

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОД КРАСНОДАР  
ГИМНАЗИЯ № 44**

УТВЕРЖДЕНА  
решением Совета гимназии  
протокол от 30.08.2023 № 1  
председатель Совета гимназии

ПРИНЯТА  
на заседании педагогического  
совета МАОУ гимназия № 44  
протокол от 30.08.2023 № 1  
директор Земскова Н.В.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**коррекционно-развивающих занятий**  
**с учащимся 7 класса**

**тема:**

**«Помощь в адаптации к условиям школьной среды, коррекция  
эмоционального состояния».**

**на 2023-2024 учебный год**

Разработчик программы:  
педагог-психолог  
МАОУ Гимназии №44  
Добровольская Е.А.

## **I. Пояснительная записка**

Программа предназначена для создания психолого-педагогических условий для успешной адаптации учащихся первых, пятых и десятых классов к особенностям образовательной среды школы, сохранения психологического здоровья школьников, разработки способов адаптации образовательной среды к учащимся.

Все периоды адаптации имеют общие и специфические признаки и зависят от следующих условий: продолжительность адаптивного этапа, возраст человека, цель адаптации и др. Чаще всего процесс собственной адаптации индивидом не осознается и проходит стихийно. Это приводит к увеличению продолжительности периода адаптации, к формированию комплексов, к возникновению психического дискомфорта, состояния фрустрации и стресса, нервного истощения. Освоив необходимые приемы, человек способен сознательно управлять собственно процессом адаптации.

Отличительной особенностью программы «Преемственность и адаптация» является, на наш взгляд, достаточно широкий охват участников учебно-воспитательного процесса: мероприятия адаптационного периода (см. [Приложение 1](#)) предполагают не только психологическое сопровождение школьников, начиная с подготовительной группы детского сада, но так же консультативную помощь их родителям и педагогам.

## **II. Основные положения**

В самом общем и распространенном своем значении **адаптация** понимается как **приспособление человека к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности**. Педагоги добавляют еще один критерий - важно, чтобы это приспособление осуществлялось человеком **без серьезных внутренних потерь: ухудшения самочувствия и настроения, понижения самооценки**.

Таким образом, можно считать, что **адаптация** - это не только приспособление индивида к успешному функционированию в данной среде, но и **способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию**.