

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 322  
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
192289, Санкт-Петербург, улица Олеко Дундича, дом 38, корпус 3, литер А,  
тел/факс: +7(812)708-28-63, E-mail: [info.sch322@obr.gov.spb.ru](mailto:info.sch322@obr.gov.spb.ru)  
ОКПО 53306911 ОКОГУ 49007 ОГРН 1037835048041 ИНН / КПП 7816164542 I 781601001

---

Принято:  
Решением  
Педагогического совета  
ГБОУ средняя школа №322  
Фрунзенского района  
Санкт-Петербурга

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ средняя школа № 322  
Фрунзенского района  
Санкт-Петербурга  
Е.Н.Лебедева

Протокол №1 от 31.08.2023

Приказ № 194-од от 31.08.2023

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**По психолого-педагогическому  
сопровождению и помощи в адаптации детей-мигрантов  
2023-2024 учебный год**

Составила: педагог-психолог Сапожникова Арина Тарасовна

Санкт-Петербург  
2023

## Пояснительная записка

Проблема психолого-педагогического сопровождения детей-мигрантов тесно связана с проблемой межкультурного и межэтнического взаимодействия и является на сегодняшний день актуальным предметом исследования науки и практики.

Психолого-педагогическое сопровождение ребенка, в том числе ребенка из семьи мигрантов — это система профессиональной деятельности психолога, направленной на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития ребенка в ситуациях взаимодействия

Психолог должен точно определить, что именно нужно знать о школьнике для организации условий его успешного обучения и развития. В самом общем виде социально-психологический статус школьника представляет собой систему психологических характеристик ребенка или подростка. В эту систему включаются те параметры его психической жизни, знание которых необходимо для создания благоприятных социально-психологических условий обучения и развития. В целом эти параметры могут быть условно разделены на две группы. Первую группу составляют особенности школьника. Прежде всего, особенности его психической организации, интересов, стиля общения, отношения к миру и другое. Их нужно знать и учитывать при построении процесса обучения и взаимодействия. Вторую составляют различные проблемы или трудности, возникающие у ученика в различных сферах его жизни и внутреннем психологическом самочувствии в различных ситуациях. Их надо находить и корректировать (развивать, компенсировать). И те, и другие нужно выявлять в процессе работы для определения оптимальных форм сопровождения. Школьный психолог должен понимать, что эмигранты приносят с собой особую культуру, которая воспринимается большинством в обществе как чужеродная и ассоциируется в первую очередь с языковыми и образовательными проблемами. Разрабатывая программу психолого-педагогического сопровождения детей из семей мигрантов, школьная психолого-педагогическая служба должна учитывать, что адаптация детей - мигрантов - сложный процесс, благодаря которому человек достигает соответствия (совместимости) с новой культурной средой. Успешное приспособление определяется как ощущение гармонии с окружением, а основное внимание уделяется анализу чувства удовлетворенности, психологического благополучия к душевному здоровью детей-мигрантов.

**Цель:** создание благоприятных условий для успешной адаптации детей-мигрантов к русскоязычной среде.

### **Задачи:**

- Создать благоприятные условия для успешной адаптации детей-мигрантов к русскоязычной среде;
- Проводить консультативно-просветительную работу среди педагогических работников, обучающихся, родителей (законных представителей) по вопросам организации работы с детьми-мигрантами;
- Формировать позитивное отношение к себе и окружающим;
- Обучать социально-приемлемым навыкам взаимодействия в различных ситуациях;
- Развивать умения понимать и дифференцировать свои эмоции и эмоции других людей.

**Длительность программы:** от 2 до 6 месяцев.

### **Этапы реализации программы:**

**Этап 1 – диагностический.**

Согласно принципу программы о единстве диагностики и коррекции, коррекционно-развивающей работе предшествует диагностическое исследование.

**Для диагностики рекомендуется следующий комплекс методик:**

1. Наблюдение;
2. Методика «Лесенка»;
3. Анкета для первоклассников по оценке уровня школьной мотивации (А.Г. Лускановой);
4. Методика изучения социально-психологической адаптации детей к школе. (Э.М. Александровская);
5. Анкета для родителей первоклассников;
6. Методика «Кактус» для исследования эмоциональной сферы младших школьников (М. А Панфилова);
7. Рисуночная методика «Несуществующее животное»;
8. Рисунок семьи;
9. Семейная социометрия;
10. Методики диагностики по Л.А. Ясюковой:
11. Методика «Тест Теммл-Дорки-Амен» (детский вариант).
12. Тест школьной тревожности Филипса;
13. Детская шкала проявлений тревожности, А.М. Прихожан;
14. Опросник «Самочувствие, активность настроение» (САН):
15. Методика «Мотивы учения» - для подростков;
16. «Понятийное интуитивное мышление»
17. Абстрактное мышление
18. Понятийное логическое мышление
19. Методика «Произвольное владение речью»:
20. Речевые антонимы
21. Речевые классификации
22. Речевые аналогии

## **Этап 2 – основной этап.**

На этом этапе проводится развивающая работа с детьми-иммигрантами, она может проходить как в индивидуальной, так и в групповой форме. Также в данный этап входит профилактическая работа (классные часы), а также практическая работа с родителями (консультации).

## **Этап 3 – заключительный.**

На заключительном этапе предполагается проведение контрольной диагностики.

Ожидаемые результаты реализации программ:

- 1 Повышение социальной компетенции (конструктивное общение и взаимодействие с окружающими);
- 2 Развитие сотрудничества и конструктивного взаимодействия детей-иммигрантов в классном коллективе;
- 3 Развитие позитивной самооценки;
- 4 Расширение и обогащение у учащихся вербальных и невербальных средств общения;
- 5 Снижение уровня негативных эмоциональных реакций (тревожности, агрессивности и т.п.).
- 7

## **Критерии оценки достижений планируемых результатов:**

Критериями оценки достижений планируемых результатов может считаться наличие положительной динамики в развитии эмоционально-волевой сфере по результатам итоговой диагностики, а также рефлексии и положительных отзывов об удовлетворенности результатами занятий детей и родителей.

Типовой план рабочей программы по психолого-педагогическому  
сопровождению и помощи в адаптации детей-мигрантов

Задача	Мероприятия	Сроки выполнения	Ответственный
<b>Подготовительный этап</b>			
Провести комплексную диагностику для разработки индивидуального плана психологической коррекции и психологического сопровождения	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проективный тест «Несуществующее животное».</li> <li>• Рисуночный тест «Рисунок семьи».</li> <li>• Методика определения самооценки, Т.В. Дембо – С.Я.Рубинштейн.</li> <li>• Восьмицветовой тест Люшера.</li> <li>• Опросник «Самочувствие, активность настроение» (САН).</li> <li>• Детская шкала проявлений тревожности, А.М. Прихожан.</li> <li>• Понятийное интуитивное мышление»</li> <li>• Абстрактное мышление</li> <li>• Понятийное логическое мышление</li> <li>• Методика «Произвольное владение речью»:</li> <li>• Речевые антонимы</li> <li>• Речевые классификации</li> <li>• Речевые аналогии</li> </ul>	До 14 дней	Психолог
<b>Практический этап</b>			
Создать благоприятную психологическую атмосферу, знакомство участниками группы	Занятие 1 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Игра «Поезд».</li> <li>• Упражнение «Знакомство».</li> <li>• Игра «Социальные истории».</li> <li>• Упражнение «Атомы и молекулы».</li> <li>• Игра «Кривляки».</li> <li>• Релаксация «Дыхательные упражнения».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>	Не более 30 дней	Психолог
Снять психоэмоциональное напряжение, снять мышечные зажимы. Сформировать атмосферу доверия в группе.	Занятие 2 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Пожалуйста».</li> <li>• Упражнение «Мы с тобой похожи... Мы с тобой отличаемся...».</li> <li>• Игра «Составь фразу».</li> </ul>		Психолог

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение «Сосчитать до 10».</li> <li>• Игра «Кривляки».</li> <li>• Игра «Угадай, что написано».</li> <li>• Релаксация «Полет к звездам».</li> <li>• Упражнение «Волшебная страна чувств».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		
Развить коммуникативные навыки, навыки эмпатии, доброжелательного отношения участников друг к другу	Занятие 3 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Салат».</li> <li>• Упражнение «Дистанция общения».</li> <li>• Игра «Живые картинки».</li> <li>• Упражнение «Позиции общения».</li> <li>• Игра-упражнение «Побег из тюрьмы».</li> <li>• Релаксация «Дыхательные упражнения».</li> <li>• Игра «Поддержка».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		Психолог
Развить невербальные способы коммуникаций, снять напряжение	Занятие 4 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Тень».</li> <li>• Игра «Передай по кругу».</li> <li>• Игра «Объясни жестами».</li> <li>• Упражнение «Прикосновение».</li> <li>• Игра «Поменяйтесь местами те, кто...».</li> <li>• Игра «Спящие королевы».</li> <li>• Релаксация «Минута тишины».</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Два цвета».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		Психолог
Развить навыки группового взаимодействия; снять эмоциональное напряжение	Занятие 5 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Здравствуй те, кто...».</li> <li>• Упражнение «Снежный ком».</li> <li>• Игра «Друг к дружке».</li> <li>• Игра «Кто я? Что я?».</li> <li>• Упражнение «Повернуться в одну сторону».</li> <li>• Упражнение «Вавилонская башня».</li> <li>• Релаксация «Тихое озеро».</li> <li>• Упражнение «Рисунок страха».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		Психолог
Сплотить группу, через телесный контакт, развить умение безоценочно относиться друг к другу, снять мышечное напряжение	Занятие 6 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Клубок».</li> <li>• Упражнение «Покажи эмоцию».</li> <li>• Игра «Интервью».</li> <li>• Игра «Счет без 3 и 8».</li> <li>• Упражнение «Путаница».</li> </ul>		Психолог

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игра «Рисунок с поводырем».</li> <li>• Релаксация «Водопад».</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Маски».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		
Развить и повысить коммуникативную компетентность, повысить самооценку участников	<p>Занятие 7</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Поймай палец».</li> <li>• Упражнение «Отношение к объекту».</li> <li>• Упражнение «Антивремя».</li> <li>• Упражнение «Подарок».</li> <li>• Игра «Ассоциации».</li> <li>• Упражнение «Тень».</li> <li>• Релаксация «Воздушный шарик».</li> <li>• Упражнение «Комплименты».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		Психолог
Снизить уровень тревожности, актуализировать эмоциональные и когнитивные компоненты переживаний, сновидений, поиск внутреннего ресурса	<p>Занятие 8</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Игра «Летел лебедь».</li> <li>• Игра «Вася-Вася».</li> <li>• Упражнение «А я еду, а я рядом».</li> <li>• Упражнение «Путаница».</li> <li>• Игра «Телеграф».</li> <li>• Релаксация «Лесная прогулка».</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Сказка о бабочке сновидений».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		Психолог
Выработать стратегии поведения для решения конфликтных ситуаций	<p>Занятие 9</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Счет без 4 и 9».</li> <li>• Упражнение «Нож и масло».</li> <li>• Упражнение «Очередь».</li> <li>• Упражнение «Продолжи фразу».</li> <li>• Игра «Жизнь».</li> <li>• Релаксация «Полет высоко в небе».</li> <li>• Упражнение «Моргалочки».</li> <li>• Упражнение «Спина к спине».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		Психолог
Развить позитивную и конструктивную «Я-концепцию», адекватную самооценку	<p>Занятие 10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Грузим баржу».</li> <li>• Упражнение «Подарок».</li> <li>• Упражнение «Образ Я».</li> <li>• Игра «Летел лебедь».</li> <li>• Игра «Объясни слово» («Alias»).</li> <li>• Релаксация «Порхание бабочки».</li> <li>• Упражнение «Моя вселенная».</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>		Психолог
Способствовать осознанию собственных желаний и возможных	<p>Занятие 11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Тактильное письмо».</li> <li>• Упражнение «Я на перекрестке»</li> </ul>		Психолог

направлений развития, формировать смыложизненную ориентацию	<p>дорог».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение «Мир, в котором я хочу жить».</li> <li>• Упражнение «Броуновское движение».</li> <li>• Релаксация «Цветок».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		
Развить эмоциональный интеллект, снизить уровень тревожности, снять психо-эмоциональное напряжение	<p>Занятие 12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Одним словом».</li> <li>• Игра «Барамелька».</li> <li>• Упражнение «4 персонажа».</li> <li>• Игра «Котосовы».</li> <li>• Упражнение «Мусорное ведро».</li> <li>• Релаксация «Храм тишины».</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Круги».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		Психолог
Выработать стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций, а также решения межличностных конфликтов.	<p>Занятие 13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Узнай порукопожатую».</li> <li>• Игра «Колечко».</li> <li>• Упражнение «Жизненная прямая».</li> <li>• Упражнение «Позитивные качества».</li> <li>• Упражнение «Узнай чувство».</li> <li>• Упражнение «Замороженный».</li> <li>• Рекомендации.</li> <li>• Релаксация «Необычная радуга».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		Психолог
Совершенствовать вербальные и невербальные средства общения, повысить эффективность взаимодействия детей в группе	<p>Занятие 14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка. Упражнение «Бип».</li> <li>• Упражнение «Сиамские близнецы».</li> <li>• Игра «Шуршунчики».</li> <li>• Упражнение «Маятник».</li> <li>• Игра «Активити».</li> <li>• Релаксация «Дыхательное упражнение».</li> <li>• Коллективный рисунок «Наш город».</li> <li>• Рефлексия.</li> </ul>		Психолог
<b>Аналитический этап</b>			
Провести оценку результатов реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проективный тест «Несуществующее животное».</li> <li>• Рисуночный тест «Рисунок семьи».</li> <li>• Методика определения самооценки,</li> </ul>	до 14 дней	Психолог

	<p>Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Восьмицветовой Люшера. тест</li> <li>• Опросник «Самочувствие, активность настроение» (САН).</li> <li>• Детская шкала проявлений тревожности, А.М. Прихожан.</li> <li>• Понятийное интуитивное мышление»</li> <li>• Абстрактное мышление</li> <li>• Понятийное логическое мышление</li> <li>• Методика «Произвольное владение речью»:</li> <li>• Речевые антонимы</li> <li>• Речевые классификации</li> <li>• Речевые аналогии</li> </ul>		
--	---	--	--

## Приложение 2

### Типовой план группового занятия с классом, в котором есть дети-эмигранты, демонстрирующие школьную дезадаптацию

**Цель:** развитие у подростков навыков общения, осознания и выражения своих чувств, понимания и принятия чувств окружающих людей, активизация механизмов самопознания и самовыражения.

**Задачи:** формирование позитивной атмосферы в классе, сплочение коллектива.

**Целевая группа:** учащиеся в возрасте 11 – 15 лет.

**Количество участников:** от 15 до 30 человек

**Продолжительность занятия:** 45 минут.

**Материалы и оборудование:** полотно лабиринта, мяч.

**Заметки для ведущего.** Могут возникнуть затруднения в отношении детей-эмигрантов, при условии наличия их дезадаптации в классе. В таком случае нужно незаметно для других детей осуществить их интеграцию в упражнение.

#### 1. «Упражнение знакомство»

**Цель:** знакомство со всеми участниками группы, формирование умения самопрезентации.

**Содержание:** Ведущий предлагает участникам занятия представиться и сказать какой-нибудь интересный факт о себе.

#### 2. «Упражнение открытый диалог»

\* Каким должен быть коллектив, чтобы его назвать дружным?

\* Что такое сплочённый коллектив? Он какой?

\* Что такое сплочённость?

\* В чём заключаются, по вашему мнению, плюсы быть вместе? Быть одним целым?



\* Что каждый чувствует, находясь в таком коллективе?

2. **Упражнение: выстроиться по...**(цвету одежды, возрасту, **цвету волос, длине волос**)

3. **Упражнение «Мой сосед слева»**

**Цель:** Развитие умения находить положительные качества в других людях.

**Содержание:** Ведущий предлагает участникам внимательно посмотреть на соседа слева и назвать то, что у того хорошо получается. Круг должен замкнуться. По окончании ведущий спрашивает, приятно ли было слышать от других положительные оценки своих умений.

4. **Упражнение “Открытые вопросы”**

**Цель:** научить детей задавать открытые вопросы, дать возможность узнать друг о друге что-то новое.

**Содержание:** детей делят на 2 круга, с помощью игрушки участники круга задают друг другу открытые вопросы и отвечают на них.

6. **Упражнение «Лабиринт»**

**Цель:** найти выход, путь из трудных ситуаций, научиться прислушиваться к мнению окружающих.

**Материалы:** бумажный скотч или полоски из бумаги для строительства поля. Размер одного квадрата на поле примерно 20 на 30 см (чтобы в квадрате человек мог стоять на двух ногах).

**Конец пути**

+					
+		+			
	+		+		
				+	
				+	
	+	+	+		
	+				
		+			

**Начало пути**

**Ход упражнения:** На полу ведущими раскладывается/чертится поле, состоящее из небольших квадратиков. Часть этих квадратиков «заминирована» (пустые квадратики). Невидимыми для участников крестиками отмечена не заминированная дорога, которую участники должны найти.

**Задача группы:** всем участникам перебраться на противоположную сторону поля.

**Условия:** участникам дается 5 мин. на обсуждение стратегии действий. После этого они не должны разговаривать; нельзя показывать на поле, пометать нужные квадратики на поле; 2 раза подряд один участник идти по полю не может; через один квадратик шагать нельзя. Если кто-

то наступает на «заминированный квадрат», ведущий подает звуковой сигнал (хлопает, топает, угугукает и пр.). Если всей группе удастся перейти на другую сторону за 10-15 мин., то можно делать вывод о том, что группа хорошо сплочена, может находить правильные стратегии выхода из сложных ситуаций.