

# Психолого-педагогічний супровід процесу адаптації учнів 5-го класу

Оксана Бабич, практичний психолог Зідківської ЗОШ І—ІІІ ст. ім. Г. І. Ковтуна, Зміївський р-н, Харківська обл.

Питання переходу з молодшої ланки до середньої не раз обговорювалося психологами, і в кожного з них свої підходи до вирішення цієї проблеми. Адаптація учнів молодшої школи до навчання в середній ланці відіграє важливу роль у подальшому навчанні й вихованні дитини як гармонійної особистості. Психологи останнім часом упевнено називають це кризою. Ця криза створюється логікою навчання в школі, нестикуванням програм початкової і середньої школи, невиправдано різким і непродуманим переходом з однієї соціальної ситуації в іншу. Процес адаптації кожен учень проходить по-різному, залежно від свого індивідуального розвитку.

Запропонована нижче модель (система роботи педагогів і психолога на етапі переходу дітей з початкової в середню ланку) є спробою якщо не подолання, то істотного пом'якшення психологічних наслідків даної проблеми, сприяння психолого-педагогічному супроводу процесу адаптації учнів 5-го класу. Мета її — формування в дітей адекватної самооцінки, позитивної шкільної мотивації, зниження рівня тривожності, підвищення рівня психологічної компетентності батьків учнів 4—5-го класів, учителів-предметників та згуртування колективу.

Перехід із початкової школи в основну — цікавий та складний період у житті школяра. Для учнів 5-го класу багато що стає новим і непізнаним: нові вчителі, нові предмети, форми навчання, а іноді й однокласники.

П'ятикласникам у школі і цікаво, і тривожно: вони прагнуть бути активними, розумними й незалежними, потрібними й успішними, вони хочуть, щоб їх побачив, оцінив новий учитель і помітив у них усе найкраще.

Звичайно ж, є діти, які легко й вільно вливаються в шкільну систему вимог, норм і соціальних відносин, а є діти, які відчують потребу в допомозі вчителів, батьків, психолога. Такі діти мають труднощі в спілкуванні, стають неуважними, безвідповідальними, відчують тривогу.

Але вчителі, як і учні, також проходять період адаптації: їм потрібно запам'ятати нових учнів, вивчити їхні особливості, переключитися на роботу з п'ятикласниками, враховуючи основні психологічні особливості дітей цього віку.

І чим швидше вчителі й учні знайдуть ті спільні шляхи (вміння вчителя ставити посильні вимоги зі свого предмета, вміння класного керівника згуртувати колектив, сформувати культуру поведінки й навички спілкування, вміння учнів реально оцінювати

свої можливості), тим швидше пройде адаптація в учнів 5-го класу.

На етапі переходу дітей з початкової школи в основну психолог вирішує такі **завдання**:

- створення умов для успішної адаптації;
- підвищення рівня психологічної готовності учнів до навчання, спілкування, пізнавального розвитку;
- урахування вікових особливостей дітей при вивченні навчальних предметів.

У зв'язку з цими завданнями можна виділити **основні види роботи** психолога із забезпечення успішної адаптації учнів до нового життя:

- діагностична робота;
- просвітницька робота з учителями та батьками;
- профілактична робота;
- корекційно-розвивальна робота;
- аналітична робота.

Кожен із цих видів роботи має велике комплексне значення для процесу адаптації.

На **діагностичному етапі** я отримую первинну інформацію про процес адаптації в певний час. Після аналізу результатів діагностичної роботи планую **корекційно-розвивальні вправи**.

На **етапі профілактики** проводжу з учнями 4-х класів вправи, які мають якоюсь мірою і діагностичний характер.

Не менш важливою є **профілактична робота**, яка дає змогу надати інформацію всім учасникам, які здійснюють психолого-педагогічний супровід. Із батьками проводяться анкетування, проєктивні методики опису та малювання.

## Діагностична робота

На етапі адаптації діагностика спрямована передовсім на вивчення ступеня й особливостей пристосування до середньої школи. Вона проводиться на початку навчального року (жовтень) — **перший діагностичний мінімум**, та наприкінці року (травень) — **другий діагностичний мінімум**.

При вивченні учнів 5-го класу враховую параметри, які складають психолого-педагогічний статус школяра. Ці параметри безпосередньо впливають на адаптацію учня.

Чим вищі показники за цими параметрами, тим швидше проходить процес адаптації (таблиця).

Усі зазначені вище параметри є складником рівня адаптації учня. Для проведення діагностичної роботи використовую низку методик (додатки 1, 2).

## Показники адаптації

№	Назва параметра	Зміст
1	Особливості пізнавальної діяльності	Індивідуальні можливості учня
2	Особливості мотиваційно-особистісної сфери	Рівень тривожності, рівень мотивації, спрямованість особистості (див. додаток 1)
3	Особливості ставлення учня до самого себе та навколишнього світу	Статус школяра в колективі, взаємини в сім'ї, рівень самооцінки (див. додаток 2)
4	Особливості здоров'я дитини	Частота захворювань дитини та інші хронічні хвороби

### Просвітницька робота з учителями та батьками

Робота з учителями найчастіше проводиться у вигляді теоретичних семінарів, де розглядаються вікові особливості дітей даного віку, пам'ятки (додаток 3, с. 37), та практичних занять. Я проводжу з учителями, які будуть викладати в 5-му класі, *практичне заняття «Поїзд П'ятчків»*, на якому вирішуємо низку проблем, пов'язаних із 5-м класом, у вигляді гри, *практичне заняття з розвитку творчості вчителя* (що є необхідним у роботі саме з таким віком дітей) з елементами *казкотерапії та заняття «Школа радості — школа без конфліктів»*, яке зменшує ризик виникнення конфлікту між учителем та учнем та вчителями між собою (додаток 3).

Проведення практичних занять показало, що користь від них дуже велика. Учителі підвищують рівень психологічної освіти, розвивають у себе творчі здібності та вчать спілкування без конфліктів.

Консультування здійснюється за наявності проблеми звернення і відбувається як індивідуально, так і в групах.

Робота з батьками — важливий і клопіткий процес. Спілкування відбувається більшою мірою на батьківських зборах та під час індивідуальних консультацій. На батьківських зборах у 4—5-му класах порушуються питання про особливості дітей даного віку, проблеми, які можуть виникати на початку навчання в 5-му класі, про надання допомоги батькам у вихованні дітей. Для цього використовую анкети, проєктивні методики, пам'ятки, практичні заняття з елементами тренінгу (додаток 4, с. 39).

Такі заняття завжди викликають інтерес у батьків, тому що вони під час занять намагаються пізнати свою дитину ще більше й допомогти їй, а також відкрити для себе щось нове й цікаве.

### Профілактична робота

Цей вид роботи — *профілактичний*, він відіграє провідну роль в адаптації учнів до основної школи.

*Психологічна профілактика* — це система заходів, спрямованих на охорону здоров'я, попередження неблагополуччя розвитку дитини, створення психологічних умов, сприятливих для розвитку.

Психологічна профілактика починається тоді, коли ще немає особливих труднощів у поведінці дитини.

У цьому і є важливість саме цього виду роботи психолога під час адаптації учнів до навчання в основній школі.

Під час профілактики я консультую вчителів і батьків, даю поради, які допоможуть надалі уникати конфліктних ситуацій і поточних проблем.

З учнями 4-го класу проводжу (2-й рік) заняття профілактичного характеру. На цих заняттях разом з учнями вирішую низку ситуацій, які допоможуть їм під час адаптації. Ці вправи спрямовані на згуртованість колективу, на пізнання самого себе, на формування навичок взаємодії в колективі, на більш інтенсивну роботу на уроці тощо (додаток 5, с. 41).

### Корекційно-розвивальна робота

Психокорекційна та розвивальна робота — це такий вид психологічної допомоги, який передбачає більш активний цілеспрямований вплив на особистісний, поведінковий та інтелектуальний розвиток дитини.

Цей вид роботи потребує ретельнішої підготовки і, як правило, більше часу.

*Психологічну корекцію* психолог проводить із тими учнями, у яких під час діагностичної роботи були виявлені певні труднощі чи відхилення.

Кожен психолог, перш ніж почати цю роботу, мусить поставити собі запитання: «Що коригувати, а що розвивати?» і «Як саме це робити?». Тільки після цього можна починати працювати. Корекційно-розвивальну роботу можна проводити *в групах та індивідуально*.

Найчастіше корекційно-розвивальна робота дає вагомий результат, коли використовуються нетрадиційні методи.

Я на розвивальних заняттях використовую *елементи тренінгу*. Ці заняття проходять завжди цікаво і викликають неабиякий інтерес до роботи психолога загалом.

Так, на занятті «Школа радості» (додаток 6, с. 43) учні вчилися розвивати позитивне ставлення до навчання в 5-му класі. Вони в ігровій формі «викинули» свої страхи на смітник, тим самим підкреслили свою силу і міць.

На загальношкільному *«гесанті»* під назвою «Пошта щастя», у якому брали участь, звичайно ж, і п'ятикласники, ми розвивали вміння ставити перед собою цілі й досягати їх. Це заняття викликало масу позитивних емоцій, його матеріали стали окрасою кабінету психології в школі (див. додаток 6).

Узагалі, цей вид роботи дуже цікавий і водночас відповідальний та потребує великої уваги з боку психологів.

### Додатки

#### Додаток 1 Визначення шкільної мотивації (Анкета Н. Лусканової)

**Мета:** визначення рівня шкільної мотивації учнів.

При високому рівні мотивації учень прагне виконувати всі шкільні вимоги, виявляє активність і хоче показувати себе з кращого боку. При низькому рівні мотивації учень стає пасивним і тим самим знижує рівень навчальної діяльності.

Учням пропонується обрати варіант відповіді (А, Б, В).

**Запитання**

1. Як ти почуваєшся в школі?

- А. Мені подобається в школі.
- Б. Мені в школі не дуже подобається.
- В. Мені в школі не подобається.

2. З яким настроєм ти йдеш до школи?

- А. З гарним.
- Б. Буває по-різному.
- В. Частіше хочу бути вдома.

3. Якби вчитель сказав, що завтра до школи можна не приходити, що б ти зробив?

- А. Пішов би до школи.
- Б. Не знаю.
- В. Залишився б удома.

4. Як ти ставишся до того, що у вас відмінюються уроки?

- А. Мені не подобається, коли відмінюються уроки.
- Б. Буває по-різному.
- В. Мені подобається, коли відмінюються уроки.

5. Яке твоє ставлення до домашнього завдання?

- А. Я хотів би, щоб їх задавали.
- Б. Не знаю.
- В. Я хотів би, щоб їх не було.

6. Ти б хотів, щоб у школі були тільки перерви?

- А. Ні.
- Б. Не знаю.
- В. Так.

7. Чи розповідаєш ти про школу батькам і друзям?

- А. Так.
- Б. Інколи.
- В. Ні.

8. Як ти ставишся до свого класного керівника?

- А. Мені подобається.
- Б. Не знаю.
- В. Хотів би, щоб був інший.

9. Чи є в тебе друзі в класі?

- А. У мене багато друзів.
- Б. У мене не дуже багато друзів.
- В. У мене немає друзів.

10. Як ти ставишся до своїх однокласників?

- А. Мені вони подобаються.
- Б. Мені вони не дуже подобаються.
- В. Мені вони зовсім не подобаються.

**Обробка результатів**

- За кожну відповідь А учневі ставиться 3 бали.
- За відповідь Б — 1 бал.
- За відповідь В — 0 балів.

Установлено 3 рівні мотивації: високий, середній, низький:

- 30—20 балів — високий рівень мотивації;
- 19—10 балів — середній рівень мотивації;
- 9 і менше — низький рівень мотивації.

Учні з високим рівнем мотивації успішно виконують будь-які завдання чи вказівки вчителя, відповідальні, їх хвилює оцінка вчителя.

Учні із середнім рівнем адаптації добре почуваються в школі, але навчальна діяльність їх менш приваблює, ніж спілкування з друзями.

Учні з низьким рівнем мотивації байдуже ставляться до школи, мають труднощі в навчанні, спілкуванні.

Позитивна відповідь на перші 4 запитання вказує на емоційне ставлення дитини до школи.

Запитання 5 свідчить про перенавантаження учнів.

Запитання 8 вказує на стосунки учня з класним керівником.

Запитання 9, 10 — це показник статусу учня в колективі.

**Тест шкільної тривожності Філіпса**

**Мета:** вивчення рівня загальної тривожності в школі та інших видів тривожності.

Учням пропонується відповідати «так» чи «ні» на запитання 4 блоків.

**I блок**

**Визначення рівня загальної тривожності в школі**

(Загальна тривожність — це загальний емоційний стан дитини.)

1. Чи переживаєш ти, коли вчитель говорить, що перевірятиме домашнє завдання? (Так, ні.)

2. Тобі іноді снилось, що вчитель незадоволений через те, що ти не вивчив урок? (Так, ні.)

3. Чи сильно ти переживаєш, коли відповідаєш або виконуєш завдання? (Так, ні.)

4. Чи хвилює тебе, що ти можеш бути найгіршим у навчанні в класі? (Так, ні.)

5. Чи переживаєш ти перед тим, як почнеш виконувати завдання? (Так, ні.)

6. Чи хвилюєшся ти через те, як ти виконав завдання? (Так, ні.)

7. Чи часто ти мрієш про те, щоб не хвилюватися при відповіді? (Так, ні.)

8. У тебе інколи починає сильніше битися серце, коли вчитель хоче викликати тебе відповідати? (Так, ні.)

9. Ти більше, ніж інші, турбуєшся про свої шкільні справи? (Так, ні.)

10. Якщо ти не можеш відповісти, тобі не хочеться плакати? (Так, ні.)

11. Увечері перед сном ти думаєш із тривогою про те, що буде завтра в школі? (Так, ні.)

12. При виконанні важкого завдання ти відчуваєш, що забув деякі речі, які раніше знав? (Так, ні.)

13. Чи тремтять у тебе руки при виконанні важкого завдання? (Так, ні.)

14. Коли вчитель говорить про завдання всьому класові, ти боїшся, що його не виконаєш? (Так, ні.)

15. Чи страшно тобі виконувати завдання біля дошки? (Так, ні.)

**Підрахунки**

• Якщо учень відповів на всі запитання «ні», то рівень тривожності в нормі.

• Якщо 7 (із 15) є «так» — середній рівень тривожності.

• Якщо більш ніж 7 відповідей «так» — це підвищений рівень тривожності, але це є нормою (не патологія).

**II блок**

**Страх самовираження (СС)**

(Негативні емоційні переживання ситуації вираження себе, демонстрація.)

1. Чи боїшся ти сперечатися? (Так, ні.)
2. Чи були в класі обговорення, які тебе схвилювали? (Так, ні.)
3. Чи боїшся ти виглядати дивно, смішно? (Так, ні.)
4. Чи хвилює тебе думка інших людей про тебе? (Так, ні.)
5. Чи хвилює тебе думка інших людей, коли ти відповідаєш на уроці? (Так, ні.)
6. Чи сміються твої однокласники над твоєю зовнішністю і поведінкою? (Так, ні.)

**III блок**

**Страх не відповідати оцінці оточення (СОО)**

(Тривога, пов'язана з оцінкою оточення своїх дій, учинків.)

1. Чи важко тобі працювати в класі так, як цього хоче вчитель? (Так, ні.)
2. Чи боїшся ти при відповіді зробити якусь помилку? (Так, ні.)
3. Чи боїшся ти гри, де когось обирають? (Так, ні.)
4. Чи важко тобі отримувати ті оцінки, яких чекають від тебе батьки? (Так, ні.)
5. Коли ти працюєш у класі, чи впевнений, що все добре запам'ятаєш? (Так, ні.)

**IV блок**

**Фізіологічний опір**

(Особливості психофізіологічної організації, які знижують пристосування дитини до ситуації стресового характеру.)

1. Чи трусяться в тебе коліна, коли ти відповідаєш? (Так, ні.)
2. Чи буває, що ти при відповіді трохи трусишся? (Так, ні.)
3. Чи боїшся, що тобі може бути погано в класі? (Так, ні.)
4. Чи сняться тобі сни про те, що ти не можеш відповісти? (Так, ні.)
5. Чи б'ється сильніше твоє серце, коли тебе хочуть запитати? (Так, ні.)

**Спрямованість особистості**

**Мета:** виявлення спрямованості особистості.

**Я** — спрямованість на себе (орієнтація на пряму похвалу, винагороду, тривожність і часом агресивність, егоїзм, незалежність).

**С** — спрямованість на спілкування (орієнтація на спілкування, прагнення підтримувати добрі стосунки з усіма, залежність від групи).

**Д** — спрямованість на справу (орієнтація на колективні справи, якнайкраще їх виконання, відстоювання інтересів спільної справи).

1. Найбільше задоволення я отримую:

- А. Коли мене хвалять.
- Б. Коли добре виконана робота.
- В. Коли поряд друзі.

2. Якби я грав у футбол, то я б хотів бути:

- А. Тренером.

Б. Відомим гравцем.

В. Капітаном команди.

3. Я думаю, що кращим учителем є той, хто:

А. Виявляє інтерес до учнів.

Б. Викладає цікаво предмет.

В. Організовує добре клас.

4. Мені подобається, коли люди:

А. Радіють, коли виконують роботу.

Б. З радістю працюють у колективі.

В. Прагнуть виконати роботу краще за всіх.

5. Я хотів би, щоб мої друзі:

А. Допомогали людям.

Б. Були віддані мені.

В. Були цікавими людьми.

6. Найкращі друзі — це ті:

А. З ким добрі взаємини.

Б. Кому можна довіряти.

В. Хто багато прагне досягти в житті.

7. Найбільше я не люблю:

А. Коли в мене щось не виходить.

Б. Коли сварюся з друзями.

В. Коли мені роблять зауваження.

8. Дуже погано, коли вчитель:

А. Говорить, що деякі учні йому не подобаються.

Б. Ділить колектив на різні частини.

В. Не знає свій предмет.

9. У дитинстві я найбільше любив:

А. Проводити час із друзями.

Б. Виконувати якісь справи.

В. Коли мене хвалили.

10. Я хотів би бути схожим на тих, хто:

А. Досяг чогось у житті.

Б. По-справжньому любить свою роботу.

В. Дуже добра людина.

11. Школа повинна:

А. Навчити жити.

Б. Розвивати таланти учня.

В. Учити спілкуватися з людьми.

12. Свій вільний час я проводжу:

А. Спілкуючись із друзями.

Б. Відпочиваючи.

В. Займаючись своїм хобі.

13. Мені щастить, коли я:

А. Працюю з приємними людьми.

Б. Працюю над цікавою справою.

В. Коли мене винагороджують.

14. Я люблю, коли:

А. Інші люди цінують мене.

Б. Добре виконав роботу.

В. Проводжу час із друзями.

15. Якби про мене вирішили написати в газеті, я б хотів, щоб:

А. Розповіли про цікаву справу, у якій я брав участь.

Б. Розповіли тільки про мою справу.

В. Розповіли про колектив, у якому я навчаюсь.

16. Краще за все я навчаюсь, коли вчитель:

А. Має до мене підхід.

Б. Зацікавлює мене предметом.

В. Організовує колективне обговорення проблеми.

17. Для мене немає нічого гіршого, ніж:

А. Коли мене особисто образили.

Б. Зазнати невдачі при виконанні важливої справи.

В. Утратити друзів.

18. Найбільше я ціную:

А. Успіх, удачу.

Б. Гарну спільну справу.

В. Розум.

19. Я не люблю людей, які:

А. Вважають, що вони гірші за інших.

Б. Часто сваряться.

В. Не люблять нічого нового.

20. Приємно, коли:

А. Працюєш над важливою для всіх справою.

Б. Маєш багато друзів.

В. Усім подобаєшся.

21. Я з радістю прочитав би книги про:

А. Те, як знайомитися з людьми.

Б. Про життя відомих і цікавих людей.

В. Про досягнення науки і техніки.

22. Я хотів би бути:

А. Керівником.

Б. Композитором.

В. Співаком.

23. Мені б хотілося:

А. Створити цікавий конкурс для всіх.

Б. Перемогти в конкурсі.

В. Брати участь у конкурсі.

24. Найкраще я відпочиваю:

А. З друзями.

Б. Дивлячись кіно.

В. Займаючись своїм захопленням.

набраних відповідей у кожному стовпчику «Я», «С», «Д»).

Додаток 2

### Визначення статусу школяра в колективі (Соціометрія)

#### Запитання для проведення соціометрії:

1. З ким би в класі ти хотів сидіти за одною партою?

2. Кого з класу ти не візьмеш із собою в похід?

3. З ким із класу ти порадишся, якщо в тебе виникнуть проблеми?

4. У вас є кілька білетів у цирк. Одного не вистачає. Хто з вами не поїде?

Обробку результатів подано в книзі «Альманах психологічних тестів» (М.: КСП, 1995).

### Взаємини в сім'ї (За О. Бабич)

Ця проєктивна методика дає первинне уявлення про стосунки в сім'ї дитини. Вона використовує кольорові елементи тесту Люшера. Я її проводжу в комплексі з проєктивною методикою малювання «Моя сім'я». Результати з обох методик дають уявлення про психологічний клімат у сім'ї.

#### Інструкція

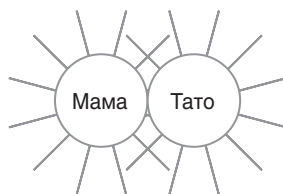
На дошці намалювати 2 кола, однакові за розміром, які між собою перетинаються. У середині одного з кіл написати слово «мама», а в іншому — «батько». Учні у своїх зошитах малюють такі кола, як намалював психолог, проводять від них промені і на кожному промені пишуть слово-характеристику своїх батьків (мама — яка вона, тато — який він). Потім діти розфарбовують кола «мами» і «тата» в той колір, який у них асоціюється з батьками (наприклад, тата — у синій, мами — у червоний).

#### Оцінювання результатів

Спочатку оцінюється ставлення дітей до кожного з батьків (за написами на променях). Бувають як позитивні, так і негативні висловлювання залежно від ставлення дитини до матері чи батька. Потім оцінюють колір малюнка. Якщо зберігається «робоча група кольорів» (за Люшером — червоний, жовтий, зелений), то це вказує на добрі стосунки дитини з обома батьками, а якщо з'являються інші кольори, то це може свідчити про проблеми в стосунках із кимось із батьків. Також велике значення має розташування дитиною цих кіл. Чим щільніше дитина зображує 2 кола, тим дружнішою буде її сім'я, і навпаки, якщо дитина роз'єднує коло мами і тата, то це може вказувати на проблеми в сім'ї. Також, коли дитина розташовує кола одне над одним і вгорі пише ім'я когось із членів родини, то це вказуватиме на лідера в сім'ї.

#### Ключ

№	Я	С	Д
1	А	В	Б
2	Б	В	А
3	А	В	Б
4	В	Б	А
5	Б	А	В
6	В	А	Б
7	В	Б	А
8	А	Б	В
9	В	А	Б
10	А	В	Б
11	Б	В	А
12	Б	А	В
13	В	А	Б
14	А	В	Б
15	Б	В	А
16	А	В	Б
17	А	В	Б
18	А	Б	В
19	А	Б	В
20	В	Б	А
21	Б	А	В
22	В	А	Б
23	Б	В	А
24	Б	А	В



Відповіді учнів обробляються згідно з таблицею-ключем, а потім робиться висновок про домінуючий компонент спрямованості (за найбільшою кількістю

### Визначення рівня самооцінки учнів

(За О. Бабич)

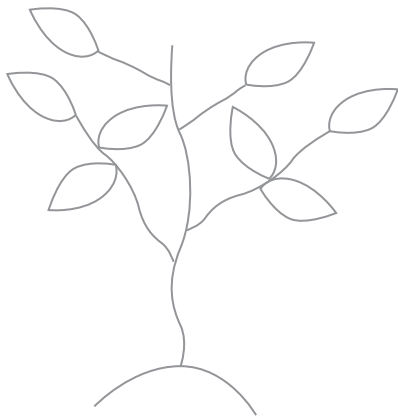
**Мета:** визначити рівень самооцінки учня (проективна методика самопрезентації).

#### Інструкція

Учні малюють у зошитах стовбур дерева, а потім домальовують листочки, відповідаючи собі на запитання «Який я?» або «Яка я?». Учні зафарбовують листочки з написами своїх оцінок будь-яким кольором, який їм подобається (мал.).

#### Оцінювання результатів

Чим більше учень намалював і написав про себе листочків, тим вищий рівень самооцінки в цього учня. Говорячи про колір листя, можна говорити про ставлення дитини до самої себе, її внутрішній світ, настрій. Чим веселіші будуть кольори, тим у дитини менш критичне ставлення до самої себе, а якщо вона обирає темні кольори, то в неї можливі внутрішні претензії до самої себе.



### Незакінчені речення

**Мета:** визначення характеру стосунків із дорослими людьми, виявлення труднощів при вивченні предметів та інтересу, пов'язаного з навчальною діяльністю на уроках.

1. Дорослі завжди...
2. При вивченні предметів мені важко...
3. Мені цікаво на уроках, коли...
4. Я б хотів, щоб у школі...
5. 5-й клас для мене — це...

#### Обробка результатів

Відповіді на запитання аналізувати *по групах*:

1. Ставлення до дорослих — питання 1.
2. Виявлення труднощів у навчанні — питання 2, 5.
3. Виявлення інтересу, пов'язаного з навчанням, — питання 3, 4.

Додаток 3

### Пам'ятка

(За О. Бабич)

#### Учителю, який працює в 5-му класі

1. Згадайте вікові особливості учнів 5-го класу.
2. Ознайомте батьків із вимогами вашого предмета.
3. Якомога частіше перевіряйте домашні завдання в учнів 5-го класу для формування й зміцнення внутрішньої організованості дитини.

4. Допмагайте учням на уроках підвищувати самооцінку, хваліть їх за виконані завдання.

5. Не затримуйте дітей після дзвоника.

### «Поїзд П'ятчків»

(За О. Бабич)

#### Ділова гра з елементами метафоричного тренінгу

**Мета:** підвищити рівень психологічної готовності вчителів до співпраці з учнями 5-го класу.

**Обладнання:** з паперу вирізані макети: поїзда, вагонів (поштовий, вантажний, для перевезення цінностей, багажний, корекційна платформа), світлофора (з одним червоним кольором, а під ним повинен бути зелений), покажчик напрямку дороги «Середня школа», маленькі макети «Вугілля» (3 шт.), «Коштовні камені» (різного кольору), «Валізи» (3 шт.), таблички з написами («Учителі», «Батьки», «Учні»).

**Склад групи:** 15—20 осіб (поділити під час гри на 3 підгрупи).

### Хід гри

#### I. Організаційний момент

**Ведучий.** Щоб розпочати нашу гру, нам необхідно об'єднатись у групи. Оскільки в нас із вами буде гра з елементами метафоричного тренінгу, то і об'єднання буде метафоричним.

Ведучий обирає з усього колективу 3 гравців — П'ятчків. Кожен П'ятчоч обирає собі Вінні-Пуха, який, у свою чергу, обирає собі Іа і т. д. (Іа — Сову — Кролика — Кенгуру — Хлопчика) (кожен П'ятчоч набрав собі команду).

**Ведучий.** Отже, команди сформовано.

#### II. Власне гра

**Ведучий.** Розпочинаємо нашу гру. «Був собі на світі маленький поїзд (на дошці прикріпити макет поїзда, світлофор, покажчик «Середня школа»). Їздив він дорогами маленької країни під назвою Початкова Школа. Багато чого він бачив на своєму шляху: цікаві уроки, веселі перерви, різноманітні свята. Та одного разу, доїхавши до перехрестя, де стояв стовп із напрямком дороги, він помітив, що йому дорога перекрита і горить червоний сигнал світлофора. І сказав йому пан Світлофор: «Ти, маленький друже, проїхати зможеш тільки тоді, коли в тебе буде 5 вагончиків, та не простих, а з виконаними завданнями. Тоді ти потрапиш у нову для себе країну, яка називається Середня Школа.

Поїзду нічого більше не зоставалося, як звернутися за допомогою до нас, своїх помічників.

Ведучий ставить на столи, за якими сидять гравці 3 команд, таблички. Першій групі — табличку «Учителі», другій — табличку «Учні», третій групі — «Батьки».

**Ведучий.** За умовою Світлофора нам потрібно до поїзда чіпляти вагони. Першим вагоном, який ми причепимо, буде поштовий. Він, як справжня пошта, несе в собі інформацію про навчання дітей у 4-му класі (діагностичні методики, які були

використані: «Рівень самооцінки», «Колір школи», «Колір сім'ї»).

Але це тільки перший вагон. Наступний вагон — вантажний. Щоб наповнити його, нам з вами потрібно у своїх групах, відповідно до табличок, написати ті труднощі, які виникають у вчителів, батьків, учнів у зв'язку з переходом у 5-й клас.

Далі йде обговорення в групах і виступи капітанів із написаними відповідями на макетах «Вугілля». Ведучий прикріплює всі 3 макети «Вугілля» до вантажного вагона. Також забирає написи зі столів.

**Ведучий.** Тепер у наших П'ятчків є вагончики, але їх замало. Наступний вагон — той, що перевозить цінності. Без нього наш поїзд не зможе проїхати перехрестя. Це шляхи вирішення тих проблем, труднощів, які попереду тягне наш поїзд.

*Ведучий роздає кожній групі макет «Коштовні камені», на якому група пише шляхи подолання труднощів (на погляд учителів). Іде обговорення й захист робіт. Ведучий кріпить макет «Коштовні камені» до вагона для перевезення цінностей.*

**Ведучий.** Ми з вами причепили вже 3 вагони, а пан Світлофор говорив про 5. Давайте виправляти ситуацію і чіпляти наступний вагон.

*Ведучий на дошці прикріплює макет багажного вагона.*

**Ведучий.** Цей вагон теж не простий, він везе валізи, наповнені знаннями. І наша з вами допомога поїзду саме в тому, що на «валізах» ви повинні написати те, що ви сьогодні винесете із собою за межі цього приміщення.

*Гравці в командах на макетах «Валізи» пишуть ті речі, які вони для себе почули. Іде обговорення і захист робіт. Ведучий прикріплює «валізи» на багажний вагон.*

**Ведучий.** Коли ми поглянемо на дошку, то побачимо, що в нас не вистачає тільки одного вагона. Це буде навіть не вагон, а допоміжна структура — «Корекційна платформа».

*Ведучий кріпить до потягу останній вагон — «Корекційну платформу».*

**Ведучий.** Ця платформа містить запас вправ для швидкої допомоги, якщо така потрібна.

*Ведучий тим часом відкриває зелений колір світлофора.*

**Ведучий.** Але що ми бачимо? Щойно в П'ятчків з'явилися повні вагони, пан Світлофор відкрив поїзду дорогу в новому для нього напрямку, у країну Середня Школа.

### Практичне заняття для вчителів (З використанням казки)

**Мета:** розвиток креативності, формування вмінь складати казки.

**Склад групи:** до 15 осіб.

**Обладнання:** аркуші паперу, ручки.

#### Хід заняття

##### 1-й етап

Підготовчий (об'єднання в групи).

##### 2-й етап

**Ведучий.** Давайте на декілька хвилин поринемо у світ казки. Кожен із вас знає багато казок. Вони

різні за змістом. Але є стійкі словосполучення, які зустрічаються в багатьох казках. Давайте пригадаємо їх.

Кожна група обговорює ті фрази, з яких починаються казки, і записує на аркушах паперу. Капітан команди називає словосполучення, а ведучий записує їх на дошці (*так само кожна команда*).

##### 3-й етап

**Ведучий.** Тепер, коли ми пригадали казки, я пропоную вам записати слова: *школа, канікули, гора, діти, печера, земля, чарівник, перетворення, квіти, місяць, собака*.

##### 4-й етап

**Ведучий.** Перед вами набір слів. А тепер я вам пропоную, використовуючи вказані вище слова, скласти свою власну казку й записати її на аркушах паперу (20 хв).

##### 5-й етап

Обговорення казок, що їх склали групи.

**Ведучий.** Сьогодні на занятті ми спробували поринути у світ казки, та не простої, а власної. За допомогою казки ми поговорили про начебто звичайні речі, але з іншим сенсом.

### Психологічний тренінг для вчителів (О. Бабич)

**Мета:** визначити основні причини конфліктів, створити модель школи без конфліктів.

#### Школа радості — школа без конфліктів

№	Вид роботи	Мета	Матеріальне забезпечення	Час (хв)
1	Вправа «Обери собі помічника»	Формування групи		5
2	Вправа «Назви причину конфлікту»	Установити основні чинники, які викликають конфлікт		5
3	Вправа «Школа радості — це школа без конфліктів»	Створити уявну школу без конфліктів	Вирізаний шаблон школи (за кількістю груп) (схема)	15—20
4	Вправа «Моя душа під час конфлікту»	Розкрити емоційний стан під час конфлікту	Шаблон вирізаного серця (за кількістю учасників)	5
5	Інформаційне повідомлення тренера	Установити основні правила безконфліктного життя		5
6	Вправа «Комплімент»	Підвищення емоційного стану групи	М'яка іграшка	5—7

##### Вправа «Обери собі помічника»

Тренер обирає на свій розсуд 4—5 осіб. Далі по черзі кожен із капітанів обирає собі гравця в команду. Обраний гравець обирає ще одного члена команди і так доти, доки всі гравці не опиняться в командах.

**Вправа «Назви причини конфлікту»**

Кожна команда повинна за відведений час назвати 1—2 причини, які викликають конфлікт.

**Вправа «Школа радості — це школа без конфліктів»**

Членам груп роздається шаблон школи (див. схему). Група за відведений час повинна:

- дати назву школі;
- у кімнатах школи радості написати основні положення новобудови. Звернути увагу на такі моменти:
  - Які закони будуть діяти в школі?
  - Чи будуть покарання і за що?
  - Чи всі будуть рівні в правах?
  - Яка буде система оцінювання?
  - Чи будуть у школі вихідні дні та канікули?
  - Яке свято буде головним у школі?

• Зафарбувати дах школи кольором, який відповідає настрою групи.

Кожна з груп захищає свій проект школи радості. Обговоривши всі проекти, тренер разом із групами розглядає, якого кольору настроїв кожної групи під час роботи.

**Вправа «Моя душа під час конфлікту»**

Кожному членові колективу тренер роздає шаблон у вигляді серця (уявна душа) і дає завдання зобразити схематично на шаблоні ті почуття, які він відчуває під час конфлікту (розбите серце, грозу, сльози, зів'ялу квітку, молоток тощо). Підбиваючи підсумок вправи, ведучий надає слово кожному членові, щоб той висловив свої почуття.



**Інформаційне повідомлення тренера**

Попередня вправа доводить, що від конфлікту не буде нам ніякої користі. Він несе в собі велику негативну енергію. Але конфлікт виступає сигналом накопиченого невдоволення та напруження і говорить про те, що так далі жити не можна. Замість того, щоб уникати конфлікту, треба вміти його розв'язувати. Для того щоб у колективі панувала дружня атмосфера, потрібно дотримуватися певних загальнолюдських норм поведінки в групі:

1. Будуйте свої стосунки з керівником не за рахунок інших членів колективу.

2. Ефективно працюйте самі та допомагайте в цьому іншим.

3. Намагайтеся зберігати добрі стосунки з усіма членами колективу, навіть із тими, які вам не подобаються.

4. Не переоцінюйте чи недооцінюйте самого себе.

5. Говоріть про свої помилки, не намагайтеся їх приховувати, колективно їх легше виправити.

6. Не виношуйте дрібних образ, не дозволяйте їм перетворитися на грізну гніву.

7. Несіть у колектив добро, мудрість, справедливість.

**Вправа «Комплімент»**

Тренер дає завдання групі такого змісту: передаючи м'яку іграшку своєму сусідові, сказати йому комплімент. Так іграшка проходить кожного члена групи і повертається до тренера.

Додаток 4

**Анкета для батьків (О. Бабич)**

(Проводжу на перших батьківських зборах у 4-му класі.)

1. Ваш вік, освіта, фах.
2. Скільки маєте дітей? Якого віку?
3. Які питання сімейного виховання Вас найбільше цікавлять?
4. На які теми Ви хотіли б послухати лекції?
5. З яких питань Ви хотіли б отримати консультації?
6. Яку літературу про виховання дитини Ви використовуєте?
7. Які труднощі маєте у вихованні дитини?
8. Що непокоїть Вас у поведінці Вашої дитини?
9. Хто, на Вашу думку, може допомогти Вам у вихованні дитини?
10. Скільки приблизно часу Ви приділяєте Вашим дітям?

**Анкета для батьків (5-й клас) «Чи зможете Ви...»**

(В. Семиченко, В. Заслуженюк)

1. ...у будь-який момент залишити свої справи і зайнятися дитиною?
2. ...порадитися з дитиною, незважаючи на її вік?
3. ...зізнатися дитині, що припустилися помилки в ставленні до неї?
4. ...вбачитися перед дитиною, якщо Ви помилялися?
5. ...оволодіти собою і зберегти спокій, навіть якщо вчинок дитини викликає обурення?
6. ...уявити себе в ролі дитини?
7. ...стати для дитини доброю феєю?

Схема

**Школа радості**

Назва  
вашої нової школи

Які закони будуть діяти у вашій школі?	Чи будуть покарання в школі? Які і за що?	Чи всі будуть рівні в правах?
Яка буде система оцінювання в школі?	Яке свято буде головним?	Чи будуть у вашій школі вихідні?
Як ви будете слідкувати за здоров'ям?	Які у вас будуть нагороди і за що?	Додаткова клітинка



8. ...розповісти дитині такий повчальний випадок зі свого життя, який покаже Вас у невідгданому світлі?

9. ...завжди втримуватися від слів, які можуть образити дитину?

10. ...пообіцяти дитині виконати будь-яке бажання за її гарну поведінку?

11. ...виділити дитині день, у який вона буде робити що завгодно?

12. ...не реагувати, якщо Ваша дитина вдарила чи штовхнула іншу дитину, а та «дала здачі»?

13. ...вистояти перед дитячим проханням і слізьми, знаючи, що це примха?

14. ...поставити перед дитиною посилене завдання й не допомагати їй?

15. ...подолати бажання віддати дитині все найкраще на шкоду іншим членам сім'ї?

#### Піграхування результатів

- За кожну відповідь «так» — 2 бали.
- За кожну відповідь «можу, але не завжди» — 1 бал.

- За відповідь «ні» — 0 балів.

Залежно від суми балів Ви маєте такі характеристики:

• **21—30 балів.** Ви прагнете не тільки зрозуміти дитину, а й пізнати її, ставитеся до неї з повагою, дотримуєтеся прогресивних принципів виховання, постійної лінії поведінки.

• **11—20 балів.** Турбота про дитину — для Вас найважливіше. Ви маєте здібності вихователя, але не завжди дієте послідовно й цілеспрямовано. Іноді Ви ставитеся до дитини занадто суворо, іноді — надто поступливо. Ви схильні до компромісів, які послаблюють ефективність виховання. Вам слід замислитися над чіткою лінією виховання.

• **До 11 балів.** Справи з вихованням дитини у Вас не дуже добрі. Вам не вистачає знань або бажання, щоб допомогти дитині стати особистістю. Вам слід подбати про поповнення знань із педагогіки та психології.

#### Анкета для батьків (5-й клас)

##### «Чи знаєте Ви своїх дітей?»

(Л. Юзефик, Н. Купина, «Організація роботи з батьками»)

1. Чим особливо цікавиться Ваша дитина?
2. Який улюблений предмет у Вашої дитини?
3. Хто є улюбленим учителем у Вашої дитини?
4. Яку останню книгу прочитала Ваша дитина?
5. У які ігри грається Ваша дитина?
6. Де виконує домашні завдання Ваша дитина?
7. З ким з учнів класу товаришує Ваша дитина?
8. Чи знаєте Ви щось про сім'ї її друзів?
9. Які гуртки, секції відвідує Ваша дитина?
10. Які телепередачі любить Ваша дитина?

#### Проективна методика

##### «Чим моя дитина унікальна?»

(Твір-мініатюра)

(О. Бабич)

**Мета:** допомогти батькам п'ятикласників побачити позитивне у своїй дитині, тим самим підвищити оцінку дитини в очах батьків.

#### Інструкція

На аркушах паперу за 20—25 хв напишіть твір-мініатюру «Чим моя дитина унікальна?».

*Ця вправа дає змогу батькам ще раз поміркувати про свою дитину, а також критично оцінити своїх дітей, а психологу — матеріал для вивчення стосунків у сім'ї.*

#### Практичне заняття для батьків учнів 4-го класу

##### «Зрозумій дитину і допоможи»

(О. Бабич)

**Мета:** допомога батькам у підготовці дітей до навчання в 5-му класі.

#### План заняття

№	Вид роботи	Мета	Матеріальне забезпечення
1	Вправа «Створи групу»	Формування групи	
2	Вправа «Мій дитині важко...»	Установити можливі труднощі дітей у 5-му класі	3 паперу макети долоні з 5 пальцями за кількістю груп
3	Вправа «Плюс і мінус»	Допомогти батькам бачити в дитині позитивне і негативне	3 паперу макети круга діаметром 6 см, поділеного лінією навпіл, за кількістю груп
4	Вправа «Плюс помічник»	Допомогти батькам знайти риси, які допоможуть дитині адаптуватися до навчання в 5-му класі	
5	Вправа «Обери головне»	Визначити основні сімейні чинники, які впливають на адаптацію	3 паперу листочки за кількістю груп
6	Вправа «Сім'я і адаптація»	Визначити роль сім'ї в адаптації дитини	Використання макетів кола з вправи «Плюс і мінус» (зворотний бік)
7	Інформаційне повідомлення психолога	Установити основні правила допомоги дітям під час адаптації	

#### Хід заняття

##### 1. Вправа «Створи групу»

Психолог сам об'єднує дітей у групи будь-яким способом.

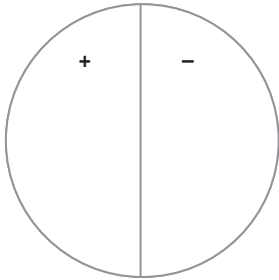
##### 2. Вправа «Мій дитині важко»

Напишіть, обговоривши в групах, труднощі, які можуть виникнути у ваших дітей у зв'язку з переходом у 5-й клас. Відповіді розташуйте на пальцях паперової долоні. Потім спільно з психологом обговорюються варіанти відповідей груп.



### 3. Вправа «Плюс і мінус»

Завдання виконується індивідуально. Кожен із батьків на макетах круга, який поділений навпіл, записує позитивні і негативні риси, притаманні його дитині. Результати в цій вправі не оголошуються.



### 4. Вправа «Плюс помічник»

Завдання виконується індивідуально. Батьки обирають ті риси дитини, які, на їхній погляд, зможуть допомогти під час адаптації.

Кожен із членів групи називає ці риси.

### 5. Вправа «Обери головне»

Із запропонованих на дошці сімейних чинників батьки обирають ті, які, на їхню думку, є важливими для дітей під час адаптації, і записують на макети листочків за кількістю груп. Захищають свої відповіді.

Чинники: любов, довіра, розуміння, підтримка, матеріальне забезпечення, допомога.



### 6. Вправа «Сім'я та адаптація»

Батькам потрібно проаналізувати вірш (написаний на аркуші паперу) і визначити у вигляді сегментів (як діаграма), який відсоток належить сім'ї під час адаптації дитини до навчання в 5-му класі, а який школі (на макетах круга з вправи «Плюс і мінус»).

#### Вірш

Чем проповедь выслушивать,  
Мне лучше бы взглянуть.  
И лучше проводит меня,  
Чем указать мне путь.  
Глаза умнее слуха,  
Поймут все без труда.  
Слова порой запутаны,  
Пример же — никогда.  
Тот лучший проповедник —  
Кто веру в жизнь провел.  
Добро увидеть в действии —  
Вот лучшая из школ.  
И если все мне показать —  
Я выучу урок.  
Понятней мне движение рук,  
Чем быстрых слов поток.  
Должно быть, можно верить  
И мыслям, и словам,  
Но я уж лучше погляжу,

Что делаешь ты сам.

Вдруг я неправильно пойму

Твой правильный совет.

Зато пойму, как ты живешь,

По правде или нет.

### 7. Інформаційне повідомлення тренера

#### Правила допомоги дітям під час адаптації

1. Для зняття тривоги в дитини не робити їй зауваження, а знайти причину її тривожного стану.

2. Пам'ятайте, що дитині потрібна не стільки самостійність, скільки право на неї.

3. Не створюйте «революційну» ситуацію, а якщо створили, вирішіть її мирним шляхом.

4. Хочете, щоб дитина зробила те, що вам потрібно, зробіть так, щоб вона сама цього захотіла.

5. Якщо карає дитину, то обов'язково поясніть, за що ви її покарали.

6. Своєю власним прикладом навчайте дитину долати перешкоди і знаходити вихід.

7. Нагадуйте дитині про те, що вона є єдиним скарбом у вашому житті.

Додаток 5

### Заняття профілактичного характеру

#### Заняття 1

**Мета:** сприяти сформованості колективу, розвинути вміння бачити ситуацію з різних боків, знаходити позитивні моменти створення доброзичливої атмосфери.

**Матеріали:** аркушики паперу для візиток, фломастери, склянка, у яку до половини налито води.

#### Вправа 1. Знайомство

Діти за 5 хв на аркушах паперу малюють або пишуть про себе те, що хочуть, а потім, сівши в коло, розповідають про себе (щоб діти не боялися обговорення самих себе, першим починає свою розповідь психолог).

#### Вправа 2. «Якщо весело, то роби так...»

Група сидить у колі. Психолог обирає одного учня, який показує одну якусь веселу вправу: тупання ногами, оплески, різні мімічні прояви, звуки... А решта учнів по черзі разом повторюють те, що показав 1-й учень зі словами: «Якщо весело, то роби так...» Вправа продовжується доти, доки кожен не спробує себе в ролі ведучого.

#### Вправа 3. Розробка правил

Психолог об'єднує дітей у 3—4 групи і пропонує за певний час (5—10 хв) прийняти правила участі в подальших заняттях. Від кожної групи по 3—4 правила. Далі йде обговорення і створення загальних правил для всього класу. (Наприклад: щоб було цікаво, комфортно, безпечно, корисно...)

#### Вправа 4. «Уяви школу»

На другій частині аркуша-візитки діти малюють свій малюнок, який асоціюється в них зі школою (квадрат, листочок, квіточка...) і розфарбовують цей малюнок згідно зі своїми вподобаннями. Потім обговорюють намальовані проекти.

1. Як ви гадаєте, чи в усіх вас виникають однакові почуття до школи?

2. Чому враження одних людей відрізняються від вражень інших?

**Вправа 5. «Пусто чи повно?»**

Психолог показує учням склянку, яка наполовину наповнена водою, і питає: «Що ви бачите?» (*Діти відповідають.*) Психолог продовжує: «Одні люди скажуть, що склянка наполовину порожня, а інші — що наполовину повна. Тобто різні люди бачать ситуацію по-своєму, як позитивно, так і негативно. Давайте і ми спробуємо побачити в будь-якій ситуації плюси і мінуси. Психолог пропонує будь-яку ситуацію, пов'язану з навчанням у 5-му класі, розглянути з різних боків (багато нових предметів, нових учителів, великі домашні завдання...). Далі діти пишуть «+» і «-» напроти обраної ситуації та обговорюють із психологом.

**Вправа 6. «Обери приємне»**

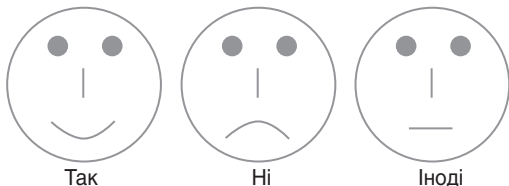
Діти за 5 хв мають вигадати будь-яке не дуже важке привітання, з якого починатиметься кожне нове заняття (обирають одне із запропонованих і написаних на дошці).

Підбиття підсумку заняття (що сподобалося, а що ні? Чи не ображений хтось із учнів? Чи задоволені?).

**Заняття 2**

**Мета:** сприяти згуртованості колективу, підвищенню рівня самооцінки учнів.

**Матеріали:** таблички з відповідями (формат А4).



- м'яка іграшка;
- аркуші паперу на кожного учня;
- олівці.

**Вправа 1**

Привітання, яке обрали на I занятті.

**Вправа 2. «Знайди подібного до себе»**

Психолог прикріплює в різних місцях класу 3 таблички з відповідями «так», «ні», «іноді» і каже: «Я зараз зачитаю вам твердження, а кожен з вас стане під тією табличкою, на якій його відповідь. Якщо ви згодні, то під табличкою «так», якщо не згодні, то під табличкою «ні», а якщо не завжди згодні, то «іноді».

**Твердження:**

- Я люблю гуляти.
- Я плачу, коли мене ображають.
- Я схожий на квітку.
- Я роблю зарядку.
- Я добре знаю іноземну мову.
- Я не люблю вчитися.
- Я добре граю у футбол.
- Я прочитав нещодавно нову книгу.

- Я люблю музику.
- Я не люблю робити уроки.
- Я вмію відстоювати свою думку.
- Я впевнений у собі.
- Я добрий.
- Я маю багато друзів у своєму класі.
- Я полюбляю добре поїсти.
- Я маю ворогів у класі.
- Я люблю цирк.

Після кожного твердження гати можливість дітям подумати і обрати свій варіант. Наприкінці заняття обговорити відповіді дітей (ті, які, на погляд психолога, цікаві).

**Вправа 3. «Порівняння»**

Діти на аркушах паперу, який ділять навпіл, порівнюють навчання в початковій школі й записують у другий стовпчик свої уявлення стосовно навчання в 5-му класі.

Початкова школа	5-й клас

Далі йде обговорення і робиться акцент на позитивних якостях навчання в 5-му класі.

**Вправа 4. «Мій плюс»**

Діти малюють на аркушах паперу сонечко з променями. Усередині пишуть своє ім'я і передають своє сонечко сусідові, який записує позитивні якості «господаря» сонечка. Так усі обмінюються сонечками, доки до них не «прийде» їхнє власне сонечко. Наприкінці заняття охочі можуть зачитати свої позитивні якості.

Підбиття підсумку заняття (що сподобалося, а що ні? Чи не ображений хтось із учнів? Чи всі задоволені?).

**Заняття 3**

**Мета:** допомогти дітям усвідомити якості, які важливі для дружби; сприяти формуванню навичок взаємодії в групі.

**Матеріали:** м'яка іграшка, підібрані і написані на дошці вислови про дружбу, аркуші паперу.

**Вправа 1**

Привітання, яке обрали на занятті 1.

**Вправа 2. «Я люблю, і я можу навчити»**

Діти сідають у коло або на свої постійні місця за партами і, передаючи якийсь предмет або іграшку, кажуть: «Я люблю... і я можу навчити...»

Психолог підбиває підсумки, наголошуючи на тому, що всі різні й дуже цікаві, неповторні й унікальні.

**Вправа 3. «Товариш»**

На кожен ряд психолог дає аркуш паперу і прохає продовжити незакінчені речення: «Товариш — це той, хто...»

Коли учні напишуть, то кожен зачитує твердження, а психолог записує їх на дошці. Іде обговорення якостей товаришів. Наприкінці заняття психолог відкриває дошку, де записані вислови про дружбу, і разом з учнями їх аналізує.

Підбиття підсумку заняття.  
Закінчується заняття вправою «Обери приємно» (вправа 6 із заняття 1).

#### Заняття 4

**Мета:** допомогти учням усвідомити правила роботи на уроці; допомогти виявити якості, притаманні гарному учневі; сприяти розвиткові уяви і взаємодії.

**Матеріали:** аркуші паперу, фарби, пензлі.

##### Вправа 1

Привітання.

##### Вправа 2. «Урок»

Дітей об'єднати в 3—4 групи (5—6 учнів). Психолог пропонує (записує на дошці) 3 правила успішної роботи на уроці:

- Будь готовий до уроку.
- Працюй на уроці.
- Поважай оточення.

Діти в групах пишуть правила роботи на уроці до кожного з тверджень. Обговорюють їх у групах, а потім разом із психологом на дошці записують єдині правила роботи на уроці.

##### Вправа 3. «Ідеальний учень»

Кожна група на аркуші паперу продовжує незакінчене речення: «Ідеальний учень — це...»

Потім діти обговорюють це в групах і разом із психологом, який пише на дошці, визначають критерії ідеального учня.

##### Вправа 4. «Доповни мене»

Учні сідають парами. Один із них бере обраний колір фарби і малює крапку, а інший з цієї крапки домальовує певний образ, і навпаки. Наприкінці заняття всі учні обговорюють із психологом ці малюнки (психолог ще враховує для себе обрані кольори).

Підбиття підсумку заняття.

#### Заняття 5

**Мета:** підвищувати емоційну стійкість учнів; формувати вміння сприймати образливі зауваження.

**Матеріали:** на кожного учня 3 аркуші паперу, 1 аркуш паперу на групу, 1 горщик або капелюх, олівці або фломастери.

##### Вправа 1

Привітання.

##### Вправа 2. «Образа»

Кожен учень на аркуші паперу спробує намалювати свою образу так, як він її відчуває. Обговорення малюнків відбувається за бажанням.

##### Вправа 3. «Пограємо в образ»

Діти об'єднуються в групи та обговорюють одну ситуацію, де буде показана образа, замальовують її на аркуші паперу. Потім кожна група показує її у вигляді сценки. Учні з психологом визначають, що спільного в розіграних ситуаціях. Психолог

записує це на дошці і за допомогою стрілок показує шляхи виходу з кожної ситуації.

##### Вправа 4. «Горщик (капелюх) щастя»

Кожен учень думає 1 хв над питанням, чи він щасливий. Діти записують відповідь: «так» або «ні». Тоді ті учні, які відчувають себе щасливими, кидають свої аркуші в горщик щастя, а які нещасливі, записують причину свого нещастя і віддають аркуш психологові. Психолог бачить, скільки дітей почуваються щасливими.

##### Вправа 5. «Карта щастя»

Кожен учень отримує завдання додому: згідно зі схемою заповнити таблицю «Карта щастя» своїми вирізками, малюнками, фото.

Підбиття підсумку заняття.

#### Карта щастя

<b>Мої мандрівки</b> (Наклеїти країну, місто, де б хотів побувати, підписати малюнок)	<b>Професія моєї мрії</b> (Наклеїти картинку із зображенням своєї майбутньої професії)	<b>Мій ідеал</b> (Наклеїти картинку людини, на яку хочеш бути схожим)
<b>Моя майбутня сім'я</b> (Наклеїти картинку своєї уявної сім'ї)	<b>Це я</b> (Своє фото)	<b>Дім моєї мрії</b> (Наклеїти фото або вирізку з преси свого майбутнього будинку)
<b>Друзі моєї мрії</b> (Наклеїти зображення друзів, яких ти хочеш мати)	<b>Моє здоров'я</b> (Наклеїти зображення людини, яка веде здоровий спосіб життя (спортсмен тощо), і на яку хочеш бути схожим)	<b>Моє багатство</b> (Наклеїти зображення тих речей, які тобі цінні, дорогі (телефон, собака, авто, гроші тощо))

#### Заняття 6

**Мета:** підбити підсумки 5 попередніх занять.

**Матеріали:** аркуш паперу на кожного учня.

##### Вправа 1

Привітання.

##### Вправа 2. «Карта щастя»

Учні демонструють свою «Карту щастя» і пояснюють свій вибір. Іде захист проєктів.

##### Вправа 3. «Мої асоціації...»

Психолог дає завдання учням намалювати образ, з яким у них асоціюються всі 5 занять. Потім обговорює отримані результати.

Підбиття підсумків заняття.

Додаток 6

#### «Школа радості»

(Автор О. Бабич)

**Мета:** розвивати в учнів позитивне ставлення до навчання в 5-му класі; підвищити рівень самоцінки учнів; коригувати страхи п'ятикласників.

**Обладнання:** з паперу вирізані макети: «диво-дерево» (1), «школа радості» (1) (великого розміру, щоб прикріпити на дошку), маленькі макети: 4 «жук» (з одного боку зафарбовані чорним кольором,

а з іншого яскравим), 4 «яблука» (з одного боку білі, а з іншого — червоні), 4 «вікна» (з одного боку блакитні, а з іншого — білі), 4 «фрагменти даху» (з одного боку рожеві, а з іншого — білі); середнього розміру макети: «сонце» (1), «хмари» (3—4, щоб закривали сонце на дощі); аркуші паперу (невеликого розміру), кошик для сміття.

### Хід заняття

#### I. Організаційний момент

*(Поділ команди на 4 групи.)*

**Ведучий.** Щоб розпочати наше заняття, нам потрібно поділитися на групи, але поділ буде незвичним. Давайте оберемо «садівників» (4). «Садівники» висаджують у своєму саду квіти. Кожен «садівник» обирає собі «троянду». «Троянда», у свою чергу, обирає для саду «півонію» і т. д., доки клас не поділиться на групи (*садівник — троянда — півонія — ромашка — тюльпан — ірис — нарцис — волошка*).

«Квіти» сідають за столи зі своїми «садівниками».

#### II. Власне заняття

**Ведучий.** Розпочинаємо нашу подорож у маленький світ казки. Запам'ятайте, що від наших із вами дій залежить добробут чарівної країни.

#### Вступна частина

**Ведучий.** В одному дуже мальовничому куточку нашої казкової країни була школа.

*(Прикріплює на дошку макет «Школа».)*

**Ведучий.** Діти цієї школи посадили біля неї квітучий сад, який дарував радість не тільки школярам, а й мешканцям усієї країни. Сонечко обігрівало всю країну, а сад давав чудові плоди.

*(Прикріплює на дошку поряг зі «школою» «диво-дерево», «сонце».)*

**Ведучий.** Але раптом учні змінилися. Почали грубіянити, брехати, не поважати один одного. І ось злий маг, бачачи, що відбувається, вирішив провчити дітей і забрав кольори з їх школи та саду. Усе навкруги стало сірим, безбарвним, непривітним: вікна, дах та ін. У саду стало порожньо. Навкруги все потемніло.

*(Закриває «сонце» «хмарами», а поряг чіпляє безбарвну школу.)*

**Ведучий.** І сказав злий маг: «Мої чари будуть діяти доти, доки вам не допоможуть учні іншої школи, які поведуться чемно й виховано».

Як ви гадаєте, у нас є такі помічники? *(Діти погоджуються.)*

Давайте разом допоможемо своєю працею нашим друзям. Для цього нам із вами потрібно виконати певні завдання, які вимагатимуть від вас щирості, добра і відповідальності. На «диво-дерево» злий маг заслав своїх помічників — «чорних жуків». Це ваші страхи. Назвімо їх, щоб вони злякались і втекли, а на зміну їм прийшли корисні жуки.

*(Ведучий кріпить до стовбура дерева «чорних жуків». Діти на аркушах паперу пишуть свої страхи. Далі кожен по черзі називає свій страх, щоб перелаяти «чорних жуків». Ведучий тим часом на дошці перевертає жуків «корисною стороною» до дітей.)*

**Ведучий.** Діти, давайте відкладемо наші страхи на край столу. А тепер, коли ми поглянемо на наше

«диво-дерево», то побачимо, що з'явилися корисні комахи, але плодів немає. Нам із вами потрібно за допомогою світлих мрій і думок оживити плоди. Для цього ви на макетах яблук напишіть ваші мрії стосовно навчання в 5-му класі. *(«У 5-му класі я хочу...»)*

*(Діти записують свої бажання, обговорюють у групах, а потім «садівник» захищає проект. Під час виступу кожної групи ведучий прикріплює до дерева яблука.)*

**Ведучий.** Дивіться, наш сад ожив, але школа та її мешканці залишається зачарованими. Допоможемо їм.

На макетах вікон напишіть, яких ви хочете бачити вчителів у школі. *(«Мій учитель. Який він?»)*

*(Йде обговорення в групах і захист проекту «садівником». Ведучий під час захисту кріпить до школи осяйні вікна.)*

**Ведучий.** Із завданням ми впоралися прекрасно. Ми врятували наше дерево і частково школу. А що ж ми ще не зробили? *(Не повернули колір даху.)*

Так, нам потрібно виконати ще одне завдання. Перед вами є фрагменти даху школи. Напишіть на цих фрагментах, якої допомоги ви потребуєте і від кого.

*(Учні записують відповіді, обговорюють їх, і «садівник» захищає проекти. Ведучий тим часом кріпить рожевий дах до приміщення школи, а також відкриває сонце, знімаючи хмари.)*

**Ведучий.** Поглянемо, яке навкруги все стало кольорове, яскраве, чудове.

Із вашою допомогою ми врятували учнів казкової країни, які тепер, дивлячись на вас, стануть вихованими. Але ми забули про себе. Погляньте на свої столи. *(Діти знаходять на своїх столах аркуші паперу зі своїми страхами.)*

Зберімо їх у кулак і викинемо на смітник *(гити мнуть папір і викидають у кошик для сміття)*. Тепер ми все зробили. Країна врятована, діти веселі й життєрадісні. «Школа радості» і «диво-сад» знову приносять радість людям своїми квітами і плодами. Але нам з вами потрібно розуміти, що злий маг може зачаклувати і нашу школу, коли ми не будемо жити за **законами добра, ввічливості, справедливості, любові**.

#### «Пошта щастя»

*(Автор О. Бабич)*

*(Практичне заняття для учнів 1—11-х класів, яке проводиться в 3 етапи)*

**Мета:** розвиток цілеспрямованості (навчити дітей ставити перед собою мету й досягати її).

**Обладнання:** конверти за кількістю класів, вирізані з паперу шаблони «голубів щастя», пішохідного переходу «зебра».

#### Заняття 1

##### Вправа «Асоціації»

Діти по черзі говорять про свої асоціації зі словами «пошта щастя».

##### Вправа «Напиши мету»

На аркушах паперу учні пишуть свою мету на півроку (рік). Аркуші паперу підписують і віддають

учителю, який кладе їх у конверти до наступного заняття.

### Заняття 2

**Вправа «Зебра»** (проводиться через 3 місяці після першого заняття)

Учні на світлих лініях «зебри» пишуть відповідь на запитання: «Що я зробив для досягнення своєї мети?» (але не зазначають якої), а на темних лініях — «Що мені заважало?».

### Вправа «Побажання»

Кожен учень пише записку-побажання своєму однокласникові стосовно його мети й кладе це побажання вчительку в скриньку. У кінці заняття вчитель зачитує ці побажання.

### Заняття 3

#### Вправа «Віггагай»

Кожен учень по черзі розповідає про свою мету, не називаючи її прямо, а решта намагається її відгадати.

#### Вправа «Допомога»

Діти по черзі говорять, чиєї допомоги їм не вистачало для досягнення мети.

### Вправа «Терези»

Учні говорять, які смуги переважали на їхньому шляху до мети: білі чи чорні смуги дороги.

### Вправа «Пігбий пігсумок»

Учні по черзі називають плюси і мінуси заняття «Пошта щастя».

### Література

1. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. — М.: Совершенство, 1998.
2. Вачков И. В. Метафорический тренинг. — М.: Ось-89, 2005.
3. Зинченко В. П. Психологический словарь. — М.: Педагогика-Пресс, 1996.
4. Истратова О. Н., Эксакусто Т. В. Справочник психолога средней школы. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2010.
5. Немов Р. С. Психология. — М.: Просвещение, 1995.
6. Покроева Л. Д. П'ятикласник. Психологічні особливості. Задачі розвитку. Допомога в навчанні. — Х.: ХОНМБО, 2005.
7. Сіліна Г. О. Здорова дитина — щаслива сім'я. — Х.: ХОНМБО, 2004.
8. Чибисова М. Ю., Пилипко Н. В. Психолог на родительском собрании. — М.: Генезис, 2004.

Ви можете оцінити матеріал за п'ятибальною системою.

Для цього надішліть SMS-повідомлення на номер (066) 606-28-79 і вкажіть назву статті, прізвище автора, номер та рік видання.

Всеукраїнська газета для заступників директорів середніх навчальних закладів

# Завуч

## Індекс 35251

Виходить 3 рази на місяць загальним обсягом 112 сторінок

[zavuch@1veresnya.com.ua](mailto:zavuch@1veresnya.com.ua), [zavuch.1veresnya@gmail.com](mailto:zavuch.1veresnya@gmail.com)

Передплатити можна у будь-якому відділенні зв'язку за «Каталогом видань України»

Трагнемо  
бути  
першими!



91474 — газета «Директор школи»  
+ газета «Сучасна школа України»

Вартість передплати на 1 міс. — 38,80 грн

