



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 370  
Московского района Санкт-Петербурга

---

196128, Санкт-Петербург, ул. Благодатная, д.11 тел. 369-81-01

### **2.3. Отсутствие психологических перегрузок, обеспечение психологической безопасности обучающихся.**

В ОУ осуществляется контроль за психологическим состоянием обучающихся, целью которого является выявление и коррекция перегрузок, комфортности пребывания школьников в ОУ.

*Психодиагностика* в школе определяется задачами ОУ и запросом участников образовательного процесса, может проводиться в индивидуальной и групповой формах. Основной целью психологической диагностики является разработка практических рекомендаций по преодолению трудностей в личностном, когнитивном, социальном развитии ребенка.

Понимание педагогом ученика строится в первую очередь на знании его психологических особенностей. Зная эти особенности, педагог может наиболее эффективно помочь обучающемуся раскрыть свой личностный потенциал. Психологическая диагностика служит основой и для дальнейшего психолого-педагогического и социального сопровождения учащихся, дает возможность отследить динамику развития личности учащихся, их психических функций.

В ГБОУ школе № 370 педагог-психолог проводит следующие диагностики: особенности адаптации учащихся 5-х классов к основной школе; особенности адаптации учащихся 1-х классов к обучению в школе; комфортность пребывания в школе обучающихся 1-9 классов; индивидуальной обучаемости учащихся 1-х, 4-х классов; психодиагностика учащихся, стоящих на внутришкольном учете; структура мотивационной сферы учащихся 1-9 классов; скрининговая диагностика по запросу.

*Коррекционно-развивающая деятельность* школьного психолога ориентирована на создание социально-психологических условий для целостного психологического развития школьников, а психокоррекционная — на решение в процессе такого развития конкретных проблем обучения, поведения или психического самочувствия. Выбор

конкретной формы определяется результатами психодиагностики. Первая форма в большей степени ориентирована на «психологически благополучных» школьников, уровень развития и актуальное состояние которых позволяет им решать достаточно сложные психологические задачи. Вторая форма позволяет работать с психологическими проблемами, которые выявлены в обучении, поведении (общении) или внутреннем психологическом состоянии школьников. Она ориентирована на работу с группой «психологически неблагополучных» школьников.

Коррекционно-развивающая работа - основное направление работы школьного психолога с детьми и подростками. Диагностика служит основой для ее правильной организации.

Коррекционно-развивающая работа включает в себя следующие методы: развивающие игры, арт-терапия, сказкотерапия, психогимнастика, моделирование поведения, проведение занятий в сенсорной комнате.

**Для обеспечения отсутствия психологических перегрузок и психологической безопасности обучающихся в школе создаются следующие условия:**

- доброжелательные взаимоотношения между администрацией, педагогами и обучающимися;
- контроль за дисциплиной;
- организация дежурства по школе;
- утверждённые локальным актом и строго соблюдаемые правила поведения в школе;
- комфортная психологическая обстановка на уроках и занятиях;
- дозировка учебной нагрузки, использование различных видов деятельности;
- применение учителями здоровьесберегающих приёмов и технологий;
- формирование позитивного отношения к учёбе.

**Для профилактики психологических перегрузок обучающихся проводятся следующие мероприятия:**

- 1.комфортное начало и окончание урока, что обеспечивает положительный эмоциональный настрой учащихся;
- 2.проведение на уроке разнообразных психологических пауз, дыхательной гимнастики, самомассажа, упражнений, направленных на поддержание у учащегося высокого уровня работоспособности и повышения стрессоустойчивости;
- 3.объяснение нового материала с опорой на субъективный опыт учащегося. В результате использования этого метода дети учатся обращаться к своему личному опыту,

предъявлять свою собственную позицию, искать и находить свои оригинальные способы деятельности;

4.упорядочение системы домашних заданий, их дозировка, выбор, творческий характер;

5.организация зон отдыха в школе;

6.проведение с родителями бесед о том, как сохранить психологическое здоровье ребёнка.