	3
М А	3	2	1	0	2	1	0	1
П М	18	6	8	5	6	5	4	5
ЗВ	8	1	4	1	4	0	2	4
ПС	0	0	3	0	0	0	0	1
ИВ	5	4	8	1	3	3	3	5
Ш Г	12	1	2	5	6	2	2	3
КА	12	6	4	3	5	3	1	3
СА	10	1	6	3	6	3	1	4

ЛА	18	5	7	4	5	4	4	6
М Д	0	2	5	2	0	1	0	4
ПЛ	5	1	4	1	4	2	0	3
СВ	1	2	3	0	1	1	0	2
ВП	9	3	3	1	2	1	2	2

В соответствии с полученными результатами делаем вывод:

По семи шкалам тревожности большее количество испытуемых попадают в диапазон нормы и лишь по шкале №5 – страх ситуации проверки знаний, большая доля испытуемых – 8 человек (38, 1%) попали в диапазон высокого уровня тревожности.

Таблица 8

Результаты диагностики «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды школы» обучающихся пятых классов по И.А. Баевой. В данной таблице представлены результаты интегрального показателя отношения к образовательной среде

ФИО	КОГНИТИВНЫЙ КОМПОНЕНТ	ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ	ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ
П.В.	2	2	2
Р.Е.	2	2	2
Н.А.	2	2	2
Г.А.	2	2	2
Г.Д.	2	2	2
Б.А.	1	2	1
К.Н.	2	2	1
Л.Я.	2	1	0
М.А.	2	2	2
П.М.	2	0	2
З.В.	2	2	2
П.С.	2	2	2
И.В.	2	2	1
Ш.Г.	2	0	1



К.А.	2	2	2
С.А.	1	0	2
Л.А.	2	0	2
М.Д.	2	0	1
П.Л.	2	2	2
С.В.	2	2	2
В.П.	2	2	2

В соответствии с полученными результатами делаем вывод: в когнитивном показателе отношения к образовательной среде школы позитивное отношение имеют 19 испытуемых (90,5%) и нет ни одного испытуемого с отрицательным отношением (0,0%).

В эмоциональном компоненте позитивное отношение имеют 15 испытуемых (71,4%) и лишь 5 испытуемых (23,8%) имеют отрицательное отношение.

В поведенческом показателе позитивное отношение имеют 14 испытуемых (66,6%) и отрицательное отношение имеет 1 испытуемый (4,8%).

Таблица 9

Результаты второго показателя по методике И.А. Боевой – выбор значимых характеристик образовательной среды и индекс удовлетворённости ими

ФИО	Уровни удовлетворённости характеристиками образовательной среды		
	Низкий 1-1,9	Средний 2-3,9	Высокий 4-5
П.В.		2,6	
Р.Е.	1,6		
Н.А.	1,2		
Г.А.		2,4	
Г.Д.		2,4	
Б.А.	1,6		
К.Н.		2,4	
Л.Я.	1,6		
М.А.	1,2		
П.М.		3	
З.В.		2,2	
П.С.		2,8	

И.В.		2,2	
Ш.Г.	1,8		
К.А.		2,6	
С.А.		2,4	
Л.А.		2,8	
М.Д.	1,8		
П.Л.	1,8		
С.В.		2,4	
В.П.		2,4	
итог	8 чел. (38,1%)	13 чел. (61,9%)	

По данным результатам наблюдаем, что большинство пятиклассников не удовлетворены значимыми для них характеристиками образовательной среды школы и попадают в область низкого уровня удовлетворённости – 8 человек (38,1%) и в область средних значений – 13 человек (61,9%).

Таблица 10

В данной таблице представлены результаты третьего критерия по методике И.А. Баевой – индекс психологической безопасности образовательной среды школы

ФИО	Уровни защищённости в образовательной среде		
	Низкий 0-1,9	Средний 2-2,9	Высокий 3-3,9
П.В.			3,5
Р.Е.			3,3
Н.А.			3,1
Г.А.			3,2
Г.Д.			3
Б.А.			3
К.Н.		2,8	
Л.Я.			3,4
М.А.		2,4	
П.М.	0,8		
З.В.		2,8	
П.С.			3,8
И.В.	1,8		
Ш.Г.	1,8		
К.А.		2,2	
С.А.			3,4
Л.А.	1,4		
М.Д.	1,3		
П.Л.			3
С.В.		2,4	
В.П.			3,4
итог	5 чел. (23,8%)	5 чел. (23,8%)	11 чел. (52,4%)

По данным таблицы видим, что несмотря на неудовлетворённость некоторыми характеристиками образовательного пространства школы, пятиклассники чувствуют себя достаточно защищёнными и испытывают психологический комфорт. Низкий уровень защищённости прослеживается лишь у одного (4,8%) испытуемого, ниже среднего всего у 4-х (19,0%) пятиклассников. Большинство испытуемых оценивают свою безопасность высоким уровнем – 11 человек (52,4%) и 5 человек (23,8%) средним уровнем.

Таблица 11

Результаты диагностики Т.Е. Ковиной, А.К. Колеченко и И.Н. Агафоновой «Предмет – чувства»

ФИО	матем	русск	литер	природ	англ	истор	инфор	техн	муз	физра	ИЗО
П.В.	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Р.Е.	0	5	5	6	0	5	6	5	5	5	6
Н.А.	0	5	5	4	6	4	6	4	0	4	4
Г.А.	0	6	6	6	0	6	5	6	5	6	6
Г.Д.	0	6	6	5	5	6	5	0	6	5	2
Б.А.	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4
К.Н.	4	2	4	4	0	4	5	4	4	4	4
Л.Я.	5	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4
М.А.	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4
П.М.	0	4	5	5	5	4	5	6	6	6	6
З.В.	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	4
П.С.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
И.В.	4	4	2	5	4	2	4	4	4	4	4
Ш.Г.	4	0	3	4	4	4	4	4	4	4	4
К.А.	4	2	2	4	4	2	4	2	4	4	4
С.А.	2	0	6	4	2	2	6	2	0	0	2
Л.А.	2	2	2	4	2	4	4	2	4	4	4
М.Д.	6	6	6	2	6	6	6	6	6	6	6
П.Л.	6	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4
С.В.	6	4	5	6	5	3	6	6	5	5	5
В.П.	0	6	5	4	6	0	2	3	6	6	6

По данной методике делаем вывод, что большинство из испытуемых 5-х классов имеют низкий уровень эмоциональной положительности к предметам в целом, что может говорить о проблемах во взаимоотношениях их с педагогами.

Таблица 12

## Матрица корреляционных связей Спирмена

Компоненты психологической безопасности образовательной среды	Компоненты психологической адаптации пятиклассников с ОВЗ					
	общая тревожность	страх проверки знаний	страх не соответствовать ожиданиям окружающих	страх в отношении педагогов	мотивация	адаптация
Общ. кол. положительных	-,090	-,235	<b>-,471*</b>	-,103	,143	,112
	,697	,304	,031	,657	,536	,627
Общ. кол. нейтральных	,162	,153	<b>,527*</b>	-,010	-,187	-,199
	,482	,508	,014	,967	,418	,387
Общ. кол. отрицательных	-,077	,201	,221	,192	-,008	,097
	,739	,382	,337	,405	,974	,675
Отношение к ОС	-,229	-,379	-,376	-,309	,144	,227
	,318	,090	,093	,174	,534	,322
Когнитивный	-,107	-,163	-,330	-,110	<b>,496*</b>	,401
	,643	,481	,144	,635	,022	,072
Эмоциональный	-,089	-,352	-,226	-,225	,089	,050
	,701	,117	,324	,327	,700	,829
Поведенческий	,040	-,063	-,167	-,056	-,101	-,185
	,862	,785	,469	,810	,664	,422
Интегральный показатель	-,105	-,344	-,358	-,251	,150	,073
	,652	,127	,111	,272	,517	,753
Удовлетворённость ОС	,046	,041	,164	,092	-,063	-,151
	,844	,859	,478	,691	,788	,514
Защищённость в ОС	-,043	-,162	-,183	-,207	,046	,124
	,854	,483	,428	,368	,843	,592
Взаимоотношения с учителями	-,319	-,395	-,290	-,203	,197	,297
	,159	,077	,203	,377	,391	,191
Взаимоотношения с	<b>-,514*</b>	<b>-,452*</b>	<b>-,726**</b>	-,275	,241	<b>,489*</b>

учениками	,017	,039	,000	,228	,292	,024
Высказывание точки зрения	-,343	-,061	-,356	-,092	,132	,335
	,127	,794	,114	,691	,569	,137
Отношение к себе	-,379	-,255	-,373	-,366	,100	,393
	,090	,264	,096	,103	,667	,078
Учёт личного достоинства	-,324	-,224	-,096	-,156	,145	,316
	,153	,329	,680	,499	,531	,163
возможность обратиться за помощью	-,420	-,279	<b>-,710**</b>	-,301	,151	<b>,458*</b>
	,058	,221	,000	,184	,513	,037
Проявление инициативы	<b>-,629**</b>	-,323	<b>-,567**</b>	-,386	,174	<b>,594**</b>
	,002	,153	,007	,084	,449	,005
индивидуальные трудности в обучении	<b>-,528*</b>	-,351	<b>-,453*</b>	<b>-,440*</b>	,021	,378
	,014	,119	,039	,046	,929	,091

Полно представленная матрица корреляционных связей между показателями психологической безопасности образовательной среды и показателями психологической адаптации, даёт возможность проанализировать все статистически значимые взаимосвязи.

Рассмотрев и проанализировав имеющиеся взаимосвязи между компонентами адаптации и безопасности образовательной среды, обобщаем, что в системе показателей корреляций ведущее место по количеству и тесноте связей занимает наличие тревожности по нескольким из восьми шкал обозначенных автором в методике. К наиболее выраженной шкале относится страх не соответствовать ожиданиям окружающих. На небольшое количество корреляционных связей отстаёт показатель взаимоотношения с одноклассниками и сверстниками в целом.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Психолого – педагогическая программа формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации пятиклассников с ОВЗ.

В данном приложении представлена программа занятий по формированию комфортной и безопасной образовательной среды в количестве 16 занятий. Каждое занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие этапы: вступительная часть (ритуал приветствия), основная часть (содержание упражнений), заключительный (рефлексия и ритуал прощания).

#### Занятие 1. «Знакомство»

Цель: сформировать группу.

Задачи: - способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе;

- выяснить ожидания обучающихся;
- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы.

Материалы:

— небольшие листочки бумаги для изготовления визиток; фломастеры; стакан, наполовину наполненный водой.

1 этап занятия – вступление.

#### Упражнение №1. «Представление имени»

Ход упражнения: класс встает в круг, поочередно каждый пятиклассник выходит в центр круга и называет свое имя, сопровождая его каким-либо жестом или движением. Все остальные участники копируют жест и интонацию. Упражнение заканчивается, когда каждый из участников представится.

Представление имени в группе детей младшего подросткового возраста обычно проходит очень увлеченно и эмоционально, поэтому после его завершения можно предложить детям подвижную, активную игру.

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Если весело живется, делай так»

Ход упражнения: весь класс сидит на стульях по кругу, водящий (им может быть по очереди каждый из учащихся) задает какое – либо веселое движение (хлопки, притопы, щелканье языком), остальные все вместе повторяют его, произнося при этом: «Если весело живется, делай так». Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый не побудет ведущим. В конце можно повторить все действия по порядку, точно и ритмично.

Не всегда получается согласованно воспроизводить действия каждого участника, поэтому сначала ведущий может подавать группе специальный знак, по которому дети начнут повторять движение. На последующих занятиях эта игра становится одной из любимых, и ребята начинают действовать все более согласованно.

Упражнение №3. «Принятие правил»

Ход упражнения: ведущий предлагает принять свод правил. Правила должны быть такими, чтобы всем было:

1. Интересно! Для этого необходимо быть активным, правдивым и уметь слушать каждого.

2. Комфортно! Запрещаются оскорбления, упреки, обвинения. А вот внимание к положительным сторонам каждого приветствуется и даже поощряется.

3. Безопасно! Все, что происходит на занятиях, — для всех, кроме нас, секрет.

4. Полезно! Выполняем задания добросовестно.

Ведущий говорит о добровольности участия в работа группы. Если кто-нибудь из участников не захочет выполнять какое-либо упражнение, он может отказаться.

Перед тем как принять правила, следует обсудить их с детьми, а также продумать санкции за их нарушение. Санкции должны соответствовать проступку и быть выполнимыми, например, нарушивший правило выходит за круг и пропускает следующее упражнение. Дети могут предложить свои правила, и если группа согласится, они включаются в основной список.

Если дети согласны с предложенными правилами, они вслед за ведущим торжественно принимают правила под аплодисменты группы. После этого все участники заполняют и прикрепляют к одежде свои именные карточки.

Упражнение №4. «Твоя школа такая, какой ты её видишь»

Ход игры: выполняя это упражнение, каждый ребенок получает возможность высказать свое мнение о школе и увидеть положительное в новой ситуации, научиться конструктивно относиться к школьным проблемам.

Скажите следующее: «В жизни нам постоянно приходится привыкать к чему-то новому. В этом году вы стали пятиклассниками, взрослыми и самостоятельными учениками средней школы. Вы уже почувствовали, что обучение отличается от того, что было раньше: у вас появилось много новых учителей, новые предметы, новые одноклассники. Наверняка у вас возникли вопросы. Давайте поговорим о том, что вам нравится в школе в этом году, а что — нет».

Запишите ответы детей на доске. Желательно, чтобы высказался каждый ребенок.

Вот что говорили дети одной из московских школ:

- учиться стало сложнее;
- неизвестно куда идти, поэтому страшно опоздать;
- разные учителя;
- некогда отдохнуть;
- короткие перемены — мы не успеваем найти кабинет;



- в классе много незнакомых ребят, а друзья попали в другой класс, и это обидно;

- праздники проходят до-другому, не так, как в начальной школе;

- много домашних заданий;

- завтраком и обедом никто не кормит, каждый сам в столовой должен покупать себе еду;

- появилась возможность прогуливать;

- можно «беситься» на перемене, никто за нами не следит так, как в начальной школе.

Очевидно, что негативных высказываний оказалось больше, чем позитивных.

Какие же пожелания высказывают дети? Им хотелось бы, чтобы:

- их классный руководитель оказался таким же заботливым и внимательным, как первая учительница;

- кабинет был такой же уютный, как в начальной школе;

- было много праздников;

- поменьше примеров задавали;

- не ставили «2» за то, что не принес на урок учебные принадлежности.

Дискуссия на тему занятия:

1. Как вы думаете, все ли люди испытывают одинаковые чувства по отношению к школе?

2. Почему впечатления одних людей сильно отличаются от впечатлений других?

3. Как вы думаете, какие проблемы могут возникнуть у вас в пятом классе?

4. О чем вы хотели бы узнать, что хотели бы обсудить за время наших занятий?

Завершающий этап занятия – рефлексия.

## Занятие 2. «Узнай меня»

Цель: сформировать групповую сплочённость.

Задачи: - дать возможность обучающимся поближе познакомиться друг с другом;

- помочь обучающимся прояснить свои цели на время обучения в пятом классе;

Материалы:

- таблички с ответами «да», «нет», «иногда» (для упражнения «Найди того, кто...»);

— мяч (для упражнения «Игра с мячом»);

— бланки «Мои цели» — по количеству участников;

— бланки «Солнышко» — по количеству участников.

1 этап занятия – вступление.

### Упражнение №1. «Прошепчи имя»

Ход упражнения: скажите следующее: «Все вы стали учениками средней школы. В классе появились новые ребята. Предлагаю вам познакомиться поближе, лучше узнать друг друга. Уберите в сторону стулья, чтобы в классе было достаточно свободного места. Начните бродить по классу. При этом подходите к разным детям и шепчите им на ушко сначала свое, а затем их имя... Теперь остановитесь, пожалуйста. Когда по моей команде вы снова начнете ходить по классу, прошепчите другому на ушко самое приятное, что случилось с вами вчера. Начали!».

Упражнение заканчивается, после того как каждый ребенок пообщается со всеми участниками.

2 этап занятия – основная часть.

### Упражнение №2. «Найди того, кто...»

Ход упражнения: развесьте таблички с ответами на разные стены классной комнаты.

Скажите следующее: «Сейчас я буду зачитывать разные утверждения. Если вы согласитесь с услышанным утверждением, то должны будете

подойти к табличке, на которой написан ответ «да» и нарисована веселая рожица, если не согласитесь, — подойдете к табличке с ответом «нет» (на ней изображена грустная рожица). Есть еще третий вариант ответа — «иногда, не всегда» (на табличке нарисована недоумевающая рожица), если он подходит вам больше всего, то встаньте около этой таблички».

Зачитайте следующие утверждения:

Я люблю путешествовать.

Мое настроение похоже сегодня на осенний теплый, солнечный денек.

Я регулярно чищу зубы.

Я плачу, когда смотрю печальные фильмы.

Я верю в равные права мальчиков и девочек.

Мне нравится слушать музыку.

В прошлом месяце я прочел новую книгу.

Я играю на музыкальном инструменте.

Я говорю на иностранном языке.

Я — учащийся 5 «А» класса.

Я не люблю учиться.

Я не люблю домашние задания.

Я умею постоять за себя.

Я — добрый (веселый).

Я надеюсь навести порядок в своем столе.

Мне здесь нравится.

У меня есть друзья в классе.

После каждого утверждения оставляйте достаточно времени, чтобы ребята успели переместиться к нужной табличке, посмотреть, кто ответил на вопрос так же как они, а кто — по — другому. Спрашивайте детей, почему они выбрали тот или иной ответ.

### Упражнение №3. «Прощание с начальной школой»

Ход упражнения: в ходе выполнения этого упражнения дети вспоминают приятные моменты учебы в начальной школе, свои успехи и достижения.

Скажите следующее: «Сегодня я предлагаю вспомнить все то, что ярко запомнилось вам в начальной школе. Что из прошлого вы хотели бы «взять с собой», чтобы чувствовать себя уютно и комфортно? Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию.

Вспомни свой самый первый день в школе: ты нарядный и красивый, в руках у тебя цветы, на душе радостно и немного тревожно, но зато чувствуешь себя по-настоящему взрослым. Звенит первый звонок. Тыходишь в класс, в котором тебе предстоит учиться три года. Что это за кабинет? Вспомни его в мельчайших подробностях. Кругом новые ребята — среди них твои будущие друзья. Вспомни, как ты выбрал себе место за партой, где в классе находилась твоя парта? Вспомни свою первую тетрадь и «Букварь» и, конечно, первую похвалу, полученную от учителя. Кто был первым другом, кто так часто помогал тебе? Вспомни любую ситуацию успеха за три года учебы в начальной школе. Когда ты чувствовал себя уверенно, смело? Когда тебе было радостно, интересно? Может, это был какой-то праздник, утренник, или поход, или дело, которое тебе удалось выполнить очень хорошо? А может быть, мама после родительского собрания похвалила тебя за успехи, за отличные оценки. Что ты тогда чувствовал? Вспомнил?

А теперь постепенно возвращайся обратно. Ты снова здесь, в нашем классе. Как только будешь готов, открой глаза...

Кто хочет поделиться с нами своими впечатлениями, тем, что вспомнилось? ».

Дайте возможность высказаться каждому ребенку, а затем скажите: «Запомните чувства успеха и уверенности, радости от учебы, все хорошее,

что было в начальной школе, и пусть эти чувства помогают вам учиться в пятом классе».

#### Упражнение №4. «Игра с мячом»

Ход упражнения: упражнение способствует прояснению личной мотивации обучения в средней школе, осознанию своих целей.

Предложите детям, передавая мяч друг другу в произвольном порядке, продолжить фразу: «Я хочу, чтобы в пятом классе я...». Ответы могут быть самыми разными.

После выполнения упражнения раздайте детям бланки «Мои цели». Предложите им написать на своем листочке четыре главных желания или цели («Я хочу...»), учитывая свои возможности. Скажите: «Прежде чем написать, про свою цель, пусть каждый подумает про себя: «А что я могу сделать, чтобы исполнилось то, что я хочу...»».

Бланки остаются у детей. В ходе работы группы, по мере достижения своих целей, каждый ребенок будет раскрашивать радугу, изображенную на бланке.

Завершающий этап занятия – рефлексия.

#### Занятие №3. «Я твой друг и ты мой друг»

Цель: создать в группе атмосферу доверия и открытости

Задачи: - способствовать формированию навыков взаимодействия в группе;

- помочь пятиклассникам осознать, какие качества важны в дружбе;
- повысить самооценку обучающихся.

Материалы:

- мяч (для упражнений «Что я люблю делать» и «Настоящий друг»);
- «портреты в лучах солнца» с фотографиями или автопортретами детей;
- плакаты, на которых крупно написаны пословицы и поговорки о дружбе (для оформления помещения).

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Что я люблю делать»

Ход упражнения: скажите следующее: «В школе мы все собираемся вместе, здесь нас ждут друзья, учителя. Каждый из вас — интересная личность, достойная уважения, каждый вносит собственный вклад в наши отношения, в дела класса.

Передавая мяч друг другу, назовите свое имя и скажет о том, что каждый из вас любит делать и что у вас хорошо получается. Можно также сказать о том, чему вы могли бы обучить других ребят».

После того как все участники выскажутся, они могут сказать друг другу о том, чему каждый из них хотел бы научиться у других.

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Найди меня»

Ход упражнения: соберите и развесьте на школьной доске принесенные детьми «солнышки» с фотографиями. Попросите детей определить, кто есть кто. Выберите любую фотографию, и пусть каждый участник даст свой вариант ответа. После этого изображенный на фотографии ребенок называет себя. Затем по очереди покажите остальные фотографии. В конце упражнения дети подписывают свои «солнышки». Обязательно произнесите добрые слова в адрес каждого ребенка.

Упражнение №3. «Настоящий друг»

Это упражнение поможет детям осознать, какие качества ценятся в дружбе.

Ход упражнения: скажите следующее: «Каждый человек в течение своей жизни приобретает и теряет друзей. Дружба доставляет много радости, но иногда она может приносить страдания. Дружеские отношения постоянно меняются по мере того как растем и меняемся мы сами, появляются новые друзья, иногда исчезают старые. Друзей не бывает много; хотя отношения могут быть добрыми и теплыми со всеми одноклассниками, лишь некоторым мы доверяем свои проблемы и переживания».

Попросите каждого ребенка, передавая мяч другому, закончить предложение: «Друг — это тот, кто...». Выпишите на доску качества, которые предлагают дети, и спросите, почему они считают важными именно эти качества.

Попросите желающих рассказать о своем настоящем друге и представить его группе, например:

Привет! Я бы хотел познакомить вас со своим другом — Светланой. Она наша соседка, и я знаю ее очень давно. Она готовит самое лучшее печенье в мире и приглашает меня в гости. Мы с ней много разговариваем, а еще ходим вместе гулять. Она очень добрая и веселая.

Дискуссия на тему занятия

1. Как вы думаете, что важнее всего в дружбе?
2. Если бы твой лучший друг (подруга) сказал о том, ему (ей) больше всего в тебе нравится, как ты думаешь, что именно он сказал бы?
2. А если бы этот человек захотел сказать о том, что ему не нравится в тебе, как ты думаешь, о чем он сказал бы?
3. Что мешает дружбе?
3. Каким образом дружба может изменяться в зависимости от времени, при различных обстоятельствах?
4. Как можно познакомиться с новыми детьми и улучшить отношения с давними друзьями?

Эта тема особенно актуальна для классов, где дети находятся в конкурентных отношениях (например, для гимназических классов, в которые дети попадают в результате жесткого отбора). В таких случаях дети обычно борются за внимание со стороны учителя, за оценку. Соперничество друг с другом, особенно в учебной деятельности, приводит к обидам, ссорам, вспышкам гнева. В таких классах следует уделять особое внимание формированию навыков взаимодействия, развитию способности понимать себя и другого.

#### Упражнение №4. «Мой портрет в лучах солнца»

Это упражнение поможет детям научиться принимать другого человека и находить в нем положительные качества.

Ход упражнения: попросите детей взять свои «портреты в лучах солнца»: и написать на двух - трёх лучиках солнышка свои достоинства и положительные качества. После этого попросите их передать свои портреты соседу слева. Он, а затем и каждый последующий в круге, должен дополнить список хороших качеств изображенного на фотографии ученика, записывая эти качества на оставшихся лучиках.

Необходимо учесть, что сильные стороны в другом ребенке дети находят быстро, иногда труднее обстоит дело с поиском собственных достоинств. Бывает, что дети пишут что – то обидное, в этом случае следует еще раз напомнить инструкцию и оказать поддержку ребенку, на портрете которого появилась задевающая надпись. Поскольку дети пишут медленно, следует отвести на выполнение этого упражнения достаточно времени.

Завершающий этап занятия – рефлексия.

#### Занятие №4.

Цель: найти друзей по интересам

Задачи: - узнать друг о друге больше;

- попробовать практиковать навык публичного выступления.

Материалы: мяч, тетрадные листы бумаги, ручки.

1 этап занятия – вступление.

#### Упражнение №1. «На что похоже настроение соседа справа?!»

Ход упражнения: ребята, сидя в кругу, внимательно смотрят на соседа справа в течение 1 минуты, после чего по часовой стрелке начинают отвечать на вопрос: «На что похоже его настроение, аргументируя, почему он так считает».

2 этап занятия – основная часть.

#### Упражнение №2. «Лови мяч»



Ход упражнения: ведущий – психолог говорит, что сейчас важно как можно больше узнать друг о друге, для этого вы бросаете мяч, тому человеку, о котором хотелось бы узнать по больше и задаёте интересующий вопрос. Главное условие, чтобы мяч побывал у всех участников.

### Упражнение №3. «Мои увлечения»

Ход упражнения: выйти и перед классом публично выступить с рассказом о себе, который был задан на дом.

Завершающий этап занятия – рефлексия.

### Занятие № 5. «Школа это мы»

Цель: узнать о школе больше

Задачи: - помочь обучающимся ознакомиться со школьными правилами и осознать особенности своего поведения в разных школьных ситуациях

Материалы:

- несколько больших листов ватмана, фломастеры, маркеры.

1 этап занятия – вступление.

### Упражнение №1. «Передай ритм по кругу»

Ход упражнения: ведущий хлопает в ладоши, задавая определенный ритм, дети последовательно передают этот ритм по кругу.

2 этап занятия – основная часть.

### Упражнение №2. «Портрет группы»

Ход упражнения: начните занятие с обсуждения домашнего задания: пусть желающие расскажут о том, как им удалось познакомиться с кем-либо, затем выберите название группы и ее девиз. Например, команда «Солнце», с девизом: «Светло, тепло, всем отлично, хорошо!»

Обсудите предложения детей по поводу названия группы и постарайтесь помочь им прийти к согласию.

После этого дети (с помощью ведущего) пишут название и девиз группы на большом листе, а под ним размещают свои «портреты в лучах солнца» с личными девизами.

Ведущий может сделать это самостоятельно после урока. Повесьте «Портрет группы» на стене классной комнаты. Пусть он всегда находится там во время занятий.

### Упражнение №3. «Узнай свою школу»

Ход упражнения: упражнение поможет учащимся ознакомиться с правилами школы и осознать особенности своего поведения в разных школьных ситуациях.

Скажите следующее: «Сейчас мы выполним упражнение, которое поможет нам лучше понять, какие правила поведения приняты в нашей школе. Я буду задавать вам вопросы, а вы, хорошо подумав, отвечайте на них».

Вы можете предлагать для обсуждения любые ситуации, задавать любые вопросы, которые помогут ввести определенные правила и нормы поведения, принятые в вашей школе и актуальные для класса, с которым вы работаете. Примерные вопросы:

Что я делаю, когда опаздываю в школу или на урок?

Сколько раз нужно опоздать в школу, чтобы попасть к директору?

Как я могу быть наказан за опоздание?

Если надо уйти с занятий на прием к врачу, с кем мне договориться об этом?

Что мне делать, если я плохо себя почувствую?

Я потерял учебник. Что мне делать?

У меня пропала куртка из раздевалки. Что мне делать?

Что мне делать, если мне угрожает другой ученик?

Как я могу попасть на встречу со школьным психологом?

Назовите три основных правила поведения во время перемены.

Какие вещи нельзя приносить в школу?

Что такое «плохое поведение в школе»? Подумайте, за какое поведение ученика могут выгнать из школы.

Дискуссия на тему занятия:

В ходе обсуждения помогите детям выделить оптимальные варианты поведения в разных ситуациях. Поговорите о разных видах поведения: уверенном, неуверенном, грубом, агрессивном. Предложите детям разыграть некоторые из предложенных во время обсуждения ситуаций. Важно, чтобы все школьники поучаствовали в этом.

Задайте детям следующие вопросы:

1. Вспомните, когда вы себя чувствовали уверенно или неуверенно в школе. Почему вам запомнились эти ситуации? Что чувствовали в этих ситуациях люди, находящиеся вместе с вами?

2. Были ли ситуации, когда вы вели себя грубо, может быть даже агрессивно?

3. Какие правила поведения обязательны для соблюдения в школе?

Запишите на доске основные правила вашей школы.

Следует специально подготовиться к этому занятию, составить предварительный список правил и традиций школы после совместного обсуждения с администрацией учителями школы. Если эта тема никогда раньше не обсуждалась, можно посвятить отдельное занятие выработке правил класса, собрав всех детей и пригласив классного руководителя.

Завершающий этап занятия – рефлексия.

Занятие №6. «Я и мои возможности»

Цель: осознать свои силы и возможности

Задачи: - помочь участникам группы осознать правила работы на уроке;

- способствовать формированию учебных навыков;

- способствовать самораскрытию пятиклассников и развитию эмпатии.

Материалы:

— большие листы бумаги (формат А3) — по количеству участников, цветные карандаши (для упражнения «Нарисуй свое настроение»);

— таблички с ответами «да», «нет», «иногда», плакат с правилами (для упражнения «Правила поведения на уроке»).

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Нарисуй свое настроение»

Ход упражнения: попросите детей подумать о себе и попытаться понять, какое у них сейчас настроение, а затем нарисовать свое настроение на листе бумаги.

Для того чтобы участники могли проявить себя, предложите им прокомментировать свои рисунки. Группа может принимать участие в обсуждении каждого рисунка, ответив на следующие вопросы: «Какой рисунок вам ближе по его настроению?»; «Что вы чувствуете, глядя на этот рисунок?»

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Что поможет мне учиться»

Ход упражнения: скажите, что сегодня вы все вместе попробуете ответить на вопрос «Что поможет мне учиться?». Предложите детям для «голосования» (большой палец, поднятый вверх, означает «согласен», опущенный вниз — «не согласен») со следующим утверждением:

Я умею находить плюсы даже в трудной ситуации.

Я точно знаю, что мне по силам.

Я знаю, что я уже умею делать, а чему мне еще надо учиться.

Я умею планировать свое время и быть организованный

Я знаю и стараюсь соблюдать школьные правила.

Я представляю, где и у кого могу получить помощи

Я умею внимательно слушать в классе.

Я знаю, что могу рассчитывать на помощь друга.

Я умею заботиться о своем здоровье.

Обсудите, что из перечисленного дети считают особенно важным. Пусть желающие расскажут о том, что еще помогает им в учебе.

### Упражнение №3. «Правила поведения на уроке»

Ход упражнения: это упражнение поможет осознать, что понятные и четкие правила класса помогут эффективнее учиться в школе.

Перед началом занятия повесьте на видное место плакат с правилами, развесьте таблички с ответами «да», «нет», «иногда» на разные стены классной комнаты.

Скажите следующее: «Предлагаю вам ознакомиться с правилами, которые помогут эффективно усваивать школьные знания. Их всего три: «Будь подготовленным», «Работай на уроке», «Уважай окружающих». Сейчас я объясню вам, что значат эти правила. Например, я подготовленный, если сижу на своем месте, когда звенит звонок на урок; приношу все, что нужно для урока; успеваю сделать задание в классе; выполняю домашние задания.

Я буду читать вам разные утверждения, а вы должны будете решить, согласны вы с ними, не согласны, или они верны только иногда. Вы уже знаете, что каждому ответу соответствует свой знак. После того как я прочитаю утверждение, каждый из вас, оценив, как он поступает в разных школьных ситуациях, выберет ответ и встанет рядом с соответствующим рисунком. Ответив на эти вопросы, вы сможете самостоятельно определить, насколько хорошо вам удастся соблюдать правила».

#### 1. Будь подготовленным:

я сижу на своем месте, когда звенит звонок на урок;

я приношу все необходимое к уроку;

я успеваю выполнить задание в классе;

у меня нет проблем с выполнением домашней работы.

#### 2. Работай на уроке:

я внимательно слушаю учителя, отвечаю на вопросы на уроке;

я работаю вместе с классом;

я хорошо выполняю работу в классе.

### 3. Уважай окружающих:

я не разговариваю на посторонние темы на уроке;

я бережно обращаюсь со школьным имуществом: *не* рисую на парте, не качаюсь на стуле и т.п.;

я прислушиваюсь к мнению окружающих о себе;

я не мешаю учиться другим: не дергаю соседку за косичку, не тычу карандашом в соседа и т.д.

Дискуссия на тему занятия:

Обсудите с ребятами следующие вопросы:

— Какие правила трудно выполнять лично вам? (Следует оказать поддержку детям, которым трудно выполнять многие правила).

— Все ли эти правила обязательны для выполнения?

— Зависит ли необходимость выполнения того или иного правила от конкретного предмета?

— Как бы изменилась обстановка в школе, если бы все соблюдали правила?

— Влияет ли выполнение всех школьных требований на вашу уверенность или неуверенность? Как?

— Можно ли все эти правила соблюдать постоянно? Почему?

— Чему вы научились уже в начальной школе?

По результатам двух последних занятий можно провести семинар с учителями, на котором еще раз поговорить о том, как важно выработать по возможности единую систему требований, четко сформулировать для детей основные требования к ним и критерии оцени их работы.

Завершающий этап занятия – рефлексия (обсуждение итогов занятия).

Занятие №7. «Я – пятиклассник»

Цель: осознать себя в роли пятиклассника

Задачи: - помочь пятиклассникам осознать, какие качества необходимы хорошему ученику;

- способствовать развитию воображения и навыков совместной деятельности.

Материалы:

бумага, кисти и краски (гуашь или акварель) для каждого ребёнка (для упражнения «Кляксы»).

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Комплименты»

Ход упражнения: ребятам по кругу предлагается назвать на первую букву имени участника какой – либо комплимент.

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Идеальный ученик»

Ход упражнения: каждый учащийся садится на специальный «стул идеального ученика» и говорит о том, каким в его представлении должен быть идеальный ученик. Например, он никогда не делает ошибок, выполняет все задания на «отлично».

Выпишите все предлагаемые детьми качества на доску.

Дискуссия на тему занятия:

1. Как я отношусь к роли идеального ученика?
2. Какие есть преимущества в позиции идеального ученика?
3. Можно ли соответствовать всем перечисленным требованиям к ученику?
4. Что может случиться, если человек сверх требователен к себе?
5. Каков будет результат, если ученик, наоборот, несерьезно относится к требованиям школы и учителей?
6. Для чего учусь я?

Важно, чтобы к концу дискуссии дети поняли: идеальных Учеников не существует. Ошибаются все, и каждый человек имеет право на ошибку. Но можно стремиться стать настоящим учеником, улучшать свои качества, оставаясь при этом самим собой.

Прочитайте детям отрывок из повести М. Вильямс «Вельветовый кролик».

—Что значит быть настоящим? — спросил однажды Кролик. — Это когда внутри тебя звенят всякие штуки, а сбоку торчит ручка?

— То, из чего ты сделан, не имеет значения, — ответила Кожаная Лошадь. — С тобой что-то происходит... Ребенок любит тебя долго – долго, не просто играет с тобой, а по-настоящему любит тебя, вот тогда-то ты и становишься настоящим. Но помни, это не происходит сразу. На то, чтобы стать настоящим, уходит порой очень много времени... Но когда ты настоящий, ты не сможешь быть неприятным или неинтересным, разве только для людей, которые вообще ничего не понимают.

### Упражнение №3. «Незнайка»

Ход упражнения: скажите следующее: «В жизни у всех нас бывают удачные дни и денечки «так себе». В некоторых ситуациях ми чувствуем себя уверенно, «на высоте», а в других — теряемся. Я предлагаю вам игру, в которой вы свободно сможете почувствовать себя человеком, который может чего – то не знать. Кто хочет побыть им? «Незнайка» на все вопросы других детей должен отвечать: «Не знаю», подтверждая свой ответ интонацией, голосом, мимикой, жестом».

Это одно из самых любимых упражнений детей. В некоторых группах желание играть в «Незнайку» возникает и на следующих занятиях. В этом случае, особенно если в группе есть гиперответственные дети, можно несколько раз повторить.

### Упражнение №4. «Кляксы»

Ход упражнения: упражнение выполняется в парах. Один из детей берет немного краски того цвета, какого ему хочется, и капает на лист бумаги. Его партнер дорисовывает «кляксу» до какого – либо образа, затем участники меняются ролями. Это упражнение способствует налаживанию взаимодействия между детьми, кроме того, оно обладает некоторой диагностической ценностью. Агрессивные и подавленные дети часто



выбирают краски темных цветов. Они «видят» в «кляксах» агрессивные сюжеты (драку, страшное чудовище и прочее). К агрессивному ребёнку полезно посадить спокойного. Последний будет брать для рисунков светлые краски и видеть приятные, спокойные сюжеты.

Дети, предрасположенные к гневу, выбирают преимущественно черную или красную краску. Дети с пониженным настроением предпочитают лиловые и сиреневые тона. Серые и коричневые тона выбираются детьми напряженными, конфликтными. Однако нередко невозможно проследить четкую связь между выбранным цветом и психическим состоянием ребенка, поэтому на основе рисунков нельзя делать серьезных диагностических выводов, можно говорить лишь об общих тенденциях, которые помогут выбрать верное направление работы при более глубокой диагностике.

Завершающий этап занятия – рефлексия (обсуждение итогов занятия).

Занятие №8. «У страха глаза велики»

Цель: оценить возможные страхи

Задачи: - научить обучающихся распознавать свои школьные страхи помочь найти способы их преодоления;

- снизить школьную тревожность.

Материалы:

- таблички с ответами «да», «нет», «иногда» (для упражнения «Чего я боюсь?»);

— бумага, цветные карандаши и краски для каждого ребенка (для упражнений «На ошибках учатся», «Рисуем слово»).

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Если весело живется, делай так»

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Чего я боюсь?»

Ход упражнения: развесьте таблички с ответами «да», «нет», «иногда» на разные стены комнаты. Предложите детям послушать утверждения,

которые вы будете читать, подумать, выбрать ответ и встать рядом с нужной табличкой.

Прочитайте следующие утверждения:

Я волнуюсь по поводу своей учебы.

Я сильно нервничаю перед контрольной работой и во время ее выполнения.

У меня часто болит голова или живот.

Мне трудно сосредоточиться.

Мне трудно принимать решения.

Иногда мне немного страшно знакомиться с новыми людьми.

Я чувствую, что на меня давят другие люди.

Ночью я не всегда отдыхаю хорошо.

Думаю, я слишком много волнуюсь.

Взрослые слишком многого от меня ждут.

Я боюсь ошибаться и прорывать.

Спросите детей, похожи ли их проблемы. Многие ли отвечали на вопросы одинаково:

Скажите следующее: « Человеку свойственно тревожиться в ситуациях, когда есть какая-то неопределенность, например, неожиданная контрольная работа, или вы не выполнили домашнее задание и не знаем, как к этому отнесется учитель.

Вы можете начать пережить неудачу заранее, еще даже не отдавая себе отчета в том, что вас конкретно беспокоит. Бывают ли у вас такие ситуации, что вы выучили стихотворение, но боитесь, что не сможете рассказать его без ошибки? Вспомните. такие случаи.

Волноваться перед контрольной работой или перед ответом у доски — это нормально. Волнение помогает нам собраться, лучше вспомнить материал, но только в том случае, если оно не очень сильное. Если же мы слишком тревожимся, то, наоборот, иногда забываем даже то, что знаем хорошо. Можно научиться справляться со своим страхом, стоит только

захотеть. Для этого надо научиться верить в свои силы и не бояться делать ошибки».

### Упражнение №3. «На ошибках учатся»

Ход упражнения: это упражнение поможет детям осознать неизбежности ошибок и научиться извлекать из них пользу, снизив, таким образом страх перед ошибками. Дети смогут поговорить друг с другом о том, как они обычно реагируют на свои ошибки,

Скажите следующее: «Каждый из нас совершает ошибки. Только таким образом мы можем чему-то учиться. Каждый из вас знает, что он время от времени ошибается. Можете ли вы вспомнить сейчас какую –нибудь свою крупную ошибку?»

Некоторые люди, совершив ошибку, устраивают над собой строгий суд. Другие же просто еще раз пытаются сделать то, что у них не получилось. С каждым разом они учатся и не делают больших проблем из своих неудач. А как вы реагируете на свои ошибки?

Ответьте, пожалуйста, на оба вопроса. Если хотите, можете еще и нарисовать небольшие иллюстрации к своему рассказу.

Теперь объединитесь по двое-трое и обсудите, что же вы думаете по этому поводу.

А сейчас возьмите новый лист бумаги и напишите на нем очень крупно: «Делать ошибки — это нормально. На своих ошибках мы учимся». Украсьте свои листы, чтобы вам было приятно на них смотреть. Потом вы можете взять эти плакаты себе домой на память».

После завершения работы задайте следующие вопросы:

- Переживаешь ли ты, когда совершаешь ошибку?
- Пытаешься ли ты снова и снова совершать какое – то действие до тех пор, пока не научишься его делать правильно?
- Кто радуется вместе с тобой, когда у тебя что – то получается?

#### Упражнение №4. «Рисуем слово»

Ход упражнения: это необычное упражнение помогает ослабить негативные эмоции и тревогу детей.

Скажите следующее: «Иногда одно имя, без реального присутствия человека, или название предмета, которого мы боимся, может вызвать страх. При словах математика и учитель у некоторых школьников даже дома опускаются руки и портится настроение. Таким образом, слово, произнесенное вслух или про себя, вновь и вновь воскрешает переживания прошлого опыта. Одно и то же слово может вызывать у разных людей разные чувства.

Например, я произношу слово «контрольная». Все реагируют на него по – разному:

Дима расцветает, прибодряется, радуется, что точно знает тему и уверен в отличной оценке, а Кирюша готов уже что-то придумать, чтобы школу прогулять, и грустно ему, и стыдно, и тоскливо, и вспоминается, как огорчалась мама из – за очередной его двойки.

Что это слово значит для тебя? Какие чувства и воспоминания приходят?

Какие возникают ассоциации?

Представь себе это слово написанным на листе бумаги. Как оно выглядит?

Как звучит слово «контрольная»? (Пусть каждый ребёнок коротко ответит на эти вопросы.)

Сегодня мы, как волшебники, научимся заряжать слова волшебной силой, превращать их в «магические», менять свое отношение к ним. Итак, начнем.

1. Предлагаю для начала определить проблему, которая вас тревожит.
2. Теперь составьте список слов, относящихся к данной проблеме.

Продолжите предложение: «Стоит мне услышать слово...»

Какое это слово для вас? Какое слово заставляет вас волноваться сильнее всего?

3. Каждый из вас будет работать со своим словом. Пожалуйста, закройте глаза и вообразите, что это слово написано на бумаге...

Как оно выглядит? Оно напечатано или написано от руки? Какие по размеру буквы? Они цветные? Обращайте внимание только на те представления, которые возникают у вас легко, будто сами по себе. Ваше слово может навеять впечатления, о которых я вас не спрошу. Обращайте внимание и на них тоже».

Задавая детям вопросы, придерживайтесь следующего порядка:

Зрительные особенности

Способ написания слова:

- печатные буквы или рукописные;
- если печатные — только заглавные или и заглавные, и строчные;
- если рукописные — собственный почерк или кого-то другого (если другого, то чей);

— если почерк собственный — нынешний или «более ранний» (например, как в первом классе).

Характер изображения букв:

- изображены в цвете;
- сделаны из чего – либо (например, высечены из камня; с подсветкой; выведены кремом на торте).

Величина букв:

- большие (как, например, на рекламном щите) или маленькие (как в книге).

Цвет букв:

- цветные или черно-белые; если цветные, то каким цветом написаны.

Фон:

- светлый; темный; цветной.

Особенности формы:

- буквы острые; округлые; жирные; «каракули» и т.д.

Особенности начертания:

- прямое; наклонное; несимметричное (то так, то эдак) и т.д.;

- нестандартные буквы — например, одна из букв слишком большая (кривая).

Где размещены (относится к представлению);

- надо мной; передо мной; подо мной; сбоку от меня.

Звуковые особенности

Чей голос произносит слово:

— мой собственный;

— голос женщины; мужчины; ребенка; чей конкретно;

— несколько голосов;

Громкость:

— громко; тихо.

Высота тона:

- высокий, средний или низкий.

Акустические особенности:

— например, эффект «эха».

Темп:

— быстро; медленно.

Мелодия слов:

— раскатисто; монотонно; напевно.

Как произносится слово:

- негативно: жалобно, угрожающе, по-военному, тревожно

- позитивно: дружески, ободряюще, воодушевляюще, радостно,

многообещающе и т.д.

Источники звука в пространстве:

— слово звучит сзади; спереди; сверху;

— стереоэффект.

Другие особенности

Материал, из которого сделано слово:

- мягкий или твердый;
- колющийся или гладкий;
- теплый или холодный;
- легкий или тяжелый;
- какая поверхность?

Запах:

- ассоциируется ли изображение с запахом? Какой это запах?

Вкус: — ассоциируется ли изображение со вкусом? Какой это вкус?

4. Представили? Если вы хотите научиться спокойно и уверенно реагировать на мысли о каком-то событии, то уже само слово, обозначающее это событие, должно вызывать у вас чувство уверенности и спокойствия. Я хотела бы сделать так, чтобы это слово вызывало у вас хорошее настроение.

Итак, теперь давайте мысленно изобразим слово по – другому, чтобы оно стало для нас приятным, привлекательным.

— Как должно быть написано слово?

— Как должно оно звучать?

– Как вы должны его ощущать?

– Какие другие особенности имеются у этого слова?

– Приукрасьте ваше слово, пусть оно станет «безобидным»

— А сейчас возьмите карандаши, маркеры, гуашь и нарисуйте, как преобразуется слово».

После окончания работы дети показывают свои рисунки, делятся впечатлениями.

Завершающий этап занятия – рефлексия (обсуждение итогов занятия).

Занятие №9. « Учитель глазами учеников»

Цель: научиться понимать позицию педагога

Задачи: - расширение и обогащение навыков общения с педагогами;

- формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки;

- коррекция мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях.

Материалы:

- бумага, карандаши, карточка с изображением геометрических фигур для упражнения «Слушаем внимательно».

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Передай эмоцию»

Ход упражнения: каждый участник молча выбирает для себя определённую эмоцию и с помощью мимики пытается её изобразить, задача соседа справа отгадать, что это за эмоциональное состояние.

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Идеальный учитель»

Проводится аналогично игре «Идеальный ученик».

Дискуссия на тему занятия:

1. Трудно ли быть настоящим учителем? Почему?

2. Как ученики могут помочь учителю?

Желательно снова поговорить с детьми о том, «что значит быть настоящим» (этот вопрос они обсуждали на позапрошлом занятии).

Упражнение №3. «Слушаем внимательно»

Ход упражнения: упражнение даст детям возможность почувствовать себя в роли учителя, научиться слушать, задуматься над критериями оценки работы.

Попросите одного из участников на время стать учителем. Дайте ему карточку с изображением геометрических фигур, не показывая ее никому из группы. Объявите следующие правила:

— Инструкции произносятся только один раз (так как у нас мало времени на уроке). В крайнем случае (если многие не расслышали) «учитель» может повторить инструкцию, но лишь один раз.



— Никто не задает «учителю» никаких вопросов (будьте внимательны сразу).

— Нельзя пользоваться циркулем, линейкой или подобными инструментами.

— «Учитель» по завершении работы всем ставит отметки.

Попросите «учителя» встать перед группой и громко и четко называть по одной фигуре или линии. Например: «Нарисуйте квадрат со сторонами по 2 см в середине листа»; «Нарисуйте внутри квадрата круг той же величины, что и квадрат».

После того как участники закончат работу, а «учитель» поставит всем «отметку», обсудите с ними следующие вопросы:

Было ли вам трудно выполнить задание?

Почему вы нарисовали разные рисунки, получая одни и те же инструкции?

Что затрудняло понимание инструкции?

Внимательно ли вы слушали?

Точно ли следовали инструкции?

Трудно ли было сыграть роль учителя? За что можно поставить «отлично»?

Справедливо ли оценивалась работа?

Как бы вы сами оценили свою работу?

Что помогало или мешало выполнить упражнение хорошо?

Упражнение №4. «Интервью с учителем»

Ход упражнения: это упражнение поможет учащимся и преподавателям лучше узнать друг друга.

Предложите ученикам составить вопросы для интервью (для каждого учителя – предметника). Объясните, что это упражнение поможет им лучше узнать учителей.

Упражнение выполняется в микрогруппах или всем классом.

Перед тем как подготовить вопросы для учителей, дети берут интервью у психолога. Важно быть искренним и отвечать на все вопросы.

Предлагаем вашему вниманию вопросы, заданные психологу в одной из московских школ:

1. Как вас зовут?
2. Какие у вас требования к ученикам?
3. Что вам нравится в детях?
4. Как вы относитесь к разным ученикам?
5. Нравится ли вам ваша профессия?
6. Вы добрая?
7. У вас есть семья?
8. У вас есть животные?
9. Как вы отнесетесь к тому, что у вас в классе сорок человек и все избалованные?
10. Нравилось ли вам учиться в школе?
11. Если ребенок боится отвечать у доски, что вы будете делать?
12. Если ученик не сделал домашнее задание, то, что за это будет?
13. Как вы относитесь к критике?
14. Почему вы выбрали эту профессию?
15. Не кажется ли вам, что вы требуете от детей очень многого?
16. Как вы отнесетесь к тому, что вас выгонят с работы (если дети вас не воспринимают)?
17. Если ученики прогуливают, что вы будете делать?
18. Если вы знаете, что в классе есть вор, как вы поступите?
19. Хотели бы вы стать знаменитым педагогом?
20. Если ученик на уроке не выполняет задание, что будете делать?
21. Если в классе произойдет что-то нехорошее, то что вы будете делать?
22. С вами случались плохие случаи?

23. Что вы почувствуете, если ребенок резко изменит свое мнение о вас?

24. Бывает ли так, что дома с вами не разговаривают?

25. Вы когда – нибудь оставались в дураках?

26. Вы курите?

После этого можно взять интервью у одного из учителей, предварительно пригласив его на занятие.

Это упражнение вызывает огромный интерес и разные ощущения у преподавателей. Приведем высказывания учителей, которые давали интервью детям:

«Дети знают нас лучше, чем мы сами себя, вернее, лучше, чем мы можем искренне признаться перед самими собой».

«Ребята ищут идеального учителя и относятся к нему, как к сверхчеловеку. Им очень важно, чтобы их мнение учитывалось, они стремятся к доброжелательным и доверительным отношениям».

«Детей чаще всего и больше, чем предмет, интересует личность учителя».

Пятиклассники открыто и смело задают прямые вопросы и ждут таких же ответов.

Дискуссия на тему занятия:

1. Что нового вы узнали об учителе?
2. Чему удивились?
3. Что заинтересовало вас?
4. Есть ли что-то общее у вас с учителем (одинаковые качества или, может быть, привычки, мечты или ситуации неудачи)?

Завершающий этап занятия – рефлексия (обсуждение итогов занятия).

Занятие №10. «Общение»

Цель: обучить взаимодействию

Задачи: - развить навыки общения и разрешения конфликтов;

- научить детей умению свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.

Материалы:

— небольшая чаша, кувшин или горшочек, плакат с изображением эмоций (например, плакат «Что ты сейчас чувствуешь?» издательства «Генезис»);

- мяч (для упражнения «Назови чувство»)

- стол, стулья, какие-нибудь призы, например, две ручки или шоколадки (для упражнения «Конфликт или взаимодействие? »);

- плакат с «Правилами обсуждения» (для упражнения «Как разрешать конфликтные ситуации»).

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Назови чувство»

Ход упражнения: передавая мяч друг другу по кругу, назовите чувства:

Одно положительное, одно — отрицательное.

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Конфликт или взаимодействие?»

Цель этого упражнения — продемонстрировать детям, что часто люди относятся к жизненным ситуациям как к соревнованиям, в которых есть победители и проигравшие.

Участники рассказываются парами за столами лицом друг к другу (как в армрестлинге).

Ход упражнения: скажите следующее: «Ваша задача — за 30 секунд "уложить" руку партнера как можно больше раз. Как только его рука коснется стола, возвращайтесь в исходное положение и начинайте снова. Приз достанется той паре, которая наберет больше всего очков (1 касание — 1 очко)».

Большинству пар придется бороться за каждое очко, но! некоторые участники не будут оказывать никакого сопротивления тому, кто наклоняет их руку, а будут сами помогать в этом партнеру.

Когда время, отведенное на упражнение, закончится, вручите призы победителям.

Дискуссия на тему занятия:

Обсудите с ребятами различия между парами, которые состязались и которые действовали сообща.

— Как вы думаете, почему некоторые пары соревновались, а некоторые действовали вместе?

— Часто и в реальной жизни мы рассматриваем некоторые ситуации как состязание — с победителем и проигравшим, в то время как сообща можно достичь больших результатов. Вспомните такие ситуации.

— Как люди договариваются, кто будет решать, а кто — подчиняться решениям?

Упражнение №3. «Как разрешать конфликтные ситуации»

Ход упражнения: это упражнение поможет учащимся научиться грамотно и с пользой разрешать конфликтные ситуации; понять, что всегда существует несколько вариантов поведения в конфликтных ситуациях.

Возьмите «Чашу чувств» и скажите следующее: «То, что у нас накопились вопросы по поводу взаимоотношений — хорошо, хотя бы потому, что вы о них не постеснялись написать. Не побоялись неодобрения, а приняли решение разобраться в ситуации. Конфликты — это часть нашей жизни. Предлагаю вам подумать о том, как мы ведем себя в конфликте. Состязаемся, соревнуемся? Проигрываем? Какие чувства вызывает у нас соперник? Непреднамеренные конфликты приводят к обидам, потере дружбы, к вспышкам гнева, отчуждению. Поэтому важно знать, как вести себя в конфликтных ситуациях. Сегодня мы будем учиться разрешать конфликты.

Для начала давайте попробуем вместе подумать о том, как лучше всего поступать в определенной ситуации, чтобы уладить конфликт. Я буду называть ситуацию, а вы — обсуждать ее по следующим правилам».

Правила обсуждения:

Рассказывайте о любых идеях, приходящих в голову.

Не осуждайте чужие идеи.

Выдвигая свои идеи, используйте уже высказанные.

Предлагайте как можно больше идей.

Из следующего списка ситуаций выберите одну и предложите участникам обдумать все возможные варианты ее решения. Записывайте ответы детей на доске, и после проигрывания ситуаций обсудите варианты, выбрав среди них; приемлемые.

- Кто – то дразнит или обзывает тебя.
- Учитель несправедливо обвиняет тебя в списывании во время контрольной.
- Родители на неделю запретили тебе ходить гулять с друзьями за драку с младшим братом.
- Во время уроков одноклассник, сидящий за тобой, постоянно колет тебя в спину ручкой или бросает в тебя ластик.

После того как ребята предложат все возможные варианты решения проблемы, обсудите, какие из них были бы наиболее эффективными. Подчеркните два лучших.

Дискуссия на тему занятия:

Обсудите следующие вопросы:

- В чем причины конфликтов?
- Как можно предотвратить конфликт?
- Что чувствуют в ситуации конфликта обиженный и обидчик?
- Какое поведение помогает с достоинством выйти из конфликта или не допустить его разгорания?

Пусть дети по ролям разыграют конфликтные ситуации из «Чаша чувств», придумав для них благополучный исход.

Завершающий этап занятия – рефлексия (обсуждение итогов занятия).

## Занятие №11. «Мои эмоции»

Цель: обучить работе с негативными эмоциями

Задачи: - повышение эмоциональной устойчивости у пятиклассников;

- формирование навыков принятия собственных негативных эмоций;

- формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания.

Материалы:

- плакат с изображениями эмоций;

— альбомные листы, цветные восковые мелки или карандаши, повязки на глаза (для упражнения «Знакомство с закрытыми глазами» и «Рисуем обиду»).

1 этап занятия – вступление.

### Упражнение №1. «Угадай цвет настроения»

Ход упражнения: перемешайте рисунки и разложите их так, чтобы удобно было рассматривать. Очень часто ощущение счастья связано у детей с хорошими оценками, с успешностью в школе, победой в спортивных соревнованиях, с выступлением на сцене. Обратите внимание детей на то, (1) какие рисунки встречаются чаще всего, (2) чем различаются рисунки (у каждого — свое переживание счастья). Выслушайте несколько рассказов детей, а затем спросите; «Кто самый счастливый из тех, кого вы знаете? Что делает этого человека счастливым? Некоторые люди редко радуются, какой совет вы могли бы им дать?» Попросите детей привести пример самого счастливого момента в их жизни. Спросите: «Что помогло бы вам быть счастливыми? Как вы могли бы помочь окружающим людям почувствовать себя счастливее?»

2 этап занятия – основная часть.

### Упражнение №2. «Как реагировать на обидное замечание?»

Ход упражнения: обсудите с детьми, что такое обида, обидное замечание. Приведите примеры таких замечаний, вспомните обидные ситуации, которые вы сами пережили или наблюдали со стороны.

Спросите детей, что они могут сказать или сделать в ответ на обидное замечание. Запишите на доске варианты ответов.

Попросите детей разыграть обидные ситуации, которые они вспомнили, обсудите возможные пути выхода из конфликта. Затем можно рассмотреть 1-2 ситуации из «Чаша чувств».

Дискуссия на тему занятия:

Обсудите с детьми следующие вопросы:

— Какой из предложенных вариантов ответов характеризует человека как уверенного, неуверенного, агрессивного?

— Что можно сказать о людях, которые обижают других, что они сами чувствуют в этот момент?

— Как относиться к обидчику?

— Как долго сохраняются обиды?

— Бывают ли «справедливые» и «несправедливые» обиды?

— Как выразить обиду?

Упражнение №3. «Рисуем обиду»

Ход упражнения: попросите детей вспомнить случаи, когда они почувствовали сильную обиду. Спросите, когда это было, где, кто там был. Пусть дети нарисуют свою обиду.

Обсудите рисунки желающих. Есть ли в них что – то общее?

Упражнение на релаксацию: выполните вместе с детьми следующие действия: закройте глаза, сосредоточьтесь на своем дыхании, представьте себе, что в руках у вас сильно зажата в кулак обида, почувствуйте напряжение в кистях, напрягите руки. Почувствуйте напряжение и в кисти, и во всей руке. Разожмите кулак, расслабьте мышцы, отпустите обиды, чтобы они упали и рассыпались на мелкие части. Расслабьте руку. Ваша обида исчезла.

Упражнение №4. «Знакомство с закрытыми глазами»

Ход упражнения: скажите следующее: «Сейчас вам предоставляется возможность узнать что-нибудь новое друг о друге необычным способом.



Для этого нужно распределиться по парам, сесть на стулья, повернувшись лицом друг к другу, и закрыть глаза. Нельзя открывать глаза до тех пор, пока не последует разрешение. Если вам трудно держать глаза закрытыми возьмите повязку на глаза».

Когда группа распределится по парам и каждый ребенок закроет глаза, перемешайте пары, осторожно перемещая участников к новому месту. Закончив перемещение, предложите детям вытянуть руки вперед и найти руки своего партнера, затем познакомиться руками (1 мин), поссориться (1 мин), помириться (1 мин), подружиться (1 мин), поддержать друг друга (1 мин).

Сразу после окончания упражнения дети рисуют чувства, которые они испытали.

Затем попросите детей ответить на вопросы:

— Что вы чувствовали в момент знакомства?

— Что было наиболее приятно?

— Что вас удивило?

— Что было легче делать?

— Чего не хотелось делать?

— Какие чувства вызывали у вас прикосновения к рукам партнера? Что вы можете сказать о партнере?

Предложите желающим рассказать о своих рисунках постараться угадать, кто был их партнером.

Завершающий этап занятия – рефлексия.

Занятие №12. «Мои переживания»

Цель: научиться работе с негативными переживаниями

Задачи: - помочь ребятам выявить возможные переживания;

- научиться справляться с переживаниями.

Материалы: пластилин, гуашь, краски, карандаши, бумага, ножницы.

1 этап занятия – вступление.

### Упражнение №1. «Назови чувство»

Ход упражнения: передавая мяч друг другу по кругу, назовите чувство, которое сейчас испытываете.

2 этап занятия – основная часть.

### Упражнение №2. «Мои переживания»

Ход упражнения: педагог – психолог предлагает ребятам подумать, о чём они обычно переживают, обучаясь в школе, какие требования побуждают к тревогам. Далее ребята высказываются и их переживания фиксируются на доску психологом.

### Упражнение №3. «На что моё переживание похоже»

Ход упражнения: ребятам предлагается представить, с чем можно сравнить своё переживание и они лепят или рисуют или выстригают его, после чего мозговым штурмом одноклассники набрасывают версии, что с этим можно сделать.

### Упражнение №4. «Последствия»

Ход упражнения: пятиклассники анализируют, к чему могут привести негативные переживания.

Завершающий этап занятия – рефлексия.

### Занятие №13. «Чему я радуюсь»

Цель: акцентировать внимание на положительных сторонах пятого класса

Задачи: - проанализировать все плюсы пятого класса;

- суметь выделить значимые радости жизни.

Материалы: карандаши, ватман.

1 этап занятия – вступление.

### Упражнение №1. «Похвали другого»

Ход упражнения: ребята высказываются в адрес каждого, за что его сегодня можно похвалить.

2 этап занятия – основная часть.

### Упражнение №2. «Плюсы обучения в пятом классе»

Ход упражнения: каждый находит позитивные аргументы и высказывается в их защиту, после чего по голосованию выбираем пять наиболее достоверных ответов.

### Упражнение №3. «Мои радости»

Ход упражнения: каждый участник записывает на листке все свои радости, после чего ему предлагается выбрать три наиболее ценных. Далее любым цветом необходимо в любой форме изобразить свои радости на ватмане (буквами или символом).

Завершающий этап занятия – рефлексия.

### Занятие №14. «Мои успехи»

Цель: создание в группе атмосферы доверия и открытости.

Задачи: - обучение способности высказывать свою точку зрения;  
- активизация процесса самопознания.

Материала: ручки, карандаши, листы бумаги, дневнички, картинки с чувствами, мяч.

1 этап занятия – вступление.

#### Упражнение №1. «Отгадай чувство»

2 этап занятия – основная часть.

#### Упражнение №2. «Никто не знает...»

Ход упражнения: дети сидят в кругу. У психолога в руках мяч.

– Сейчас мы будем бросать друг другу этот мяч и тот, у кого окажется мяч, завершает фразу «Никто из вас не знает, что я (или у меня)...»

Будьте внимательны и сделайте так, чтобы каждый принял участие в выполнении задания. У каждого мяч должен побывать много раз.

#### Упражнение №3. «Мой дневник»

Ход упражнения: психолог рассказывает о дневнике и правилах его ведения. Подчеркивает, что нельзя без разрешения читать чужой дневник, чужие письма, указывает на «суверенность» внутреннего мира другого человека, на то, что никто не имеет права вторгаться в этот внутренний мир.

– Наша тетрадь – это наш дневник. Все сделанные записи в нашей тетради остаются в секрете, и никто не имеет права читать их без разрешения хозяина тетради.

#### Упражнение №4. «Футболка с надписью»

Ход упражнения: психолог говорит о том, что всякий человек «подает» себя другим. Говорит о футболках с разными надписями, приводит примеры «говорящих» надписей. Затем школьникам предлагается в течение 5–7 минут придумать и записать на обложке дневника занятий надпись на своей «футболке». Оговаривается, что эта надпись в дальнейшем может меняться. Важно, чтобы она что-нибудь говорила о школьнике сейчас – о его любимых занятиях и играх, об отношении к другим, о том, чего он хочет от других.

После выполнения задания каждый зачитывает свою запись. Психолог во всех случаях предоставляет эмоциональную поддержку. Затем проводится очень короткое обсуждение.

- О чем в основном говорят надписи на футболках?
- Что мы хотим сообщить о себе другим людям?

В заключение психолог показывает (желательно выполненную в шуточной форме) надпись на своей футболке.

#### Упражнение №5. «Чего вы хотите достичь?»

Ход упражнения: запишите все, чего вы хотели бы достичь. Пусть вас не волнует порядок записи, доступность желаемого или его важность. Записывайте все, что приходит в голову.

Если вы хотите быть счастливым, что вам для этого необходимо? Это список того, что вы хотите иметь, чем заниматься, кем быть (например, врачом).

Закончив список, включите в него то, что у вас уже есть и что вы хотели бы сохранить.

Если вы не хотите потерять что – либо в жизни, то сохранение этого потребует определенного времени.

В нашем списке может появиться следующее: «Сохранить независимость, дом, положение в семье, отношения и т. д.».

Распределите все желания на три категории:

А – очень, очень важные для вас;

Б – очень важные;

В – просто важные.

Если желание недостаточно важно, чтобы войти даже в категорию В, вычеркните его.

Представьте, какое удовольствие вы получите от каждого пункта. Ну, как вы себя чувствуете? Что вы об этом думаете? Что вы почувствуете, когда все это станет безраздельно вашим?

Можно все это пережить прямо сейчас.

Завершающий этап занятия – рефлексия (обсуждение результатов занятия).

Далее в данной программе дублируются упражнения, но уже адаптированные в другой вариации.

Занятие №15. «Мои цели»

Цель: научиться ставить цели

Задачи: - помочь детям в осмыслении личных целей на период обучения в пятом классе;

- подвести итоги работы группы.

Материалы:

— изображение символа «Инь-Ян» (для упражнения «Инь и Ян»);

- мяч (для упражнения «Ставим цели»);

- небольшие листы бумаги по количеству участников тренинга на каждого ребенка (для упражнения «Доброжелательное послание»);

- бланки «Мои цели», заполненные детьми на занятии 2;

— большие листы ватмана (4-5).

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Комплименты»

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Определи, насколько ты веришь в себя, в свои силы?»

Ход упражнения: прочтите детям следующие утверждения и попросите оценить их. Если утверждение верно, то дети должны поднять большой палец вверх, если же утверждение не подходит, палец следует опустить вниз.

Утверждения:

- Обычно и утром, и вечером я в хорошем настроении.
- Мне нравится мое отражение в зеркале.
- Я очень люблю школу.
- В моей жизни много хорошего.
- Я — оптимист (оптимистка).
- Я могу посмеяться над своими ошибками.
- В моей жизни почти ничего не надо менять в лучшую сторону.
- Я — интересная личность.
- Мне нравятся те перемены, которые произошли со мной.
- Я добрый и любящий.
- Мои друзья ценят мое мнение.
- Я доволен собой.
- Я не боюсь выражать свои чувства.
- У меня интересная и веселая жизнь.

Скажите следующее: «Если ты согласился с большинством утверждений, значит, ты вполне уверен в своих силах и многое можешь сделать самостоятельно. Если же больше было таких, с которыми ты не согласен, не огорчайся, у тебя еще все впереди! »

2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Инь и Ян»

Упражнение помогает детям осознать и принять свои достоинства и недостатки.

Ход упражнения: скажите следующее: «Инь и Ян — это древний китайский символ, обозначающий противоположности: черное и белое, плохое и хорошее, опасность и удачу, В каждой ситуации, в каждом событии, в каждом человеке есть свои достоинства и недостатки, «плюсы» и «минусы». Подумайте о двух-трех своих положительных и отрицательных качествах. Пусть каждый нарисует символ Инь – Ян на листе бумаги и запишет свои достоинства (в той части символа, где стоит знак "+") и недостатки (в той части, где стоит знак "—")»

Обязательно нарисуйте свой символ Инь-Ян и покажите его детям. Повесьте рисунки группы на стенд, если ребята не будут возражать.

Дети прекрасно знают свои слабые стороны, но не всегда готовы говорить о них. Этот вариант упражнения лучше предложить на последних занятиях, когда у детей уже сформировано чувство доверия друг к другу.

Если вы чувствуете, что дети еще не очень готовы обсуждать свои достоинства и недостатки, можно предложить им один из вариантов группового выполнения этого упражнения: попросите девочек написать позитивные утверждения о мальчиках своего класса и наоборот.

Обычно девочки более щедры на комплименты, а мальчики более единодушны в своем мнении. Данное упражнение выполняется детьми с огромным удовольствием.

### Упражнение №3. «Ставим цели»

Это упражнение способствует осознанию результатов тренинга, постановке новых целей.

Ход упражнения: попросите детей передавать друг другу мяч, завершая при этом следующие предложения:

- Я хочу лучше ...
- Я хочу узнать...
- Чтобы лучше о себе заботиться, я могу ...
- Чтобы лучше ладить с другими, я могу ...
- В школе я хочу...

— В школе я могу...

— Дома я хочу ...

Попросите детей положить перед собой бланки «Мои Цели», на которых они записывали свои цели в начале тренинга. Обсудите, каких результатов удалось добиться за время занятий, каких целей удалось достичь. Пусть они допишут новые цели.

Соберите рисунки. Через месяц (на классном часе или занятии психологической группы) их можно снова раздать детям, чтобы узнать, что изменилось, какие шаги были предприняты для достижения целей.

Завершается работа коллективным рисованием в микрогруппах по 3-4 человека. Каждой микрогруппе выдается по одному листу ватмана. Предложите тему совместного рисунка (например, «Мир, в котором хотелось бы жить» или «Школа, в которой хотелось бы учиться»).

Упражнение №4. «Доброжелательное послание»

Ход упражнения: попросите детей написать доброжелательное послание каждому ученику в группе. Уточните, что это послание может содержать комплимент, какое-либо пожелание или благодарность. Попросите детей вспомнить об их взаимодействии друг с другом на ваших занятиях, вспомнить приятные моменты общения.

Завершающий этап занятия – рефлексия.

Занятие №16. «Подведение итогов»

Цель: Отрефлексировать, чего удалось достичь в ходе работы на занятиях»

Задачи: - вспомнить, что проходили (какие темы обсуждали);

- постараться разделить, достижения и неудачи.

1 этап занятия – вступление.

Упражнение №1. «Моё настроение»

Ход упражнения: высказаться, какое сегодня настроение и с чем может быть связано.



2 этап занятия – основная часть.

Упражнение №2. «Вспоминания»

Ход упражнения: постараться вспомнить поэтапно, о чём мы беседовали в ходе занятий.

Упражнения №3. «Успехи, неудачи»

Ход упражнения: записать, что полезного усвоили, что получилось, какие неудачи были и чем связаны. Далее по желанию зачитать.

Завершающий этап занятия – рефлексия (чего бы хотелось от занятий психологией).

Так, подробно рассмотрев цели и ход разработанных занятий, входящих в психолого – педагогическую программу по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие психологической адаптации пятиклассников, подводим итог, что специально подобранные упражнения, техники и игры, помогут осмыслению и поиску путей решения выявленных в ходе констатирующего эксперимента проблем психологической адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья к обучению в среднем звене.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно – экспериментального исследования психологической безопасности образовательной среды школы и психологической адаптации пятиклассников с ОВЗ после реализации психолого – педагогической программы. Сдвиги по Т – критерию Стьюдента.

Таблица 13

Результаты диагностики «Тест школьной тревожности Филлипса» обучающихся пятых классов

ФИО	общая тревожность в школе	переживания социального стресса	фрустрация потребности в достижении успеха	страх самовыражения	страх ситуации и проверки знаний	страх несоответствия ожиданиям окружающих	низкая сопротивляемость стрессу	страхи в отношениях с педагогами
ПВ	7	2	4	5	2	2	0	4
РЕ	14	4	6	3	2	1	1	7
НА	9	3	3	5	5	2	2	4
ГА	13	2	6	2	4	3	2	7
ГД	14	4	7	4	3	5	2	3
БА	11	4	8	3	1	3	5	4
КН	12	7	7	5	6	3	2	4
ЛЯ	9	3	6	0	4	2	3	3
МА	3	2	1	0	2	1	0	1
ПМ	18	6	5	5	6	5	4	5
ЗВ	8	1	4	1	2	0	2	4
ПС	3	0	3	0	0	0	0	1
ИВ	2	4	8	1	3	3	3	5
ШГ	10	1	2	5	6	2	2	3
КА	12	6	4	3	5	3	1	3
СА	9	1	6	3	6	3	1	4
ЛА	16	5	7	4	5	4	4	6

МД	1	2	5	2	0	1	0	4
ПЛ	5	1	4	1	4	2	0	3
СВ	1	2	3	0	1	1	0	2
ВП	9	3	3	1	2	1	2	2

В соответствии с данными результатами констатируем следующее:

Из проведённого анализа констатируем, что по всем восьми шкалам тревожности большее количество испытуемых попадают в диапазон нормы, количество пятиклассников с высокими и повышенными показателями тревожности значительно снизилось, что оказало влияние на общий уровень тревожности и в целом на уровни адаптации пятиклассников.

Таблица 14

Результаты диагностики «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды школы» обучающихся пятых классов по И.А. Бaeвой. В данной таблице представлены результаты интегрального показателя отношения к образовательной среде

ФИО	КОГНИТИВНЫЙ КОМПОНЕНТ	ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ	ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ
П.В.	2	2	2
Р.Е.	1	2	2
Н.А.	2	2	2
Г.А.	2	2	2
Г.Д.	2	2	2
Б.А.	1	2	1
К.Н.	2	2	1
Л.Я.	2	1	2
М.А.	2	2	2
П.М.	2	0	0
З.В.	2	2	2
П.С.	2	1	2
И.В.	2	2	1
Ш.Г.	0	1	1
К.А.	2	2	2

С.А.	1	2	2
Л.А.	2	2	2
М.Д.	2	2	1
П.Л.	2	2	2
С.В.	2	2	2
В.П.	2	2	2

В соответствии с полученными результатами делаем вывод: в когнитивном показателе отношения к образовательной среде школы позитивное отношение имеют 17 испытуемых (80,9%) и лишь один испытуемый с отрицательным отношением (4,6%), остальные испытуемые имеют нейтральное отношение.

В эмоциональном компоненте позитивное отношение имеют 17 испытуемых (80,9%) и 3 испытуемых (14,3%) имеют нейтральное отношение, только 1 испытуемый остался в диапазоне отрицательного отношения.

В поведенческом показателе позитивное отношение имеют 15 испытуемых (71,4%) и отрицательное отношение имеет 1 испытуемый (4,6%), оставшиеся 5 человек – нейтральное.

Таблица 15

Результаты второго показателя по методике И.А. Баевой – выбор значимых характеристик образовательной среды и индекс удовлетворённости ими

ФИО	Уровни удовлетворённости характеристиками образовательной среды		
	Низкий 1-1,9	Средний 2-3,9	Высокий 4-4,9
П.В.		2,6	
Р.Е.		3,2	
Н.А.	1,2		
Г.А.		2,4	
Г.Д.		3,4	
Б.А.	1,6		
К.Н.		2,4	
Л.Я.	1,6		
М.А.	1,2		
П.М.			4,2
З.В.		2,2	
П.С.		3	

И.В.		2,2	
Ш.Г.		3,4	
К.А.		2,6	
С.А.		2,4	
Л.А.			4,6
М.Д.		3	
П.Л.		3,2	
С.В.		2,4	
В.П.		2,4	
итог	4 чел. (19,1%)	15 чел. (71,5%)	2 чел. (9,5%)

Видимые результаты позволяют сделать вывод, что число пятиклассников, испытывающих дискомфорт, находясь в образовательной среде школы снизилось, основу составляют средние значения удовлетворённости и появились значения высокой удовлетворённости.

Таблица 16

В данной таблице представлены результаты третьего критерия по методике И.А. Баевой – индекс психологической безопасности образовательной среды школы

ФИО	Уровни защищённости в образовательной среде		
	Низкий 0-0,9	Средний 2-2,9	Высокий 3-3,9
П.В.		2,8	
Р.Е.			3,3
Н.А.			3,6
Г.А.			3
Г.Д.		2,6	
Б.А.	0,7		
К.Н.			3,4
Л.Я.			3,4
М.А.		2,4	
П.М.			3
З.В.		2,8	
П.С.			3,4
И.В.			3,2
Ш.Г.			3,8
К.А.			3,7
С.А.			3,4
Л.А.			3,2
М.Д.			3
П.Л.			3,6
С.В.		2,4	
В.П.			3,4
итог	1 чел. (4,8%)	5 чел. (23,8%)	15 чел. (71,4%)

По данным таблицы видим, что практически все пятиклассники считают себя защищёнными в образовательной среде школы и имеют высокий уровень, что говорит о положительной динамике формирования комфортных условий. Лишь 1 испытуемый оценил уровень защищённости как низкий.

Таблица 17

Результаты диагностики Т.Е. Ковиной, А.К. Колеченко и И.Н. Агафоновой «Предмет – чувства»

ФИО	матем	русск	литер	природ	англ	истор	инфор	техн	муз	физра	ИЗО
П.В.	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5
Р.Е.	3	6	5	6	4	5	6	5	5	5	6
Н.А.	1	5	5	4	6	4	6	4	4	6	4
Г.А.	1	6	6	6	0	6	5	6	5	6	6
Г.Д.	5	6	6	5	5	6	5	0	6	5	2
Б.А.	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4
К.Н.	4	2	4	4	0	4	5	4	4	4	2
Л.Я.	5	4	4	4	2	6	4	4	4	4	4
М.А.	6	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4
П.М.	3	4	4	5	5	5	5	6	6	6	6
З.В.	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	3
П.С.	5	4	4	4	4	4	4	4	6	4	4
И.В.	4	4	2	5	4	2	5	4	4	4	4
Ш.Г.	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4
К.А.	4	2	4	5	4	2	4	2	4	5	4
С.А.	2	3	6	4	2	2	6	2	6	0	2
Л.А.	4	2	2	4	2	4	4	2	4	4	4
М.Д.	6	6	6	2	6	6	6	6	6	6	6
П.Л.	5	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4
С.В.	6	4	5	6	5	3	6	6	5	6	5
В.П.	1	6	5	4	6	0	2	3	6	5	4

Полученные данные таблицы позволяют сделать следующие выводы, что высокий индекс интегрального отношения к предметам в среднем

значении возрос, что говорит о достаточном уровне сформированности мотивационного компонента и о его повышении.

Таблица 18

Таблица сравнительных значений констатирующего и формирующего экспериментов по t- критерию Стьюдента

Компоненты экспериментальной группы 1 (ЭГ1) и экспериментальной группы 2 (ЭГ2)	Mean	Mean	t-value	p
ЭГ1Опол vs. ЭГ2Опол	6,57143	6,904762	-0,5970	0,553897
ЭГ1Онейт vs. ЭГ2Онейт	1,28571	1,761905	-1,2804	0,207791
<b>ЭГ1Оотр vs. ЭГ2Оотр</b>	<b>1,14286</b>	<b>0,380952</b>	<b>2,0955</b>	<b>0,042503</b>
<b>ЭГ1отнош vs. ЭГ2отнош</b>	<b>1,52381</b>	<b>2,000000</b>	<b>-2,6822</b>	<b>0,010579</b>
ЭГ1когнитивн. vs. ЭГ2когнитивн.	1,90476	1,761905	1,0607	0,295207
ЭГ1эмоциональн. vs. ЭГ2эмоциональн.	1,47619	1,761905	-1,2763	0,209208
ЭГ1поведенеческ. vs. ЭГ2поведенеческ.	1,66667	1,666667	0,0000	1,000000
ЭГ1Интегральный показатель отношения к ОС vs. ЭГ2интегральн.показ.отношен.к ОС	1,68254	1,730159	-0,3774	0,707897
<b>ЭГ1уров.удовлетвор. vs. ЭГ2уров.удовлетвор.</b>	<b>2,15238</b>	<b>2,628571</b>	<b>-2,1431</b>	<b>0,038237</b>
ЭГ1ур.защищён. vs. ЭГ2ур.защищён.	2,65714	3,052381	-1,7014	0,096622
<b>ЭГ1общая тревожность vs. ЭГ2общая тревожность</b>	<b>10,47619</b>	<b>8,857143</b>	<b>2,0883</b>	<b>0,046903</b>
ЭГ1страх ситуац.проверки знаний vs. ЭГ2страх ситуац.проверки знаний	3,52381	3,285714	0,3816	0,704793
<b>ЭГ1страх несоответств.ожидан. vs. ЭГ2страх несоответств.ожидан.</b>	<b>2,57619</b>	<b>0,038095</b>	<b>2,1291</b>	<b>0,035945</b>
<b>ЭГ1страхи в отношении педагогов vs. ЭГ2страхи в отношении педагогов</b>	<b>3,71429</b>	<b>5,761905</b>	<b>-2,2536</b>	<b>0,029840</b>
<b>ЭГ1мотивация vs. ЭГ2мотивация</b>	<b>1,90476</b>	<b>2,380952</b>	<b>-2,2530</b>	<b>0,029811</b>
<b>ЭГ1Уровень адаптации vs. ЭГ2Уровень адаптации</b>	<b>1,38095</b>	<b>3,866667</b>	<b>-2,5867</b>	<b>0,020465</b>
<b>ЭГ1вз учит vs. ЭГ2вз учит</b>	<b>3,61905</b>	<b>4,285714</b>	<b>-2,7196</b>	<b>0,009623</b>
<b>ЭГ1вз учен vs. ЭГ2вз учен</b>	<b>3,76190</b>	<b>4,333333</b>	<b>-2,0550</b>	<b>0,046454</b>
<b>ЭГ1точ зр vs. ЭГ2точ зр</b>	<b>3,42857</b>	<b>4,095238</b>	<b>-2,8518</b>	<b>0,006846</b>
<b>ЭГ1отн к себ vs. ЭГ2отн к себ</b>	<b>3,95238</b>	<b>4,714286</b>	<b>-3,5600</b>	<b>0,000974</b>
ЭГ1лич дост vs. ЭГ2лич дост	4,23810	4,523810	-1,4182	0,163889
<b>ЭГ1возм пом vs. ЭГ2возм пом</b>	<b>4,19048</b>	<b>4,714286</b>	<b>-2,5644</b>	<b>0,014196</b>
<b>ЭГ1инициат vs. ЭГ2инициат</b>	<b>3,00000</b>	<b>4,190476</b>	<b>-4,5120</b>	<b>0,000055</b>
<b>ЭГ1лич трд vs. ЭГ2лич трд</b>	<b>3,09524</b>	<b>4,142857</b>	<b>-4,5383</b>	<b>0,000051</b>

Следуя данным таблицы, видим, что по 15 показателям имеется положительная динамика, что говорит о достаточной эффективности разработанной нами программы по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды для пятиклассников с ОВЗ.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов опытно – экспериментального исследования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в пятом классе в условиях МБОУ «Школа – интернат №4 г. Челябинска»

Таблица 19

Описание технологической карты внедрения результатов диссертационного исследования.

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
<b>1-й этап: «Целеполагание внедрения инновационной технологии по формированию психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе»</b>						
1.1. Изучить проблему формирования психологической безопасности образовательной среды школы как фактора адаптации 5-ов с ОВЗ	Изучение и анализ литературы, монографий, исследовательских работ и статей по данной проблеме	Обсуждение, анализ, наблюдение	Поиск и анализ литературы Психодиагностическое исследование	1	С 2016 г.	Педагог - психолог ОУ
1.2. Поставить цели внедрения программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды	Выдвижение и обоснование целей внедрения программы	Обсуждение, анализ материалов по цели внедрения программы, круглый стол	Работа психологической службы ОУ, наблюдение, беседа	1	Сентябрь 2016 г.	Педагог - психолог ОУ
1.3. Разработать этапы исследования формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды	Изучение и анализ содержания этапов исследования, задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ личных дел учащихся, анализ программы внедрения, анализ готовности ОУ к инновационной деятельности по внедрению программы	Работа психологической службы ОУ, анализ документации, работа по разработке этапов исследования	1	Сентябрь 2016 г.	Педагог - психолог ОУ



1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды	Анализ уровня подготовленности пед. коллектива к внедрению инноваций, анализ работы ОУ по теме внедрения (формирование психологически комфортной и безопасной образовательной среды школы), подготовка метод.базы внедрения программы	Составление программы внедрения, анализ материалов готовности ОУ к инновационной деятельности	Педагогический совет, анализ документов, работа по составлению программы внедрения	1	Сентябрь 2016 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
<b>2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условия адаптации пятиклассников с ОВЗ»</b>						
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ОУ и заинтересованных субъектов внедрения	Формирование готовности внедрить Программу в ОУ, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности, внедрения), беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения программы	Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения программы, работа психологической службы ОУ, участие в семинарах со смежной тематикой	1	Октябрь 2016 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у педагогического коллектива ОУ	Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий в ОУ и их значимости для ОУ, значимости и	Методический консультации. Консультации для родителей	Беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения инновационных технологий в ОУ, творческая	Не менее 5	Октябрь 2016 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ

	актуальности внедрения программы		деятельность			
2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у заинтересованных субъектов вне ОУ	Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий вне ОУ и их значимости для системы образования, значимости и актуальности внедрения программы	Семинары, консультации, научно-исследовательская работа, конференции и конгрессы	Участие в конгрессах, конференциях, семинарах по теме внедрения, статьи, выставки	Не менее 4	Ноябрь 2016 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
2.4. Сформировать веру в свои силы по внедрению инновационной технологии в ОУ	Анализ своего состояния по теме внедрения, подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического паспорта субъектов внедрения	Постановка проблемы, обсуждение, тренинг развития, консультации с научным руководителем диссертационного исследования	Беседы, консультации, самоанализ	1	Ноябрь 2016 г.	Педагог - психолог, научный руководитель диссертационного исследования
<b>3-й этап: «Изучение предмета внедрения программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе»</b>						
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения	Изучение материалов и документов о предмете внедрения инновационной программы и документации ОУ	Фронтально	Семинары, работа с литературой и информационными источниками	1	Декабрь 2016 г.	Педагог - психолог
3.2. Изучить сущность предмета внедрения инновационной программы в ОУ	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения,	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности)	1	Декабрь 2016 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ

	его задач, принципов, содержания, форм и методов					
3.3. Изучить методику внедрения темы программы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (целеполагания, внедрения)	1	Декабрь 2016 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
<b>4-й этап: «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе»</b>						
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения программы	Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, собеседование, обсуждение	Работа психологической службы ОУ, тематические мероприятия	Не менее 6	Январь 2017 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ, научный руководитель диссертационного исследования
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение	Беседы, консультации, работа психологической службы ОУ	1	Февраль 2017 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения программы	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной программы	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждения, экспертная оценка	Производственное совещание, анализ документации ОУ	1	Февраль – март 2017 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
4.4. Проверить методику внедрения программы	Работа инициативной группы по внедрению программы	Изучение состояния дел в ОУ, корректировка программы	Посещение уроков, работа психологической службы ОУ, внеурочные формы работы	Не менее 5	Апрель – май 2017 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ

<b>5-й этап: «Фронтальное освоение предмета внедрения программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе»</b>						
5.1. Мобилизовать педагогический коллектив ОУ на внедрение инновационной программы	Анализ работы инициативной группы по внедрению программы	Сообщение о результатах работы по инновационной технологии, тренинги (внедрения, готовности к инновационной деятельности), работа психологической службы ОУ	Педагогический совет, работа психологической службы ОУ	1	Сентябрь 2017 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги (готовности к инновационной деятельности, саморегуляции), работа психологической службы ОУ	Консультации, работа психологической службы ОУ, семинар	1	Октябрь 2017 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной программы	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы в ОУ	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждения, работа психологической службы ОУ	Работа психологической службы ОУ, совещание, анализ документов ОУ	1	Ноябрь 2017 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения	Фронтальное освоение программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся	Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы	Работа психологической службы ОУ, пед. совет, консультации, работа метод. объединений	1	Декабрь 2017 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ

	с ОВЗ в пятом классе					
<b>6-й этап: «Совершенствование работы над темой формирование регулятивных универсальных учебных действий младших школьников»</b>						
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Семинар по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ОУ	1	Январь 2018 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата по 1-му полугодю от создания условий для внедрения программы	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждение, доклад	Производственное собрание, анализ документации ОУ, работа психологической службы ОУ	1	Январь 2018 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, методическая работа	Работа психологической службы ОУ, методическая работа	Не менее 3	Февраль 2018 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
<b>7-й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения программы формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды как условие адаптации обучающихся с ОВЗ в пятом классе»</b>						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии	Изучение и обобщение опыта работы ОУ по инновационной технологии	Наблюдение, изучение документов ОУ, посещение уроков	Работа психологической службы ОУ, стенды, буклеты, внеурочные формы работы	Не менее 5	Март 2018 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
7.2. Осуществить наставничество над другими ОУ, приступающими к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению программы	Наставничество, обмен опытом, консультации, семинары	Выступления на семинарах, работа психологической службы ОУ	1	Апрель 2018 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ
7.3. Осуществить	Пропаганда опыта	Выступления на семинарах,	Участие в конференции	2-3	Апрель	Педагог - психолог,

пропаганду передового опыта по внедрению программы в ОУ	внедрения в работе	конференциях, конгрессах, научная и творческая деятельность	ях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению программы		2018 г.	администрация ОУ
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, работа психологической службы ОУ, научная деятельность	Семинары, написание научной работы, статей по теме внедрения программы, изучение последующего опыта внедрения программы в различных ОУ	Не менее 2	май 2018 г.	Педагог - психолог, администрация ОУ