

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет. Начальных классов

Выпускающая кафедра. Педагогики и психологии начального образования

ЛОГУНОВА ЮЛИЯ МИХАЙЛОВНА
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
АДАПТАЦИЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА К ШКОЛЕ

Направление подготовки 44.03.01. Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Начальное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

канд. псих. наук, доцент ВАК, доцент кафедры
педагогики и психологии начального
образования Н.А. Мосина



Научный руководитель канд. псих. наук,
доцент ВАК, доцент кафедры педагогики и
психологии начального образования

Е.В. Гордиенко



Дата защиты

22.06.2019г.

Обучающийся

Ю.М. Логунова



Оценка

отлично

Красноярск 2019

Содержание

Введение.....	3
Глава I Психолого-педагогические аспекты проблемы адаптации ребенка к школьному обучению	
1.1 Характеристика процесса адаптации.....	6
1.2. Психолого-педагогические особенности детей младшего школьного возраста.....	11
1.3. Педагогические и психологические аспекты школьной адаптации.....	22
Выводы по главе I.....	34
Глава II Экспериментальное исследование по изучению адаптации младших школьников к школе	
2.1. Организация и методика проведения констатирующего эксперимента....	37
2.2. Анализ полученных результатов.....	41
2.3. Анализ методических рекомендаций.....	48
Выводы по главе II.....	55
Список использованных источников и литературы.....	61
Приложения.....	67

Введение

Актуальность данной работы. Одним из стрессогенных событий жизни для ребенка является начало школьного обучения. Начало школьного обучения вызывает перестройку образа жизни и деятельности первоклассника. Теперь жизнь ребенка должна подчиняться школьным правилам. Школа ставит перед ребенком целый ряд задач, которые не связаны с жизненным опытом ребенка, а потому требуют от него мобилизации физических, интеллектуальных и личностных сил.

Первоклассник осваивает новую социальную роль, привыкает к новым педагогам и их требованиям, новому коллективу сверстников, новым ежедневным обязанностям, новым правилам и нормам поведения, новому отношению окружающих к его успехам и неудачам. Поэтому можно отметить, что для первоклассника начало школьного обучения безусловная адаптогенная ситуация, ведь его прежних ресурсов не хватает для того, чтобы полноценно существовать в новых условиях.

Для успешного существования в новых условиях первокласснику необходимо развивать в себе новые ресурсы – адаптироваться. В то время пока дети в условиях стресса пытаются научиться действовать в новых для себя условиях школьного обучения, взрослые зачастую ожидают от них готовности выполнять любые требования и в случае непослушания демонстрируют своё недовольство или раздражение. Подобное поведение взрослых вызывает у детей высокое психическое напряжение, страх не оправдать возложенных ожиданий, страх быть нелюбимыми и отвергнутыми. Возникающие у ребенка в первые дни школьного обучения чувства, такие как страх, тревога, обида, тоска, могут надолго определить негативное отношение к школе, если ребенок не получит в этот сложный период адаптации поддержку от взрослых. При этом зачастую педагоги сами недостаточно компетентны в вопросе адаптации детей к школьному обучению, поэтому не могут оказать помощи детям.

Хочется отметить еще одну немаловажную проблему адаптации младшего школьника в условиях нынешнего времени – это информационная и интеллектуальная перенасыщенность у ребенка в дошкольный период. Родители, не всегда учитывая физиологические, психологические и возрастные особенности ребенка, стараются либо самостоятельно, либо с помощью ранних развивающих центров подготовить его к школе, чем, в большинстве случаев, усложняют дальнейшую адаптацию к учебному процессу.

Проблема адаптации является по-прежнему актуальной в педагогической психологии, нуждается в дальнейших научных исследованиях, и может занять одно из центральных мест педагогической психологии в области социализации и развития личности обучающегося в разные периоды его обучения.

Основные аспекты адаптации к обучению в отечественной науке раскрывали М. М. Безруких, Л.И. Божович, Ю.В. Василькова, Т.А. Василькова, М.А. Галагузова, М.И. Лисина, Н.Ф. Маслова, А.В. Мудрик, Ю.П. Поваренков и др., в зарубежной – А. Адлер, У. Джеймс, Г. Селье, Л. Филипс и т.д.

Цель исследования: выявить уровень адаптации первоклассников к школьной жизни.

Объект исследования: младшие школьники первого года обучения.

Предмет исследования: психолого-педагогические особенности адаптации первоклассников к школьной жизни.

Гипотеза: мы полагаем, что адаптация к школьной жизни подразумевает физиологический, эмоциональный и социальный аспекты.

Мы предполагаем, что адаптация первоклассников к школьной жизни характеризуется следующими особенностями:

- 1) на начало адаптации ухудшается сон и аппетит у большинства детей;
- 2) в первый месяц школьной жизни у большинства детей хорошее настроение, положительное отношение к школе и учебной деятельности;
- 3) большинство детей быстро находят друзей, на контакт идут легко, принимают школьные нормы.

Для реализации поставленной цели необходимо решить следующий комплекс задач:

1. Охарактеризовать процесс адаптации ребенка к школьной жизни.
2. Представить психолого-педагогические особенности детей младшего школьного возраста.
3. Обозначить критерии адаптации первоклассников к школе и подобрать комплекс диагностических методик.
4. Выявить особенности адаптации детей к школьному обучению.
5. Предложить рекомендации по улучшению процесса адаптации в первом классе.

База исследования: исследования проводились на базе МБОУ СШ № 129 города Красноярск. Общее количество испытуемых составило 32 человека (14 мальчиков и 18 девочек), учащиеся 1А и 1Б классов. Возраст испытуемых 6-8 лет. Исследования проводились с 3 сентября в течение двух недель.

Методы исследования: анализ научной литературы по проблеме исследования; метод опроса; наблюдения, проективные методы.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа представлена введением, двумя главами, выводами по главам, заключением, списком использованной литературы, приложением.

ГЛАВА I. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ

1.1 Характеристика процесса адаптации ребенка к школьной жизни

Адаптация это одна из немаловажных физиологических и психолого-педагогических проблем, в процессе которой человек сталкивается с количественными и качественными изменениями окружающей среды. Актуальность и многообразие этих проблем находит отражение в психологической, педагогической и научно-методической литературе.

Существует множество определений адаптации, как имеющих общий, очень широкий смысл, так и сводящих сущность адаптационного процесса к явлениям одного из множества уровней — от биохимического до социального.

По толковому словарю С.И. Ожегова [46] адаптация — это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям.

Толковый словарь Н.В. Кузнецова дает такое определение: адаптация [от лат. *adaptare* - приспособлять] – процесс привыкания, приспособления органов чувств и организма в целом к новым, изменившимся условиям существования.

В «Большом психологическом словаре» [11] это понятие трактуется так: адаптация (от лат. *adaptare* - приспособлять) — в широком смысле — приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям. Адаптация человека имеет два аспекта: биологический и психологический.

- биологический аспект адаптации — общий для человека и животных — включает приспособление организма к устойчивым и изменяющимся условиям внешней среды;

- психологический аспект адаптации — приспособление человека как личности к существованию в обществе в соответствии с требованиями этого общества с собственными потребностями, мотивами и интересами. Процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды называется социальной адаптацией. Последняя осуществляется путем усвоения

представлений о нормах и ценностях данного. Основные проявления социальной адаптации — взаимодействие человека с окружающими людьми и его активная деятельность.

Основные аспекты адаптации к обучению в отечественной науке раскрывали Ф.Б. Березин, Л.И. Божович, А.А. Бодалев, Л.С. Выготский М.А. Галагузова, Ю.В. Василькова, Т.А. Василькова, М.И. Лисина, Н.Ф. Маслова, А.В. Мудрик, Ю.П. Поваренков и др., в зарубежной – А. Адлер, У. Джеймс, Г. Селье, Л. Филипс и т.д. Анализ теоретических исследований по проблеме адаптации показал различия в подходах к изучению адаптации.

В общей психологии А.В. Петровский [44], Р.С. Немов [36] практически одинаково определяют адаптацию как «ограниченный, специфический процесс приспособления чувствительности анализаторов к действию раздражителя» .

А.В. Мудрик [34] выделяет следующие факторы адаптации личности к обществу: макрофакторы, мезофакторы, микрофакторы (рис. 1).

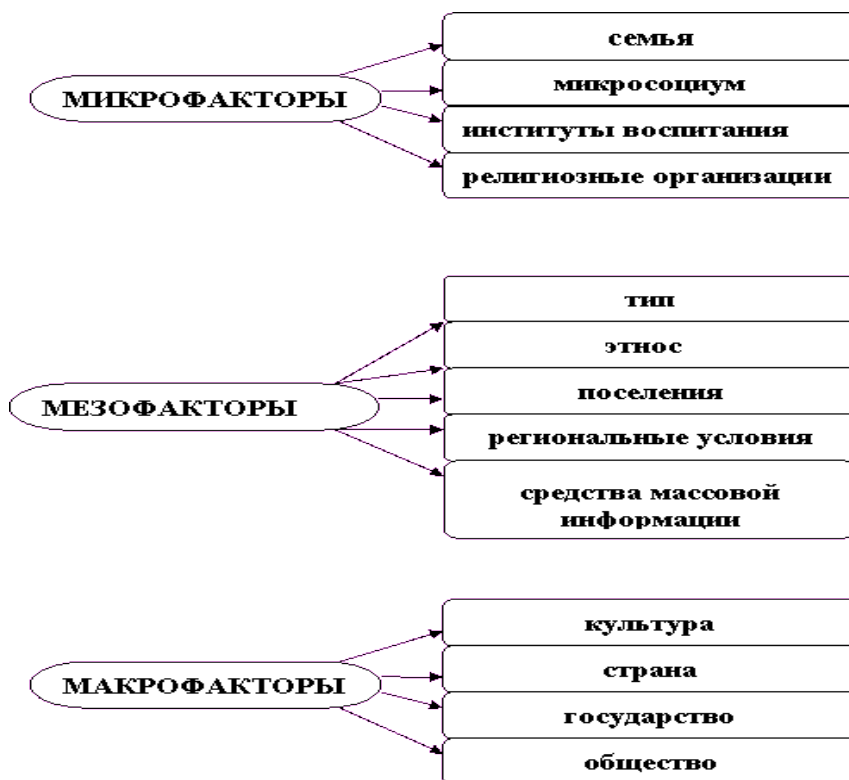


Рис. 1 - Факторы адаптации личности к обществу (по А.В.Мудрику)

Макрофакторы – это совокупность экономических, социально-политических условий государственного и общественного функционирования, которые влияют на модель личностной адаптации.

Мезофакторы – это общность культуры, менталитета, этнических стереотипов, национального характера, языка, имплицитных личностных и воспитательных концепций, межэтнических взаимодействий, религиозных, демографических и этнических различий, социально-психологических, культурно-профессиональных региональных особенностей.

Микрофакторы – объединение семьи, дружеских сообществ, возрастной субкультуры, микросоциума (социокультурной среды по месту жительства: двора, улицы, подъезда, и т.д.), производственных коллективов, государственных образовательных институтов (учреждений), общественных организаций, движений, групп и т.д.

В.А. Сластенин, В.П. Каширин [47] выделяют такое определение, как «психологическая адаптация», которая представляет процесс приближения психической деятельности к социальным и социально – психическим требованиям среды, условиям и содержанию деятельности человека, это процесс гармонизации внутренних и внешних условий жизни и деятельности личности и окружающей среды.

А.А. Реан [43] в своих трудах пишет, что «личностные характеристики во многом определяют успешность и неуспешность адаптации, и в то же время сама эта адаптация является мощным стимулом для развития личности».

По мнению Ю.В. Васильковой и Т.А. Васильковой [14], адаптация – это усвоение действующих в обществе норм, овладение средствами и формами деятельности.

С позиции М.А. Галагузовой [50], адаптация ребенка есть процесс активного приспособления его к условиям социальной среды.

Н.Ф. Маслова [40] отмечает, что адаптация – это успешное освоение воспитанниками социальных ролей в системе общественных отношений.

Зарубежная наука трактует понятие адаптации по-разному, отталкиваясь от выбранной методологии и теоретических исследовательских ориентаций. Нередко в исследованиях даже отсутствует сам термин «адаптация», однако, из контекста становится ясно, что речь идет именно об этом процессе.

Бихевиористическая парадигма, исследуя адаптационный процесс, отдает должное взаимодействию человека с окружающей средой в контексте научения, позволяющего обеспечить нарушенное равновесие между индивидуумом и окружающим миром.

Ученые (А.Н. Перре, П. Лайт) поддерживающие когнитивный подход, базирующийся на теории Ж. Пиаже, утверждают, что процесс адаптации протекает во время постижения общественных норм и понятий; на базе данного процесса дети и подростки подчиняют свое поведение требованиям социума. Ребенок впитывает ценности и нормы нравственности через интериоризацию правил общественной жизни, то есть принимает их как собственные ценности [5, с. 21-26].

Гуманистическое научное направление предполагает, что обеспечению адаптации личности в динамичных условиях окружающего мира способствует высокий творческий потенциал личности.

По мнению А. Маслоу, существует целый ряд базовых потребностей личности, обеспечивающих ее развитие:

- удовлетворение потребности в безопасности;
- обеспечение возникающих физиологических потребностей;
- удовлетворение потребности в уважении, как самой личностью, так и окружающим социальным большинством;
- удовлетворение потребности в любви и принадлежности;
- удовлетворение самоактуализационной потребности [51].

По сути, А. Маслоу также говорит о личностной адаптации, так как воплощение на практике данных потребностей приведет к гармонизации отношений общества и личности, а, следовательно, и к адаптации личности к данному обществу.

Большой вклад в изучение такого понятия как адаптация внес Ж. Пиаже [41]. Согласно его концепции, адаптация рассматривается как единство противоположно направленных процессов: аккомодации и ассимиляции. Первый из них обеспечивает модификацию функционирования организма или действий субъекта в соответствии со свойствами среды. Второй же процесс изменяет те или иные компоненты этой среды, перерабатывая их согласно структуре организма или включая в схемы поведения субъекта.

Изучение специфики толкования вопроса адаптации в различных школах и направлениях науки дает возможность прийти к выводу о том, что в них сформировались определенные традиции изучения данного феномена. Этот вопрос исследуется с разнообразных теоретических и методологических точек зрения и поэтому происходит акцентуация различных моментов.

В отечественных научных школах сформировалась традиция изучения процесса адаптации в его связи с личностной активностью во время взаимодействия личности с окружающей ее средой. Данное взаимодействие, которое связано со спецификой среды, а так же с возможностями и особенностями личности параллельно, определяет или ее адаптацию, или ее дезадаптацию.

В том случае, если адаптационный процесс развивается результативно, то возникает такое личностное свойство как адаптированность, выступающее сложным психическим образованием, возникающим в процессе приспособления к новым условиям среды.

И, как отмечает С.Ю Тарасова [56], в ситуации неэффективной адаптации, когда индивид не может справиться с трудностями и требованиями новой для него окружающей среды, формируется обратный процесс – дезадаптация, который завершается дезадаптированностью – сложным образованием психики, которое проявляется в дисгармоничном формировании содержания различных подструктурах и компонентах личности:

- негативные психические состояния;
- неадекватность самооценки;

- гипер- или гипомотивация и др. [53, с. 26-47].

Следовательно, как отмечает А.Н. Воронцов [16], обращаясь к процессу адаптации, ученые особое внимание нужно уделить изменению содержания компонентов динамических подструктур личности:

- в «Я-концепции»;
- в психических состояниях личности;
- в ценностных ориентациях [16, с. 32-35].

Проанализировав научную литературу по проблеме адаптации, мы рассмотрели подходы к определению понятия «адаптация» разных школ и направлений, как отечественных, так и зарубежных, выделили два аспекта адаптации: физиологический и психологический, и пришли к выводу о том, что адаптационный процесс для личности заключается в постоянных структурных изменениях, призванных восстановить или заново обеспечить равновесие с окружающей средой и социумом, нарушенное в результате изменения среды, и результативность этого процесса обеспечивается разумным сочетанием стабильности и изменчивости, чередование которых позволяет человеку наиболее эффективно взаимодействовать с окружающей средой.

1.2. Психолого-педагогические особенности детей младшего школьного возраста

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования показал, что вопросы возрастной периодизации психического развития личности вызывают много споров. Так, сегодня существуют несколько точек зрения по вопросам основания для классификации и по границам возрастного периода.

В таблице 1 нами приведены подходы к периодизации возраста, который в отечественной науке принято назвать младшим школьным возрастом [7].

Таблица 1

Подходы к периодизации возраста

Автор периодизации	Границы возрастного периода	Название периода
Л.И. Божович	7-11(12) лет	младшее школьное детство
Л.С. Выготский	7-13 лет	школьный возраст
Д.Б. Эльконин	7-11(12) лет	младший школьный возраст
Дж. Биррен	5-12 лет	третья фаза детства
Д. Бромлей	5-11(13) лет	раннее школьное детство
В. Квинн	6-12 лет	детство
Г. Крайг	6-11 лет	среднее детство
Ж. Пиаже	7-11	период развития конкретных мыслительных операций
З. Фрейд	6-12 лет	латентная стадия
Э. Эриксон	7-12лет	латентная стадия

В данном исследовании мы используем подход к возрастной периодизации Д.Б. Эльконина [56], в которой к младшему школьному возрасту относится отрезок, начиная с 6-7 лет, заканчивая 10-11 годами. Этот период ознаменован поступлением ребенка в школу. Это событие влечет за собой открытие новой позиции школьника, учебной деятельности, вследствие чего он сталкивается с нормативным психологическим «кризисом 7 лет». Этот кризис можно охарактеризовать тремя основными взаимосвязанными изменениями:

- Потеря ребенком непосредственности, наивности. Ребенок начинает манерничать, паясничать, поведение становится искусственным, демонстративным, натянутым. Ребенок начинает осознавать свои поступки с точки зрения их результатов и последствий.
- Появления нового качества – рефлексия своих действий. Происходит важное изменение – возникает обобщение чувств: если с ребенком много раз случается какая-то ситуация, у него возникает обобщенное переживание, основанное на многократном повторении ситуации. Это дает толчок к развитию осознанной самооценки, самолюбия ребенка.
- Дифференциация внутренней и внешней сторон личности. У первоклассника появляется внутренняя жизнь, в которую он часто не готов впускать взрослых.

В процессе протекания кризиса 7 лет формируется новая личность, которая обладает своей внутренней жизнью и рефлексией. Кризис часто протекает не просто, дети могут стать замкнутыми, неуправляемыми, трудновоспитуемыми и взрослым важно в этот период поддержать их, не давить и в то же время не допускать вседозволенности. Необходимо, чтобы ребенок знал, что его любят и поддерживают.

Ведущей деятельностью младшего школьного возраста выступает учебная деятельность. Именно поэтому успешность школьного обучения ребенка младшего школьного возраста обуславливает его личностную успешность: самооценку, уровень притязаний, ценностно-смысловую сферу.

С.И. Сырицына [55, с. 74-80] пишет о том, что в младшем школьном возрасте при начале школьного образования традиционная деятельность ребенка испытывает изменения. Игра, как основная деятельность ребенка в дошкольном возрасте, уступает место новой деятельности – учебе, которая приобретает свою популярность у детей за счет развития соответствующего мотива – мотива учения. При этом своеобразие мотивационной сферы ребенка и преобладающих у него учебных мотивов и определяет, какую именно роль займет учение в структуре детских ценностей.

Несмотря на то, что в младшем школьном возрасте ведущая деятельность переходит с игровой на учебную, для ребенка на протяжении всего младшего школьного возраста продолжает быть актуальным обращение к игровым приемам восприятия мира.

И.Ю. Кулагина [29] отмечает, что весь спектр деятельности младшего школьника объединяет их моделирующий характер. Играя, дети получают возможность имитировать взаимоотношения взрослых людей в сфере личной жизни и профессиональных действий. Создаваемые ребенком игровые модели основаны на тех связях, что были выявлены им в ходе наблюдения и восприятия получаемой информации. Причем для имитации усвоенных моделей детям младшего школьного возраста уже не нужны конкретные предметы или игрушки, а достаточно применения заместителей. Например, для

игры в куклы можно использовать их плоскостное изображение, для создания ситуации диалога вполне хватает участия окружающих предметов.

Основные достижения этого возраста обусловлены ведущим характером учебной деятельности и являются во многом определяющим для последующих лет обучения: и к концу младшего школьного возраста ребенок должен хотеть учиться, уметь учиться и верить в свои силы.

Большое значение в формировании гармоничных изменений в поведении первоклассника имеет уровень психической подготовки в дошкольном возрасте. К этому возрасту у ребенка должны сформироваться такие новообразования психических процессов, которые позволят без особых сложностей принять свой новый социальный статус, незнакомую социальную роль.

Для того, чтобы наиболее мягко и эффективно приспосабливаться к изменениям в социальной среде, нужно уметь анализировать текущие социальные ситуации, осознавать свои возможности в сложившейся социальной обстановке, уметь удерживать свое поведение в соответствии с главными целями деятельности. Но для ребенка, находящегося в стадии перехода из старшего дошкольного в младший школьный возраст эти умения представляют собой большие сложности: он оказывается на своеобразном рубеже между произвольностью и непроизвольностью. На место эмоционального и непосредственного выражения желаний ребенка («я хочу») приходит сознательность («мне надо»). Подобная трансформация обусловлена развитием всей психической сферы ребенка. И.Ю. Кулагина [29] считает, что недостаток удовлетворения эмоционально-личностных потребностей ребенка может привести к снижению его адаптационных возможностей, и, как следствие – дезадаптированности.

Самое существенное содержание развития в критические возрасты, по мнению Л.С. Выготского – это, прежде всего, возникновение нового, то есть стадии развития характеризуются возрастными новообразованиями, то есть качествами или свойствами, которых не было раньше в готовом виде, и

которые, в высшей степени своеобразны и специфичны. Их главное отличие от новообразований стабильных возрастов в том, что они носят переходный характер. Это новое появляется закономерно, подготовленное всем ходом предшествующего развития. Источник развития – социальная среда – социальная ситуация развития – специфическое для каждого возраста отношение между ребенком и социальной средой [18].

Одним из наиболее важных новообразований личности дошкольника является соподчинение мотивов, которое придает определенную направленность поведения ребенка. Ребенок в процессе игры, обыгрывая известные ему образцы поведения взрослых, вырабатывает все более полное и адекватное отношение к окружающим его людям и самому себе. Преодоление непосредственных желаний определяется не только ожиданием награды или наказания со стороны взрослого, но и высказанным обещанием самого ребенка (принцип "данного слова"). Постепенно мотивы поведения складываются в относительно иерархизованную систему. Именно она, эта система мотивов, и составляет основу произвольности психических процессов: памяти, внимания, мышления и, в конечном счете, произвольного поведения.

Новые познавательные процессы, такие как воображение, образное мышление и произвольная память, у ребенка формировались и развивались в процессе игры и легли в основу произвольности психических процессов. Возникают первичные этические понятия добра и зла, хорошего и плохого. Эти этические инстанции растут рядом с эстетическими. "Красивое не может быть плохим".

Формируется произвольное поведение. Произвольное поведение — это поведение, опосредованное определенным представлением. Д.Б. Эльконин [60] отмечал, что в дошкольном возрасте ориентирующее поведение главный образ сначала существует в конкретной наглядной форме, но затем он становится все более и более обобщенным, выступающим в форме правила, или нормы. Наличие произвольной познавательной деятельности и системы

соподчиненных мотивов являются основой для произвольного поведения дошкольника.

У ребенка формируется самооценка, т.е. возникновение сознания своего ограниченного места в системе отношений со взрослыми. Он осознает возможности своих действий и их ограничения, к нему приходит понимание своего места в той системе отношений, в которой он находится. Если спросить ребенка трех лет: "Ты какой?" Он ответит: "Я большой". Если спросить ребенка семи лет: "Ты какой?", он ответит: "Я маленький".

В младшем школьном возрасте основными психологическими новообразованиями являются произвольность психических процессов, т.е., учащиеся научаются управлять своим поведением (в той или иной степени), преодолевать трудности, двигаться к поставленной цели, искать лучшие пути ее достижения.

Другое важное новообразование в этом возрасте это рефлексия — умение человека осознавать то, что он делает, и аргументировать, обосновывать свою деятельность. Учитель требует от ребенка не только решения задачи, но и обоснования его правильности. Это постепенно формирует способность у ребенка осознавать, отдавать себе отчет в том, что он делает, что сделал. Больше того — оценить, а правильно ли он сделал и почему он считает, что правильно. Таким образом, ученик постепенно научается смотреть на себя как бы глазами другого человека — со стороны — и оценивать свою деятельность.

Хочется еще отметить важность такого понятия, введенного в психологию Л.С. Выготским [18], как сензитивность. Придерживаясь его периодизации, младший школьный возраст (6-7 лет) как раз и является периодом, в котором сочетаются оптимальные условия для развития таких психологических процессов как мышление, речь как устная, так и письменная. Так же этот в этот период ребенок восприимчив к получению знаний и социальных навыков поведения, т.е. это время максимальных возможностей для наиболее действенного формирования какого-либо свойства психики. Но в

это же время следует обратить внимание на особенности эмоциональной трансформации, характеризующуюся повышенной чувствительностью и ранимостью из-за высокой пластичности нервной системы ребенка. Это может проявляться в бурной реакции на отдельные, задевающие их события и ситуации.

Решающую роль для формирования мотивационной готовности к обучению имеет развитие познавательной потребности ребенка, а именно интерес к собственно познавательным задачам, к овладению новыми знаниями и умениями. И здесь нужно учитывать произвольность поведения и деятельности, т. е. способность ребенка подчинять свои импульсивные желания сознательно поставленным целям. В этой связи возникают и формируются новые моральные мотивы – чувство долга и ответственность.

Можно выделить некоторые мотивы, характерные для перехода от дошкольного к начальному образованию:

- Учебно-познавательные мотивы.
- Социальные мотивы (потребность в социально значимой деятельности, мотив долга).
- Позиционный мотив, связанный со стремлением занять новое положение в отношении с окружающими.
- Внешние мотивы.
- Игровой мотив.
- Мотив получения высокой оценки.

При неадекватности мотивов учения можно прогнозировать низкую или относительно низкую успеваемость в процессе обучения. Создается замкнутый круг – мотивационная незрелость препятствует формированию учебной деятельности и провоцирует низкую успешность обучения, а несформированность учебной деятельности и систематический неуспех ребенка приводит к дальнейшему снижению мотивации.

В.В. Давыдовым [20, с. 91-94] отмечается, что часть учебных мотивов порождается непосредственно учебной деятельностью, а часть – не связана с учебой прямо. Одним из примеров несвязанных с учебной деятельностью учебных мотивов является группа узколичных или широких социальных мотивов. Примером узколичного социального мотива учения выступает мотивация «учиться, чтобы не уступать старшему брату ни в чем». Примером широкого социального мотива учения является мотивация «учиться, потому что все мои сверстники учатся». В начале младшего школьного возраста, как правило, непосредственные учебные мотивы развиты еще недостаточно, широкие и узколичные социальные мотивы учения их опережают. Однако в ходе своего развития младший школьник часто осознает ценность учебы самой по себе, вне социальных целей и задач.

Рассматривая психолого-педагогические особенности детей младшего школьного возраста, обратимся к своеобразию развития их познавательной сферы.

По мнению И.Ю. Кулагиной [29], произвольность поведения младшего школьника (особенно первоклассника) еще не сформирована в полной мере. Поэтому познавательные процессы нередко не управляемы, а ситуационны, поверхностны. Так, внимание младшего школьника еще не строго управляемо. Например, находясь под воздействием сильных эмоций или испытывая влияние мощного стимула, ребенок может терять контроль и отвлекаться. Нередко даже прилагая усилия для управления процессом внимания, всеми возможными для себя путями сосредотачиваясь на объекте, младший школьник может видеть отдельные несущественные детали, теряя суть наблюдаемого предмета. Взаимосвязь, существующая между вниманием и мышлением, препятствует сосредоточению внимания на непонятных для младшего школьника предметах и явлениях.

Однако сам по себе учебный процесс и обеспечивает формирующее влияние на произвольность поведения младшего школьника, поэтому в процессе обучения произвольность психических функций растет, что

поддерживается развитием учебных интересов. Так же на формирование произвольного поведения влияет и развитие мотивации к учебе, так как эмоционально-волевые возможности в этом возрасте еще окончательно не сформированы и сосредоточенно работать ребенок может при наличии перспективы близкой мотивации (похвала учителя, высокая оценка).

И.Ю. Кулагина [29] считает, что недостаток удовлетворения эмоционально-личностных потребностей ребенка может привести к снижению его адаптационных возможностей, и, как следствие – дезадаптированности.

По данным А.Л. Венгер [13], уровень развития мышления находится во взаимосвязи с уровнем развития мыслительных процессов, а те в свою очередь также проходят определенный путь перед становлением. Например, развитие анализа происходит по следующему пути «практически действенный – чувственный – умственный»; развитие синтеза по пути «простой – суммирующий – более широкий и сложный»; сравнение проходит такие этапы «несистематическое, ориентированное на внешние признаки – плановое, систематическое». Самым легким для школьников оказывается овладение таким мыслительным процессом как анализ.

Речь младшего школьника также переживает период развития. Как отмечает Л.С. Выготский [18], в природе общение изначально связано с обобщением (мышлением): возникая как средство общения, слово становится средством обобщения и становления индивидуального сознания. Дошкольником речь использовалась, главным образом, для взаимодействия со сверстниками и взрослыми, озвучивания своих потребностей и желаний, сообщения своего отношения к происходящему. Речевая деятельность младшего школьника приобретает новую цель – научиться всем правилам родного языка, развить у себя грамотную речь, обеспечивающую усвоение знаний и выполнение учебных заданий.

Сложно переоценить ту роль, что играет в жизни младшего школьника усвоение грамоты и обучение письму. Этот процесс обеспечивает ребенка

доступом к целому полю новой информации, позволяет ему самому передавать информацию другим людям, коммуницировать в этом процессе.

Следует также отметить, что не только в учебной деятельности при обучении грамоте и письму, но и в коммуникативной развитие речи имеет немаловажное значение. Умение слушать и понимать чужую речь, грамотно оформлять свою мысль, владение элементами культуры общения – необходимые компоненты общения для начала обучения ребенка и для более успешной адаптации его к школе.

Анализируя особенности психического развития детей младшего школьного возраста, необходимо также обратиться к специфике их эмоционально-личностной сферы.

Школьный возраст также предполагает большие резервные возможности для развития эмоционально-личностной сферы ребенка. Младшего школьника характеризуют такие свойственные ему качества личности как доверчивость, исполнительность, склонность к подражанию, малоконфликтность, высокая нормативность поведения, послушание, старательность.

Основной эмоциональной потребностью возраста выступает потребность в общении, взаимопонимании, поддержке. Для младших школьников свойственными мотивами поведения являются обращение за поддержкой, сообщения о своем эмоциональном состоянии, рассчитанные на сопереживание, сообщения о чувствах симпатии, расположения и антипатии и пр.

Младшему школьнику, по словам П.П. Блонского [9], свойственно любопытство к новым видам деятельности, ярким предметам, неизвестным ощущениям. Потребность узнавать новое сначала носит неустойчивый, несистематический характер, но постепенно становится основой для развития познавательного интереса. Потребность в познании играет важную роль в системе потребностей, трансформируясь из поверхностного интереса в глубокие увлечения. При этом для первоклассника свойственно стремиться к педагогу за удовлетворением своей познавательной потребности, но уже к

концу младшего школьного возраста у ребенка развивается способность к самостоятельному удовлетворению этого желания.

Итак, резюмируя содержание параграфа, нужно обратить внимание, что на адаптационный процесс к школьной жизни большую роль играет уровень психологической подготовки в дошкольном возрасте. К этому возрасту у ребенка должны сформироваться такие новообразования психических процессов, которые позволят без особых сложностей принять свой новый социальный статус, незнакомую социальную роль, нормы и правила новой для него школьной жизни.

Одним из наиболее важных новообразований личности дошкольника является соподчинение мотивов, которое придает определенную направленность поведения ребенка.

Младший школьный возраст характеризуется преобладанием учения в структуре различных видов деятельности и это для ребенка становится достаточно значимым и постепенно встраивается в структуру детских ценностей.

Характерный для этого возраста кризис 7 лет формирует новую личность, которая активно осваивает новые для себя социальные роли, новые нормы и правила, новые условия существования. Эмоционально-волевая сфера еще неустойчива, эмоции младшего школьника характеризуются высокой впечатлительностью, возбудимостью, гибкостью, но он уже научается управлять ими, постепенно формируется рефлексия.

Психологические процессы отличаются развитием произвольности в познавательной сфере, установлением разнообразных социальных качеств и развитием морально-ценностных ориентиров у ребенка.

Сформированность и уровень развития указанных психологических новообразований обуславливает уровень готовности ребенка к школе и первые его шаги по адаптации к ней.

1.3. Педагогические и психологические аспекты школьной адаптации

Начало обучения в начальной школе для ребенка является новым, увлекательным и одновременно трудным этапом в жизни. Специфика ведущей деятельности детей проходит через трансформацию от игровой к учебной, происходит рост социальных требований к уровню его самоорганизации и самостоятельности, к его усидчивости и дисциплинированности, навыкам и умениям в области коммуникации. Об этих и других трудностях адаптации учащихся начальной школы в своих работах говорили такие ученые как Ш.А. Амонашвили, М.Р. Битянова, А.Л. Венгер, И.В. Дубровина, Р.В. Овчарова, а также другие деятели науки.

Существует много определений школьной адаптации.

А.В. Мудрик [34], характеризуя школу как воспитательную организацию и фактор социализации ученика, утверждает, что школе в процессе социализации отведено три роли:

- учреждения образования и воспитания, которое практически реализует функцию воспитания посредством обучения учащихся;
- организации, которая в ходе выстроенной педагогическим коллективом жизнедеятельности школьников за границами процесса учения, оказывает воздействие на учащихся;
- социальной и психологической группы, воздействие которой на ученика происходит в ходе ничем не ограниченного общения, не выстраиваемой педагогическим коллективом жизнедеятельности.

Овладению учащимися каждым из данных компонентов жизнедеятельности школы могут сопутствовать определенные трудности в адаптации к образовательному и воспитательному пространству учебного заведения.

Н.В. Белякова [8] под школьной адаптацией понимает процесс вхождения ребенка в новую для него социальную ситуацию развития. В.Р.Циплев [57] школьную адаптацию трактует как процесс привыкания ребенка к школьным

требованиям и порядкам, к новому для него окружению, к новым условиям жизни. По его мнению, ребенок в школе должен адаптироваться в первую очередь к особенностям усвоения знаний в условиях урока, а не только к новой своей социальной роли.

В педагогической психологии отечественные ученые, рассматривая проблемы адаптации, чаще всего выделяют три основных направления: психологическая адаптация, социальная и учебно-познавательная.

1. Социальная — адаптация к новым социальным отношениям и связям. Формирование нового социального статуса, личностно-смысловых отношений, новых условий и форм коммуникации; отношение к ребенку в классе, общение со сверстниками и взрослыми, отношение к школе и к самому себе как к учащемуся, все это является стрессовой ситуацией. Снижение адаптации обусловлено также характером семейного воспитания. Семья является важнейшим институтом социализации личности. Именно в семье человек получает первый опыт социального взаимодействия. Изучению влияния стиля родительского поведения на социальное развитие детей посвящено множество исследований.

Если ребенок приходит в школу из семьи, где его воспитанием занимались мало или не занимались совсем, родители имеют низкий образовательный уровень, то в новую социальную общность – школу – такой ребенок входит с трудом. Там он сразу попадает в «группу риска».

Л.С. Выготский [18] выделял две единицы анализа социальной ситуации развития – деятельность (внешний план) и переживания (внутренний план): переживание семейного конфликта у одного ребенка не проявляется, у другого – невроз.

По мнению Е.А. Бузаровой [12, с. 338-353], новая социальная ситуация ужесточает условия жизни ребенка и выступает как стрессогенная.

Если придерживаться концепции Ж.Пиаже [41] (о процессах аккомодации и ассимиляции) и трактовать адаптацию первоклассника к началу обучения в качестве составного компонента более обширного процесса – процесса

социализации, то можно отметить, что сутью адаптации выступает двухмерный процесс: с одной стороны, ребенок приспосабливается к новым окружающим условиям, к новым нормам поведения и правилам, а с другой стороны, он приспосабливает эти условия к себе, приобретая новый социальный статус и новые социальные связи, обеспечивая себе, тем самым, более высокую значимость и социальный уровень в общении со взрослыми.

2. Психологическая адаптация обеспечивает нормальную работу всех психических структур при воздействии внешних психологических факторов (принятие взвешенных решений, прогнозирование развития событий и др.).

Г.А. Маклаковым [33] положены такие характеристики психологической адаптации как нервно-психическая устойчивость, самооценка личности, социальная поддержка, уровень конфликтности, наличие опыта общения, степень ориентации на общественные нормы поведения и требования коллектива.

3. Учебная или познавательная адаптация. Основной задачей такого возрастного периода как младшее школьное детство можно считать стремление усовершенствовать и закрепить способность к адаптации ребенка к новым условиям – обучению в школе и роли ученика. В младшем школьном возрасте происходит осознание мыслительных процессов, и дети начинают предпринимать попытки по управлению им.

Э.М. Александровская и Т.В. Дорожевец [23] предлагают определять уровень адаптации по успешности обучения (усвоение образовательной программы), степени принятия социальных норм поведения в школе, успешность социальных контактов и эмоциональное благополучие.

По мнению О.В. Баданиной [3], к моменту поступления в начальную школу ребенок должен достичь физиологической и социальной зрелости, ему необходимо достичь необходимого уровня развития интеллекта, воли и эмоций. Для учебной деятельности требуется определенный багаж знаний об окружающем его мире, у него должны быть сформированы элементарные понятия. Ребенку необходимо овладеть мыслительными операциями, он

должен уметь обобщать и разделять явления и предметы мира, что его окружают, у него должны быть сформированы умения планировать свою деятельность, а также реализовывать самоконтроль. Значимое место отводится позитивному отношению к процессу учения, способности к поведенческой саморегуляции и проявлениям волевых усилий, ориентированных на выполнение поставленных перед ним задач. Так же имеют большое значение навыки речевого общения, сформированная мелкая ручная моторика, а также двигательная и зрительная координация.

В ходе школьного обучения на этапе начального обучения у ребенка развиваются такие значимые для дальнейшей учебной деятельности параметры учебной деятельности как:

- навыки и умения учебной работы;
- мотивация учебной деятельности.

У ребенка на этом этапе происходит раскрытие личностных учебных способностей и особенностей, умений и навыков самоконтроля, саморегуляции и самоорганизации. У детей зарождаются и в дальнейшем развиваются анализ, рефлексия, а также внутренний план действий.

Взяв за основу определения и характеристики А.Н. Воронцова [16] можно выделить следующие характерные трудности на начальном этапе школьной жизни:

1. Пространство школы, как незнакомая и новая среда жизнедеятельности, вызывающая у младшего школьника значительные сложности при ее освоении.

Для младшего школьника подобная социальная и личностная ситуация обуславливается нижеследующими обстоятельствами:

- младший школьник оказывается в незнакомом для него месте, в котором ему физически необходимо тратить свои силы и время на «ориентацию»;
- присутствие значительного количества неизвестных ему людей, с которыми необходимо строить взаимодействие, постоянно ориентироваться уже в пространстве неформальных отношений;

- не сформированное у ребенка понимание школьных правил, прав, обязанностей и возможностей, которыми он обладает в образовательном и социальном пространстве школы.

- режим работы и дневной распорядок, по сравнению с домом, либо детским садом, усложняются;

- внутренние представления ребенка о школе и реальность школьного обучения различаются и не совпадают между собой.

2. Нагрузка, связанная со школьным обучением:

- требования об обязательном выполнении различных учебных действий во время урока строго по образцу;

- обязанность по практически ежедневному выполнению домашнего задания;

- обязательная проверка педагогом этих заданий;

- публичный характер подобной проверки.

3. Трудность привыкания учащегося к педагогу, в особенности:

- к методике его работы на учебном занятии;

- к используемой им манере подачи материалов;

- к его личностным и индивидуальным особенностям.

4. Трудность привыкания к классному и школьному коллективу:

- обязательная адаптация к коллективу в классе с установлением конструктивных отношений с остальными учащимися;

- обязательно нахождение в классе для начала приятеля, а в дальнейшем и друга (друзей);

- обязательное поддержание взаимного уважения с учащимися старших классов [16, с. 32-35].

Подобная ситуация – «нерасписанности» всех потенциальных трудностей и допустимых путей их преодоления – способна выступить источником подлинного стресса у школьника, так как ему негде взять новых поведенческих моделей, их у него просто нет в арсенале. Одновременно с этим родители зачастую чересчур запугивают ребенка, думая, что чем жестче они расскажут

детям о необходимом способе поведения в школе, о том, что там недопустимо, тем более верным будет его поведение и тем более послушным будет ребенок.

Так же часто рост внутреннего статуса у ребенка («ведь я уже взрослый») и специфическое неудобство перед близкими, не позволяет ему обращаться к членам семьи с простыми вопросами. Подобный рост собственного статуса в педагогической науке получил название «становление позиции школьника», именно на начальном этапе школьной жизни он зачастую становится тормозящим фактором детской адаптации.

Несомненно, что все приведенные выше трудности сопоставимы со сторонами социализации учащегося в школе, которые были описаны А.В. Мудриком [34].

Успешное преодоление данных проблем в ходе эффективной адаптации учащегося к начальной школе, к ее образовательному и воспитательному процессу, зависимо, как от их специфики, так и от уровня напряженности.

Кроме того, М.А. Галагузова [50] отмечает, что результативность адаптации учащегося к начальной школе взаимосвязана с целым рядом личностных и индивидуальных особенностей, в первую очередь к которым следует отнести следующие:

1. Уровень интеллектуального развития ребенка.
2. Особенности его характера.
3. Уровень и характер (эмоциональная, интеллектуальная, материальная и др.) поддержки учащегося со стороны семьи.
4. Ценностные ориентации ребенка (например, наличие или отсутствие у него эгоистических или индивидуалистических социально-психологических установок и т.д.).
5. Развитость перцептивных умений и навыков конкретного младшего школьника.
6. Развитость коммуникативных умений и навыков конкретного младшего школьника [50, с. 39-52].

В результате анализа психолого-педагогической литературы можно отметить следующее. Адаптацию младших школьников в условиях школы трактуют в качестве активного процесса освоения новой школьной среды, овладения необходимыми учебными навыками, усвоения правил поведения и школьных норм.

Результативность процесса адаптации младших школьников является системообразующим компонентом, обеспечивающим успешность учебной деятельности ребенка.

По мнению Н.А. Красноборовой [28], младший школьник с высоким уровнем адаптации – это учащийся, который своевременно и в полной мере приспособился к социально-образовательным школьным условиям и готов реализовывать свой личностный и учебный потенциал в полном объеме.

Однако, не всякий ребенок, не сумевший своевременно адаптироваться к школьным условиям, может считаться ребенком, имеющим отставание в развитии или иные интеллектуальные дефекты. Если при отставании в развитии качественному усвоению учебного материала у ребенка препятствует задержка интеллектуального, мотивационного или волевого компонента развития, то сама по себе дезадаптация может говорить и о неконструктивной позиции педагога по отношению к ребенку, и о неподходящей методике обучения, и о негативном влиянии окружающей среды и пр. В связи с этим, следует отметить, что младшие школьники с низкой адаптацией к школе является неоднородной группой, и каждый из таких детей требует к себе строго индивидуального подхода, предполагающего установление причин дезадаптации [28, с. 55-58].

Немалую роль в успешной адаптации к школе играют психологические и личностные особенности детей, сформировавшиеся на предшествующем этапе развития. Умение контактировать с другими людьми, владеть необходимыми навыками общения, способность определить для себя оптимальную позицию в отношениях с окружающими чрезвычайно необходимы ребенку, поступающему в школу, так как учебная деятельность и ситуация обучения в целом носит, прежде всего, коллективный характер.

Несформированность таких способностей или наличие отрицательных личностных качеств порождают типичные проблемы общения, когда ребенок либо активно, часто с агрессией, отвергается одноклассниками, либо просто ими игнорируются. И в том, и другом случае отмечается глубокое переживание психологического дискомфорта, имеющего отчетливо дезадаптирующее значение. Чуть менее опасна, но также чревата негативными последствиями, ситуация самоизоляции, когда ребенок не испытывает нормальной потребности или даже избегает контактов с другими детьми.

М.М. Безруких [7] выделяет группы детей, дающих легкую адаптацию, средней тяжести, и тяжелую.

При легкой форме адаптации группа детей адаптируется к школе в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей в классе; у них почти всегда хорошее настроение, они доброжелательны, добросовестно и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября происходит освоение и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом.

Дети с формой средней тяжести адаптации имеют длительный период адаптации, период их несоответствия их поведения затягивается: дети не могут принять ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Как правило, дети испытывают трудности в усвоении учебной программы. Лишь к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными школьным требованиям.

При тяжелой форме адаптации у детей социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями; кроме того они не усваивают учебную программу, у них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций. Именно на таких детей чаще всего жалуются учителя и родители. Постоянные неуспехи в учебе,

отсутствие контакта с учителем создают отчуждение и отрицательное отношение сверстников. Если вовремя не разобраться в причинах плохого поведения, не скорректировать затруднения адаптации, то все вместе может привести к срыву, дальнейшей задержки развития и неблагоприятно отразится на состоянии здоровья ребенка. Так или иначе, плохое поведение – сигнал тревоги, повод повнимательнее посмотреть на ученика и вместе с родителями разобраться в причинах трудности адаптации к школе.

Основные параметры и принципы современной образовательной политики сформулированы в государственных стандартах. Основываясь на гуманистических началах, этот документ утверждает приоритет общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития, адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся, воспитанников». На первый план выдвигается необходимость учета возрастных и индивидуальных особенностей школьника, саморазвития задатков и творческого потенциала личности, ее способностей и дарований, создание для этого наиболее благоприятных условий.

Успешная реализация данных положений тесно связана с проблемой адаптации младших школьников к обучению. Это одна из наиболее актуальных проблем современной начальной школы. В первую очередь адаптация учащихся снижается из-за отклонений в психосоматическом развитии и слабого здоровья. При этом следует иметь в виду, что сохранение здоровья детей является в настоящее время приоритетным направлением образовательной политики государства.

Однако при поступлении в школу и в условиях школьного обучения у большего числа младших школьников наблюдается ослабленное состояние здоровья. Н. Шкуричева [58] отмечает, что почти 90% детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье, 30–35% детей, поступающих в школу, уже страдают хроническими заболеваниями [58, с. 43-46].

Если затронуть такой психологический критерий адаптации как внутренняя позиция школьника, хочется отметить, что в начале обучения в

первом классе полностью сформированная внутренняя позиция школьника была констатирована лишь у 45% обследованных учащихся, по мнению С.А. Карабановой [25]. В случае частичной сформированности внутренней позиции школьника эмоционально положительное отношение к школе и своему новому социальному сочеталось с ориентацией на внеучебные стороны школьной жизни – новые знакомства и контакты, игры, прогулки, возможность посещения школьных кружков и пр. Согласно полученным данным у 11,4% детей внутренняя позиция школьника еще не была сформирована, что нашло отражение в предпочтении игровой деятельности и отношений дошкольного типа, отсутствии желания ходить в школу, негативных установках в отношении школы и учебы.

Причинами такой несформированности внутренней позицией можно назвать информационную и интеллектуальную перенасыщенность у детей в дошкольном возрасте: образовательные программы в дошкольных учреждениях направлены в основном на интеллектуально-познавательную сторону развития. Недостаток физически активных и сюжетно-ролевых игр сказывается не только на физическом развитии и здоровье детей, но и притормаживает формирование учебной деятельности как ведущей деятельности в младшем школьном возрасте.

Среди факторов в системе обучения, затрудняющих школьную адаптацию, можно назвать и традиционную систему оценивания знаний, умений и навыков учащихся.

Таким образом, трудности, которые могут возникать у ребенка в период начального обучения, связаны с воздействием большого числа факторов, как внутреннего, так и внешнего порядка.

Проблема соответствия действующих программ, методов обучения, структуры урока возрастным возможностям детей, к сожалению, до настоящего времени остается нерешенной, безусловно, такие экстенсивные подходы к обучению не могут привести к существенному снижению уровня здоровья детей и стать единственной проблемой адаптации младших школьников. Но

нужно признать, что сегодня в педагогике необходимо разрабатывать концепцию адаптивной модели школы, реально учитывающей уровень адаптационных возможностей современных школьников. По справедливому утверждению Е.А. Ямбурга, каждая школа должна быть адаптивной, ориентированной на способности, склонности, потребности каждого воспитанника. Создание таких школ во многом позволило бы снять остроту проблемы адаптации.

Подводя итог по этому параграфу и проанализировав психолого-педагогические аспекты адаптации младшего школьника к началу обучения, опираясь на научные труды некоторых ученых, мы можем отметить, что процесс адаптации первоклассника к школе протекает очень нестабильно, ведь к моменту поступления в начальную школу ребенок должен достичь физиологической и социальной зрелости, ему необходимо достичь необходимого уровня развития интеллекта, воли и эмоций.

Для того, чтобы адаптация у младших школьников проходила плавно, без особых трудностей, определенные психологические процессы и новообразования должны сформироваться уже к концу дошкольного возраста.

Рассмотрев некоторые критерии процесса адаптации, мы обратили внимание с какими трудностями сталкиваются первоклассники. Особую трудность для детей этого возраста, начинающих обучаться в школе, представляет саморегуляция поведения. Не сформированное у ребенка понимание школьных правил, прав, обязанностей и возможностей, которыми он обладает в образовательном и социальном пространстве школы тоже может стать одним из факторов трудностей. Кроме этого на ребенка влияет еще ряд факторов: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности, появление новых, не всегда привлекательных обязанностей. Организм постепенно приспосабливается к этим факторам, мобилизуя для этого систему адаптивных реакций.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

Проанализировав научную литературу по проблеме адаптации, мы рассмотрели подходы к определению понятия «адаптация» разных школ и направлений, как отечественных, так и зарубежных, выделили два аспекта адаптации: физиологический и психологический, и пришли к выводу о том, что адаптационный процесс для личности заключается в постоянных структурных изменениях, призванных восстановить или заново обеспечить равновесие с окружающей средой и социумом, нарушенное в результате изменения среды.

К младшему школьному возрасту у ребенка должны сформироваться такие новообразования психических процессов, которые позволят без особых сложностей принять свой новый социальный статус, незнакомую социальную роль, нормы и правила новой для него школьной жизни.

К концу дошкольного возраста можно выделить несколько основных психологических приобретения:

- начало произвольного поведения, за счет произвольности познавательных процессов;
- возникновение первого схематичного образа цельного детского мировоззрения;
- рефлексия — умение человека осознавать то, что он делает, и аргументировать, обосновывать свою деятельность.

Все эти изменения и новообразования в своей совокупности позволят ребенку выполнять новую для себя роль — роль школьника.

В педагогической психологии отечественные ученые, рассматривая проблемы адаптации, чаще всего выделяют три основных направления:

Социальная — адаптация к новым социальным отношениям и связям. Формирование нового социального статуса, личностно-смысловых отношений, новых условий и форм коммуникации; отношение к ребенку в классе, общение

со сверстниками и взрослыми, отношение к школе и к самому себе как к учащемуся.

Психологическая адаптация обеспечивает нормальную работу всех психических структур при воздействии внешних психологических факторов (принятие взвешенных решений, прогнозирование развития событий и др.).

Учебная или познавательная адаптация. Основной задачей такого возрастного периода как младшее школьное детство можно считать стремление усовершенствовать и закрепить способность к адаптации ребенка к новым условиям – обучению в школе и роли ученика. В младшем школьном возрасте происходит осознание мыслительных процессов, и дети начинают предпринимать попытки по управлению им.

Рассмотрев некоторые критерии процесса адаптации, мы обратили внимание с какими трудностями сталкиваются первоклассники. Особую трудность для детей этого возраста, начинающих обучаться в школе, представляет саморегуляция поведения. Не сформированное у ребенка понимание школьных правил, прав, обязанностей и возможностей, которыми он обладает в образовательном и социальном пространстве школы тоже может стать одним из факторов трудностей. Кроме этого на ребенка влияет еще ряд факторов: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности, появление новых, не всегда привлекательных обязанностей. Организм постепенно приспосабливается к этим факторам, мобилизуя для этого систему адаптивных реакций.

ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ИЗУЧЕНИЮ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ШКОЛЕ

2.1 Организация и методики проведения констатирующего эксперимента

Цель исследования: выявить уровень адаптации первоклассников к школьной жизни.

Гипотеза: Мы полагаем, что адаптация к школьной жизни подразумевает физиологический, эмоциональный и социальный аспекты.

Мы предполагаем, что адаптация первоклассников к школьной жизни характеризуется следующими особенностями:

- 1) на начало адаптации ухудшается сон и аппетит у большинства детей;
- 2) в первый месяц школьной жизни у большинства детей хорошее настроение, положительное отношение к школе и учебной деятельности;
- 3) большинство детей быстро находят друзей, на контакт идут легко, принимают школьные нормы.

Задачи экспериментального исследования:

1. Обозначить критерии адаптации первоклассников к школе и подобрать комплекс диагностических методик.
2. Выявить особенности адаптации детей к школьному обучению.
3. Предложить рекомендации по улучшению процесса адаптации в первом классе.

База исследования. Исследования проводились на базе МБОУ СШ № 129 города Красноярск. Общее количество испытуемых составило 32 человека (14 мальчиков и 18 девочек), учащиеся 1А и 1Б классов. Возраст испытуемых 6-8 лет. Исследования проводились с 3 сентября в течение двух недель.

В данной экспериментальной работе мы взяли за основу три основных критерия для определения уровня адаптации первоклассников:

- физиологический уровень адаптации — общее физическое состояние в течение учебного дня и после школы, привыкание новому режиму дня.

- эмоциональный уровень адаптации – настроение в школе, отношение к учебной деятельности.

- социальный уровень адаптации – установление контактов с учителем и одноклассниками.

Таблица 2

Критерии и уровни адаптации к школе

Уровни		Низкий	Средний	Высокий
Критерии				
Физиологический	Аппетит	Аппетит стал хуже, часто отказывается от еды.	Аппетит незначительно ухудшился, иногда появляются капризы в отношении еды.	На отсутствие аппетита жалоб нет, предпочтения в еде не изменились.
	Сон	Наблюдаются проблемы с засыпанием, ухудшилось качество сна.	Иногда появляются трудности с качеством сна, но они не носят постоянный характер.	Проблем с засыпанием, утренним подъемом и качеством сна не наблюдается.
Эмоциональный	Настроение	Настроение ухудшилось, наблюдается плаксивость, раздражительность	Настроение временами нестабильно, но больших перепадов не наблюдается.	Настроение улучшилось, наблюдается эмоциональный подъем.
	Отношение к школе	Отношение негативное, нежелание ходить в школу	Положительное отношение к школе, иногда наблюдается капризность	Положительное отношение, в школу идет с удовольствием, воодушевлением.
	Отношение к учебной деятельности	Негативное отношение, не проявляет интереса к учебе, информацию усваивает с трудом.	Слабоположительное отношение к учебе, особого интереса не проявляет, Но задания выполняет.	Положительное отношение к учебе, на уроках активен, инициативен.
Социальный	Принятие школьных норм	Школьные нормы не принимаются, правила	Частичное принятие норм поведения, иногда	Школьные нормы принимаются в полном объеме,

		поведения не соблюдаются, часто получает замечания.	наблюдается нарушение дисциплины.	поведение хорошее, дисциплина не нарушается
	Наличие контактов в школе	На контакт идет плохо, тяжело находит общий язык (замкнутость, отстраненность, агрессия, и т.д.)	Общение устанавливает не сразу, ограниченное количество контактов, чаще уже ранее знакомых.	На контакт идет легко, быстро находит общий язык, с ровесниками и взрослыми.

Проблема оценки уровня адаптации ребенка к школе, предупреждения возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии первоклассников неизбежно ставит перед учителем задачу выбора соответствующих диагностических средств.

Для общей оценки уровня адаптации первоклассника к школе необходимо получить качественные показатели этих изменений.

Для данного исследования мы выбрали следующие методики:

1. Опрос для родителей.

- при определении физиологического уровня адаптации используется анкетирование родителей. Анкета представлена в виде опросника (Приложение А).

Данный метод исследования позволит наиболее эффективно определить уровень адаптации ребенка к школе, так как наблюдение будет происходить не только в самой школе, где первоклассник не всегда может адекватно проявить свои эмоции и продемонстрировать свое отношение к изменению своего социального статуса, окружающей обстановки, нового круга общения, что может повлиять на точность результатов исследования. Находясь в более привычной обстановке ученик ведет себя более непосредственно и непринужденно. Родители, заполняя анкету, могут обратить внимание, как изменилось физическое и эмоциональное состояние ребенка, какие жалобы на здоровье появились, как изменились сон, аппетит, настроение.

Эту методику мы будем также частично использовать и при определении эмоционального и социального уровней адаптации для более полной картины исследования и наиболее корректного анализа проводимого эксперимента.

2. Наблюдение по методике Л. М. Ковалевой – Н. Н. Тарасенко.

Методика адресована учителям начальной школы. Она состоит из 46 утверждений, 45 из которых касаются возможных вариантов адаптации. (Приложение Б).

3. Методика О.А.Ореховой «Домики»

Тест «Домики» разработан О.А.Ореховой, методической основой которого является цвето-ассоциативный эксперимент, известный по тесту отношений А. Эткинда (Приложение В). А. Эткинд предложил использовать метод цветовых ассоциаций для расшифровки неосознаваемой информации о межличностных отношениях и самооценке испытуемого, что помогло бы понять глубинные причины внутреннего или внешнего конфликта или эмоционального напряжения личности. В основе методики ЦТО находится гипотеза о том, что важнейшие характеристики подсознательных психологических процессов находят отражение в цветовых ассоциациях. Многочисленные психологические эксперименты подтвердили наличие прямой связи между восприятием цвета и эмоциями личности. Цветовой импульс образует ассоциативную пару цвет — эмоция, выводя истинное отношение человека к окружающим из области подсознательного и тайного в понятное психологу поле, что даёт возможность исследовать результаты и оказать своевременную помощь, если она требуется.

Эта методика позволяет провести диагностику эмоциональной и социальной сферы ребенка в части высших эмоций социального генеза, личностных предпочтений и деятельностных ориентаций, что делает его особенно ценным с точки зрения анализа эмоционального отношения ребенка к школе и социального самоопределения первоклассника.

2.2. Анализ полученных результатов

Анализ данных анкеты по опросу родителей

Методика позволила выявить уровни физиологической адаптации младших школьников к школе.

Результаты представленные на рисунке 1, наглядно показывают уровни адаптации по трем позициям: высокая степень адаптации, средняя и низкая. Индивидуальные количественные данные представлены в приложении Г.

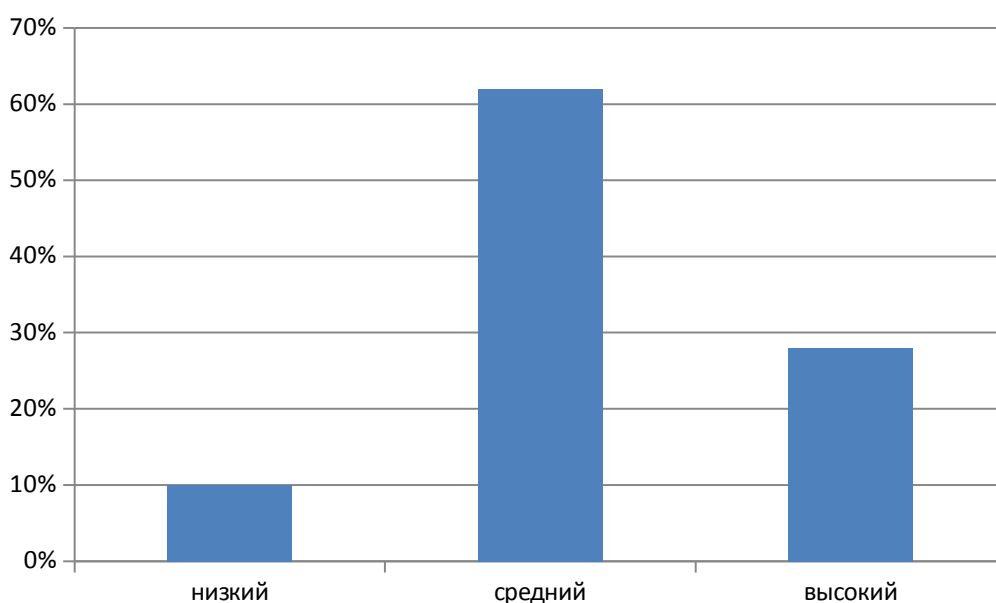


Рис. 2 Физиологический и эмоциональный уровни адаптации по опросу родителей.

На представленном рисунке видно, что большинство учащихся имеет средний уровень адаптации к школе (62%), т. е. учащиеся обладают хорошей работоспособностью, активностью, но среди испытуемых в данной группе наблюдается некоторая нестабильность. Их поведение и физическое состояние зависит от ситуации. Так, например, у нескольких человек в первой половине учебного дня присутствует вялость, сонливость, малая физическая и умственная активность, но далее в течение дня они активизируются и включаются в учебный процесс. Это может говорить о том, что первоклассник еще не совсем переключился на новый для него школьный распорядок дня.

Высокий уровень адаптации (28%) характеризует детей с достаточным уровнем самоконтроля, умением переключаться от высокой физической активности на перемене до умеренной сосредоточенности на уроке. Жалобы на здоровье среди этой группы практически отсутствуют. Некоторые родители отметили, что у детей улучшился аппетит и сон. Можно предположить, что этому поспособствовали новые впечатления, эмоции, повышенная умственная и физическая активность.

Первоклассники с низким уровнем адаптации (10%) очень тяжело приспосабливаются к новому режиму дня, часто это вялые, плаксивые и малоподвижные дети, которые часто жалуются на плохое самочувствие. Так, например, Саша, по словам мамы, очень боится проспать в школу и поэтому очень долго не может уснуть, по ночам просыпается. В течение дня, по наблюдениям учителя, мальчик ведет себя не активно, быстро утомляется. У первоклассников с низкой адаптацией наблюдается сложности с письмом, что говорит о плохо развитых мышцах рук и мелкой моторике.

Анализ результатов наблюдения по методике Л. М. Ковалевой – Н. Н. Тарасенко.

Результаты наблюдения по данной методике представлены на рисунке 2. С индивидуальными данными можно ознакомиться в приложении Д

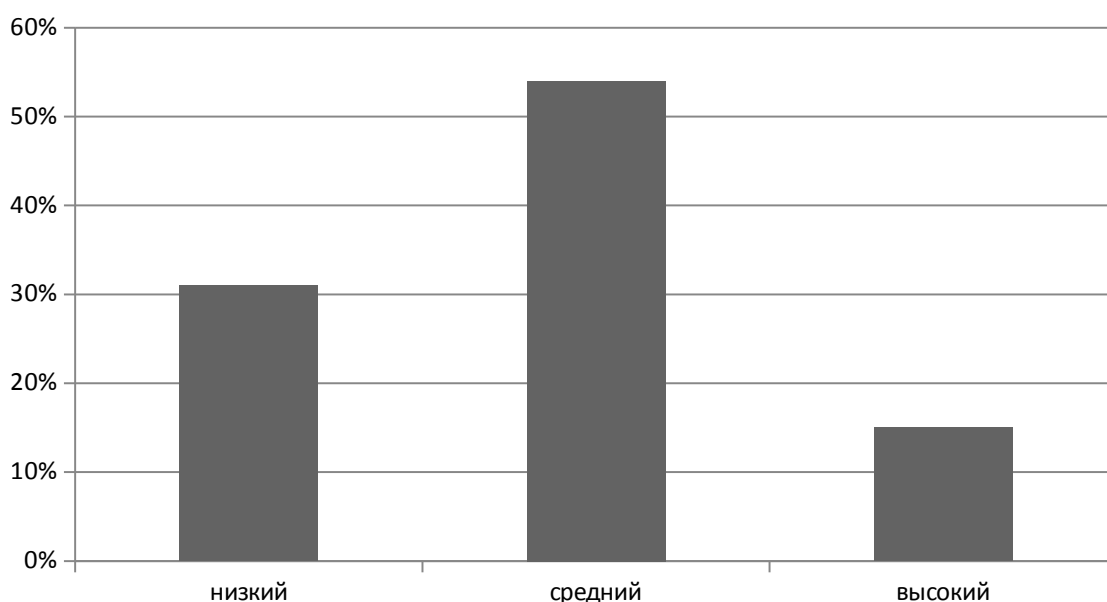


Рис. 2 Социальный и эмоциональный уровни адаптации наблюдение по методике Л. М. Ковалевой – Н. Н. Тарасенко.

Эта методика показала, что у 15% выявлен высокий уровень адаптации к обучению в школе. Это означает, что все требования дети воспринимают адекватно; учебный материал усваивают с легкостью; глубоко и полно овладевают программным материалом; внимательно слушают указания, объяснения учителя; выполняют все поручения.

Средний уровень адаптации к школе выявлен у 54% учеников. Дети положительно относятся к обучению в школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний; дети стремятся понять предоставляемый учебный материал, если учитель излагает его подробно и ясно; самостоятельно решают типовые задачи; бывают сосредоточены только тогда, когда заняты чем-то интересным; дружат со многими одноклассниками.

У 31% - выявлен низкий уровень адаптации к школе. Дети отрицательно относятся к школе; нередки жалобы на нездоровье; часто доминирует подавленное настроение; наблюдаются нарушения дисциплины; к урокам готовятся нерегулярно; самостоятельная работа с учебником затруднена; пассивны; близких друзей в классе не имеют, знают по именам и фамилиям лишь часть одноклассников; объясняемый учителем материал усваивают фрагментарно, очень выдерживают 40 минут урока, теряют интерес и внимание к происходящему на уроке, некоторые становятся вялыми, неактивными, капризными, некоторые, наоборот проявляют излишнюю активность.

С помощью данной методики, нам удалось выявить некоторые факторы, которые могли бы стать причиной достаточно низкого уровня адаптации. Исходя из данных, представленных в приложении Д, можно определить, что в данном исследовании доминируют такие факторы как низкая мотивация учебной деятельности и гиперкинетический синдром, чрезмерная расторможенность.

Таким образом, проведенная методика показала, что большинство первоклассников испытывает затруднение в процессе адаптации к школьной жизни, что негативно сказывается на его психическом, физиологическом и эмоциональном состоянии и ведет в дальнейшем к значительным трудностям в процессе обучения.

Анализ данных по методике «Домики» О.А.Ореховой

Анализ полученных данных по этой методике позволяет сделать вывод, что адаптация младшего школьника к школе с позиции социального приспособления к новым условиям вызывает сложности.

Результаты наглядно показывают уровень социальной адаптации. Индивидуальные данные представлены в приложении Е.

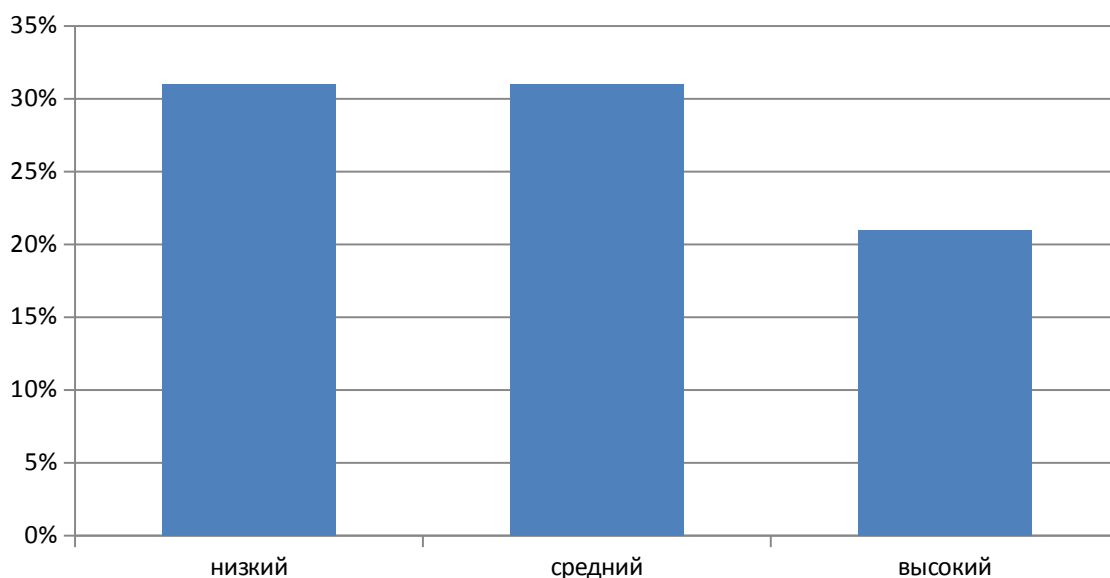


Рис 3 Физиологический и эмоциональный уровни адаптации по методике «Домики» О.А.Ореховой

На рисунке 2 мы можем увидеть, что по уровню адаптации младших школьников доминирует средний показатель адаптации, что составляет 48% от всего количества испытуемых. Это говорит о том, что эти дети достаточно легко проходили период привыкания к новым правилам, новому кругу общения.

Однако, достаточно высок количественный показатель детей с низкой социальной адаптацией (31%). Анализируя данные, а также учитывая непосредственное наблюдение, можно сделать вывод, что довольно большая группа детей испытывает сложности в принятии своей новой социальной роли. Особенно сложно дается признание своей «взрослости», а соответственно, понимание и принятие чувства ответственности, соблюдение баланса «хочу – надо». В эту группу также попадают дети, которые не достигли 7 лет, так называемые «шестилетки». Они очень активны и подвижны как на перемене, так и на уроке, что не позволяет им сосредоточиться во время занятий.

У некоторых первоклассников еще доминирует игровая деятельность, что проявляется в наличии большого количества игрушек, в которые ребенок играет даже во время урока, т. е. он не осознает и не принимает свой новый статус «Я - ученик», новые нормы и правила поведения в школе.

Общий результат

Результаты, представленные в приложении Ж, наглядно показывают уровни адаптации по трем позициям: высокая степень адаптации, средняя и низкая.

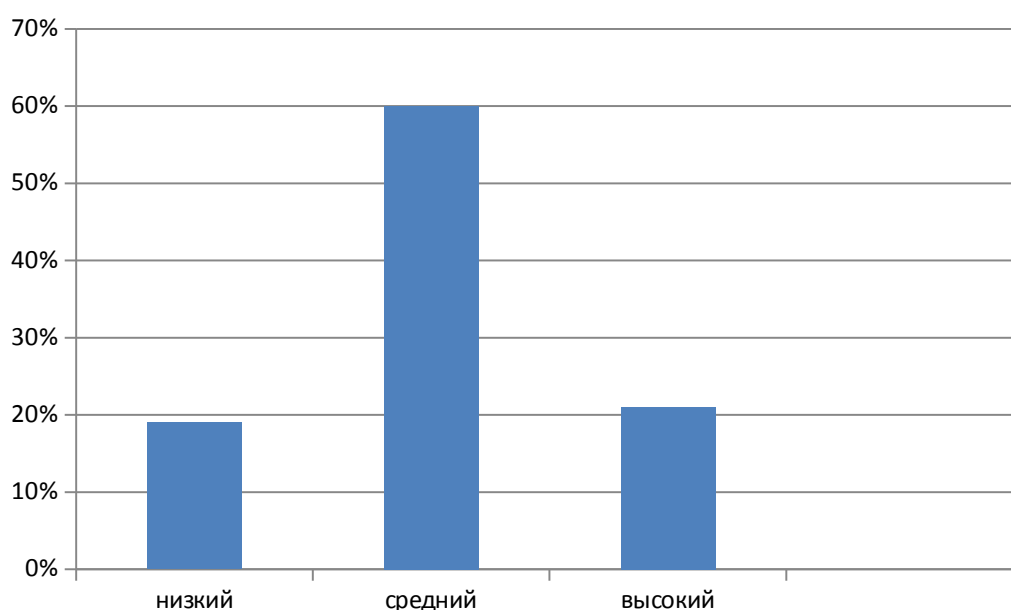


Рис 5 Общий результат уровня адаптации

По результатам всех проведенных на данном этапе методик можно сделать следующие выводы: в целом, у учеников преобладает положительное отношение к школе, учителю, обучению; позиция школьника у большинства учеников сформирована, что так же говорит о положительной динамике в процессе адаптации.

Низкий уровень адаптации был выявлен у 19% первоклассников. У детей этой группы часто возникают трудности выполнения правил поведения, сложности в контактах со сверстниками и с педагогом, неадекватная оценка ситуации, трудности организации учебной деятельности, снижение учебной мотивации, повышенная тревожность. Многие дети, даже не имевшие серьезных школьных проблем в начале года, перестают справляться с заданиями, которые раньше для них не представляли труда, становятся рассеянными, невнимательными. Родители жалуются, что ребенок нервничает, капризничает, долго не засыпает, тревожно спит. Все это свидетельствует о нарушении нервно-психического здоровья детей.

Учебная деятельность является совсем новой для первоклассников и как ведущая деятельность еще полностью не сформировалась, поэтому многим детям играть хочется больше, чем старательно заниматься на уроке. Так, например, в группе испытуемых можно выделить двух мальчиков, которым было очень трудно сосредотачиваться на уроке и фокусировать свое внимание на учителя, так как весь интерес у них был сосредоточен на своих машинках, в которые они умудрялись играть вместе, несмотря на то, что сидели на разных рядах. На замечания учителя они реагировали и даже на какое то время включались в учебный процесс, но хватало их не надолго.

Средний уровень адаптации отмечается у 60% первоклассников. Такие дети достаточно хорошо сформированы физически, мелкомоторные функции у них развиты хорошо, что способствует довольно быстрому овладению навыкам письма. Ребенок довольно долго привыкает к школе (2-3 месяца), но не испытывает отрицательных переживаний от ее посещения. Бывают незначительные перепады настроения, усталость. Понимает наглядное

пояснение учителя, усваивает основной материал учебных программ. Решает типовые задания, усидчив и внимателен. Добросовестно выполняет указания учителя, но под его контролем. Поддерживает дружеские отношения со многими одноклассниками.

У 21% испытуемых детей выявлен высокий уровень адаптации. При легкой адаптации дети в течение двух месяцев вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей. У них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестны и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них все же отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября трудности, как правило, преодолеваются.

Главными затруднениями в процессе адаптации к школьной жизни у первоклассников вызывало взаимоотношение со сверстниками;

Из-за высокой двигательной активности и физической утомляемости существуют некоторые проблемы в усвоении учебной программы, а именно из-за недостаточной концентрированности внимания.

2.3 Анализ методических рекомендаций

В результате констатирующего эксперимента была выявлена группа с затруднением адаптационного процесса. Для коррекции данной ситуации, нами предлагаются следующие рекомендации для педагогов и родителей.

Приходя в школу, попадая в новую для себя ситуацию, практически все дети переживают и волнуются. Выражается это по-разному: одни привлекают к себе внимание, а другие, наоборот, как будто замирают, говорят тише, с трудом вступают в контакт с учениками и учителями.

Процесс физиологической адаптации ребенка к школе имеет свои особенности и характеризуется различной степенью напряжения функциональных систем организма. Известно, что возможности детского

организма не безграничны. Утомление и переутомление, связанные с длительным напряжением, могут стоить организму ребенка здоровья. Состояние здоровья младших школьников требует особенно внимательного отношения к организации его школьной жизни: режиму учебных занятий, интенсивности учебной нагрузки, методикам обучения, гигиеническим требованиям, эмоциональному климату в классе и др. Возрастные особенности детей седьмого года жизни (сложность произвольной регуляции деятельности, быстрая утомляемость и др.) предполагают, что для них очень сложны статические нагрузки, ограничения двигательного режима, быстрое переключение с одного вида деятельности на другой и т.п. В связи с этим, важно весь педагогический процесс строить так, чтоб не наносить ущерб физическому и психическому здоровью каждого ребенка.

Для того чтобы успешно протекал процесс физиологической адаптации детей к школе необходимы: смена деятельности в процессе урока. Можно проводить физкультминутки, используя упражнения, способствующие укреплению мелких мышц рук, пальчиковые игры (Приложение 3) Такие упражнения проводятся в течение 2-3 минут, что, наряду с развитием мелкой моторики, способствует расслаблению и снятию мышечного напряжения с кистей рук.

Желание новизны, осознание важности изменения своего социального статуса: «я теперь ученик!», готовность к выполнению задач, стоящих перед ним, помогают ребенку принять требования учителя, которые касаются его поведения, взаимоотношений с одноклассниками, подчиниться новому режиму дня, распорядку занятий, иерархии дел и т.п. Выполнение многих правил достаточно трудно для ребят, но, несмотря на это, воспринимаются они как общественно значимые и неизбежные.

Очень важно, чтобы соблюдение правил и норм поведения было постоянным, не зависящим от настроения. Рекомендуем с самого начала разъяснить детям, что от них требуется, показать отличие их новой позиции, прав и обязанностей от того, что было в дошкольном детстве. Но лучше

построить разговор о соблюдении правил и норм поведения таким образом, чтобы он не обернулся перечнем запрещений и обязанностей. Пусть дети сами стараются разобраться в необходимости каждого правила, выделить наиболее важные, значимые.

Большое значение имеют такие факторы, как особенности жизни ребенка в семье (насколько резко отличался привычный для него режим от школьного). Безусловно, первоклассники, посещавшие ранее детский сад, значительно легче адаптируются к школе, чем "домашние", непривычные к длительному пребыванию в детском коллективе и режиму дошкольного учреждения. Одним из основных критериев, характеризующих успешность адаптации к систематическому обучению, являются состояние здоровья ребенка и изменения его показателей под влиянием учебной нагрузки. Легкую адаптацию и в определенной степени адаптацию средней тяжести можно, по всей вероятности, считать закономерной реакцией организма детей на изменившиеся условия жизни.

При всем многообразии различных проявлений поведения детей в период адаптации, можно сказать, что все первоклассники в этот нелегкий для них период нуждаются в помощи и поддержке со стороны взрослых – учителя и родителей, и если семья будет вовлечена в обучение первоклассника, адаптация ребенка к школе будет более успешна. Поэтому предусмотрена работа с родителями будущих первоклассников с целью повышения психолого-педагогической компетентности в тех вопросах, которые наиболее актуальны с точки зрения переживаемого детьми периода развития.

Родительское собрание является важнейшей формой работы классного руководителя с семьей ученика, средством повышения эффективности адаптационного процесса в первый год обучения. Взаимодействие педагога с родителями учащихся важно направить на создание единого воспитательного пространства. Деятельность родителей и педагогов в интересах ребенка успешна только в том случае, если они становятся союзниками. Благодаря такому взаимодействию педагог лучше узнает ребенка,

приближается к пониманию его индивидуальных особенностей, вырабатывает верный подход к развитию способностей, формированию жизненных ориентиров, исправлению негативных проявлений в поведении учащегося. Педагогам важно установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, создать атмосферу взаимной поддержки и общности интересов. Успешная работа образовательного учреждения возможна лишь тогда, когда все участники образовательного процесса – педагоги, дети, родители – становятся единым целым, большим и сплоченным коллективом.

В работе с родителями нами предложено провести родительское собрание на тему: «Трудности адаптации первоклассников к школе» (Приложение 3) можно включить тематические родительские собрания-практикумы на темы: собрание – деловая игра с практическими советами «В игре готовимся к школе», «Готов ли мой ребенок пойти в школу?», «Портрет будущего первоклассника». Собрания проводятся в виде «семейных советов», консультаций, диалогов, опираясь уже на имеющийся опыт родителей. Важным условием, способствующим комфортному состоянию и успешному обучению ребенка, является режим дня. Соблюдение режима укрепляет здоровье и волю, активизирует и бодрит, позволяет полностью использовать время. На взгляд учителя родители должны создавать условия для возникновения у ребенка новых впечатлений.

Для этого родителям нужно чаще ходить с детьми в кино, театр, музей, зоопарк, парк развлечений, на выставки, в музеи, вместе читать книги, делать домашние дела, стараться обсуждать все, чем занимались в течение дня. В семье должны соблюдаться педагогические и гигиенические требования.

Если не соблюдать все эти требования, то у ребенка могут возникнуть трудности обучения.

Учителю представляется возможным в значительной степени смягчить и ускорить процесс адаптации первоклассников к школе. Для этого важно дать первоклассникам возможность осознать, каким правилам поведения в школе они должны следовать, почему это важно, кого называют школьниками. При

этом имеет смысл предоставить первоклассникам необходимую для знакомства со школьной ситуацией информацию в систематизированном виде, чтобы процесс вхождения в школьную жизнь имел плавный и последовательный характер. С этой целью на практике было нами предлагается 6 занятий с первоклассниками (Таблица 3).

Цель адаптационных заданий: создание психолого-педагогических условий для адаптации первоклассников в ситуации школьного обучения, которые позволят ребенку успешно функционировать и развиваться в школьной среде.

Задачи адаптационных занятий:

- 1) создание условий для обеспечения эмоционального комфорта, чувства защищенности у первоклассников;
- 2) создание доброжелательной атмосферы в классе;
- 3) помощь первоклассникам в создании и принятии правил школьной жизни и себя в роли учеников;
- 4) создание благоприятных условий для знакомства детей друг с другом;
- 5) организация взаимодействия между детьми как предпосылки формирования навыков учебного сотрудничества;
- 6) создание предпосылок для групповой сплоченности;
- 7) знакомство педагога с особенностями детей данного класса.

Занятия по программе психолого-педагогического сопровождения первоклассников проводятся одновременно со всем классом в 1 четверти. Продолжительность занятия – 25-30 минут, частота встреч – 1-2 раза в неделю. Занятия проводятся совместно с психологом.

На занятиях используются различные формы работы с учащимися: игровые задания и упражнения психологического характера, творческие задания, обсуждение с детьми выполненных заданий, обобщение результатов некоторых заданий в виде общих выставок, помогающих осваивать пространство класса.

Занятия, представленные в программе, могут быть использованы (полностью или частично) учителем и в течение года для поддержания в классе дружеской атмосферы, здорового эмоционального фона.

Таблица 3

Тема	Форма работы	Содержание, форма проведения занятий	Сроки выполнения	Количество академических часов
Знакомство	Групповая	Приветствие, упражнение «Круг Знакомство»	Сентябрь	1
Правила школьной жизни	Групповая	Приветствие, знакомство с правилами школьной жизни	Сентябрь	1
Взаимодействие между детьми и учителем	Групповая	Приветствие, беседа, ролевые игры	Сентябрь	1
Сплоченность коллектива	Групповая	Приветствие, беседа, чтение тематической сказки, обсуждение	Октябрь	1
Климат в коллективе	Групповая	Приветствие, беседа, ролевые игры	Октябрь	1

Адаптация к новым социальным отношениям и связям относится в большей степени к пространственно-временным отношениям (режим дня, особое место для хранения школьных принадлежностей, школьной формы, подготовка уроков, уравнивание ребенка в правах со старшими братьями, сестрами, признание его «взрослости», предоставление самостоятельности и др.); личностно-смысловым отношениям (отношение к ребенку в классе, общение со сверстниками и взрослыми, отношение к школе, к самому себе как учащемуся); к характеристике деятельности и общения ребенка (отношение к ребенку в семье, стиль поведения родителей и учителей, особенности семейного микроклимата, социальная компетентность ребенка и др.).

Критериями благополучной адаптации детей к школе могут служить благоприятная динамика работоспособности и ее улучшение на протяжении первого полугодия, отсутствие выраженных неблагоприятных изменений показателей состояния здоровья и хорошее усвоение программного материала.

Выводы по главе 2

Во второй главе нашего исследования мы описали экспериментальную часть исследования. На основании анализа психолого-педагогической литературы, мы выделили три критерия адаптации к школе: физиологическая, эмоциональная и социальная, и подобрали, в соответствии с выделенными критериями, комплекс диагностических методик, таких как опрос родителей, методика «Домики» О.А.Ореховой и методика Л. М. Ковалевой – Н. Н. Тарасенко, что позволило определить уровень адаптации младших школьников к школе.

В результате проведенного исследования были выделены три группы школьников. В первую группу попадают дети с высоким уровнем адаптации к школе, во вторую группу со средним уровнем адаптации и в третью с низким уровнем адаптации.

Первая группа детей (19%) — это дети с низким уровнем адаптации, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями. Они не усваивают учебную программу, у них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций, ухудшается физическое состояние, появляются жалобы на плохое самочувствие. Такие дети не могут найти общего языка со сверстниками и плохо контактируют с учителем.

Вторая группа детей (60%) имеет длительный период адаптации. В этот период их поведение не всегда соответствует требованиям школы. Дети не сразу принимают новые правила в процесс обучения, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения, не сразу находят общий язык с одноклассниками и учителем. Но, как правило, эти трудности не имеют постоянного характера и к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными школьным требованиям, происходит освоение и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом.

Дети третьей группы (21%) адаптируются к школе довольно быстро, на протяжении первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей в классе; у них почти всегда хорошее настроение, отсутствуют жалобы на плохое самочувствие, они доброжелательны, ответственно подходят к процессу обучения. По словам родителей, домашнее задание делают без видимого напряжения, на уроках выполняют все требования учителя. Адаптационный период проходят довольно легко и комфортно.

Таким образом, проведенное исследование показало, что большинство школьников первого года обучения имеют сложности с адаптацией к школьной жизни.

Следовательно, для повышения уровня адаптации младших школьников к школе и создании благоприятных условий для самореализации личности ученика, нами был разработан комплекс рекомендаций и некоторых практических занятий, целью которых было создание психолого-педагогических условий для адаптации первоклассников в ситуации школьного обучения, которые позволят ребенку успешно функционировать и развиваться в школьной среде.

Занятия по программе психолого-педагогического сопровождения первоклассников проводятся одновременно со всем классом в 1 четверти. Продолжительность занятия – 25-30 минут, частота встреч – 1-2 раза в неделю. Занятия проводятся совместно с психологом.

На занятиях используются различные формы работы с учащимися: игровые задания и упражнения психологического характера, творческие задания, обсуждение с детьми выполненных заданий, обобщение результатов некоторых заданий в виде общих выставок, помогающих осваивать пространство класса.

Заключение

В данной работе была изучена и проанализирована методическая и психолого-педагогическая литература по проблеме исследования, проведена диагностическая работа по выявлению уровня адаптации младших школьников к школе и разработан комплекс рекомендаций и мероприятий для повышения уровня адаптации младших школьников к школе и созданию благоприятных условий для самореализации личности ученика.

1. Проанализировав научную литературу по проблеме адаптации, мы рассмотрели подходы к определению понятия «адаптация» разных школ и направлений, как отечественных, так и зарубежных, выделили два аспекта адаптации: физиологический и психологический, и пришли к выводу о том, что адаптационный процесс для личности заключается в постоянных структурных изменениях, призванных восстановить или заново обеспечить равновесие с окружающей средой и социумом, нарушенное в результате изменения среды.

2. К младшему школьному возрасту у ребенка должны сформироваться такие новообразования психических процессов, которые позволят без особых сложностей принять свой новый социальный статус, незнакомую социальную роль, нормы и правила новой для него школьной жизни.

К концу дошкольного возраста можно выделить несколько основных психологических приобретения:

- начало произвольного поведения, за счет произвольности познавательных процессов;
- возникновение первого схематичного образа цельного детского мировоззрения;
- рефлексия — умение человека осознавать то, что он делает, и аргументировать, обосновывать свою деятельность.

Все эти изменения и новообразования в своей совокупности позволят ребенку выполнять новую для себя роль — роль школьника.

3. На основании анализа психолого-педагогической литературы, мы выделили три критерия адаптации к школе: физиологическая, эмоциональная и социальная, и подобрали, в соответствии с выделенными критериями, комплекс диагностических методик, таких как опрос родителей, методика «Домики» О.А.Ореховой и методика Л. М. Ковалевой – Н. Н. Тарасенко, что позволило определить уровень адаптации младших школьников к школе.

4. В результате проведенного исследования были выделены три группы школьников. В первую группу попадают дети с высоким уровнем адаптации к школе, во вторую группу со средним уровнем адаптации и в третью с низким уровнем адаптации.

Первая группа детей (19%) — это дети с низким уровнем адаптации, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями. Они не усваивают учебную программу, у них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций, ухудшается физическое состояние, появляются жалобы на плохое самочувствие. Такие дети не могут найти общего языка со сверстниками и плохо контактируют с учителем.

Вторая группа детей (60%) имеет длительный период адаптации. В этот период их поведение не всегда соответствует требованиям школы. Дети не сразу принимают новые правила в процесс обучения, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения, не сразу находят общий язык с одноклассниками и учителем. Но, как правило, эти трудности не имеют постоянного характера и к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными школьным требованиям, происходит освоение и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом.

Дети третьей группы (21%) адаптируются к школе довольно быстро, на протяжении первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей в классе; у них почти всегда хорошее настроение, отсутствуют жалобы на плохое самочувствие, они доброжелательны, ответственно подходят к процессу

обучения. По словам родителей, домашнее задание делают без видимого напряжения, на уроках выполняют все требования учителя. Адаптационный период проходят довольно легко и комфортно.

Таким образом, проведенное исследование показало, что большинство школьников первого года обучения имеют сложности с адаптацией к школьной жизни.

5. для повышения уровня адаптации младших школьников к школе и создания благоприятных условий для самореализации личности ученика, нами был разработан комплекс рекомендаций и некоторых практических занятий, целью которых было создание психолого-педагогических условий для адаптации первоклассников в ситуации школьного обучения, которые позволят ребенку успешно функционировать и развиваться в школьной среде.

Занятия по программе психолого-педагогического сопровождения первоклассников проводятся одновременно со всем классом в 1 четверти. Продолжительность занятия – 25-30 минут, частота встреч – 1-2 раза в неделю. Занятия проводятся совместно с психологом.

На занятиях используются различные формы работы с учащимися: игровые задания и упражнения психологического характера, творческие задания, обсуждение с детьми выполненных заданий, обобщение результатов некоторых заданий в виде общих выставок, помогающих осваивать пространство класса.

Список использованных источников и литературы

1. Адаптация и здоровье / отв. ред. Э.М. Казин. Кемерово: Кузбассвузиздат, 2013. 301 с.
2. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации в школе / Под. Ред. С.М. Громбаха. М., 1988.
3. Битянова М.Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка: Сб. метод.мат для админ., педагогов и шк.психол./ - М.: Образоват.центр «Педагогический поиск», 1997.
4. Баданина Л.П. Адаптация первоклассника: комплексный подход / Л.П. Баданина // Начальная школа Плюс До и После. 2011. № 12. С. 59–62.
5. Балл Г.А. Понятие адаптации и ее значение для психологии личности // Вопросы психологии. 1989. - №1. С. 10-12.
6. Банцорова, О.В. Как преодолеть трудности обучения в начальной школе // Начальная школа. – 2011. № 5. С. 21–26.
7. Безменов П.В. Социально-психологические предпосылки школьной неуспеваемости и ее коррекция у учеников младших классов // Вопросы психического развития детей и подростков (Научно-практический журнал психиатрии, психологии и смежных дисциплин). 2001. 1. 64 69.
8. Безруких М.М. Трудности обучения в начальной школе: Причины, диагностика, комплексная помощь. М.:Эксмо, 2009. 464с.
9. Белякова Н.В. Педагогические факторы риска школьной дезадаптации. Психолого-педагогические системы и технологии: материалы первой научно-практической студенческой конференции. Омск, 1998 С.31-34.
- 10.Блонский П.П. Психология младшего школьника: избранные псих. труды / под ред. А.И. Липкиной, Т.Д. Марцинковской; Академия педагогических и соц. наук, Московский психолого.-соц. институт. М.: Изд-во Института практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 2013. 574 с.

- 11.Божович Л.И., О нравственном развитии и воспитании детей //Вопросы психологии. 2004. №3. С. 80-89
- 12.Большой психологический словарь. Под ред. Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П. М.: 2003 - 672 с.
- 13.Бузарова Е.А. Психолого-педагогическая характеристика детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста // Вестник Адыгейского государственного университета. 2012. № 3. С. 338–353.
- 14.Венгер А.Л. Психологическое обследование младших школьников. М.: Владос-Пресс, 2015. 296 с.
- 15.Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. Бурменская Г.В., Захарова Е.И., Карabanова О.А., Лидерс А.Г. М.: «Академия». 2002. 416 с.
- 16.Волков Б.С. Психология младшего школьника. М.: Академический Проект; М.: Альма Матер, 2015. 206 с.
- 17.Воронцов А. Педагогические условия реализации адаптационного периода в первом классе школ развивающего обучения // Начальная школа : газ. издательского дома «Первое сентября». 2011. № 13. С. 32–35.
- 18.Все о младшем школьнике / под ред. Н.Ф. Виноградовой. – М.: Вентана-Граф, 2014. 399 с.
- 19.Выготский Л.С. Проблема возраста. // Собр. соч. В 6-ти т. Т.4. М.: Педагогика, 1984. 432 с.
- 20.Галагузова М.А. Социальная педагогика: Учебник для вузов. М.: Гуманит.изд.центр «Владос», 2008. 416 с.
- 21.Гуткина Н.И. Группы и классы развития // Психол. Наука и образование. 1996. №6. С 71-85.
- 22.Давыдов В.В. Младший школьный возраст как особый период в жизни ребенка: содержание и структура учебной деятельности // Возрастная и педагогическая психология : хрестоматия / сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. М.: Академия, 2011. С. 91–94.

23. Данилова Е. Первоклассники // Школьный психолог. 2002. №6. С.14.
24. Деадаптация первоклассников, причины, показатели и формы проявления феномены личности и группы в изменяющемся мире. Мат. Науч.-практ. Конф / Отв. Ред. Н.П. Фетискин, В.В. Чекмарев. Кострома, 1998. Т.2. С.37-40.
25. Дорожевец Т. В. Психологические особенности школьной адаптации воспитанников детского сада: Дис. ... канд. психол. наук.- Москва, 1994
26. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: В 2-х т. М.: Педагогика, 2006. Т.1. 320 с.
27. Карабанова, О.А. Возрастная психология. М.: Айриспресс, 2005. 240 с.
28. Ковалева Л.М., Тарасенко Н.Н. Психологический анализ особенностей адаптации первоклассников к школе // Начальная школа, 2006. №7.
29. Коробкина С.А. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах. Волгоград: Учитель, 2010. 243 с.
30. Крайг Г. Психология развития (Пер. с англ.). СПб, 2010. 987 с.
31. Красноборова Н.А. Особенности адаптации младших школьников к учебной деятельности в условиях различных образовательных технологий // Начальная школа Плюс До и После. 2014. № 2. С. 55–58.
32. Кулагина И.Ю. Младшие школьники. Особенности развития. М.: Эксмо. 2013. 176 с.
33. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 2000. 304 с.
34. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. М, 1986. С. 75-103
35. Лямина Е.М. Программа организации процесса адаптации первоклассников к школьному обучению: (подпрограмма к Образовательной программе школы) // Завуч начальной школы. 2014. № 6. С. 74–87.
36. Маклаков А.Г. Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих: диссертация... д-ра психол. Наук. СПб. 1996. 392с.

- 37.Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. СПб.: Питер. 2013. 583 с.
- 38.Мудрик А.В. Социальная педагогика: Учебник для студ. высш. проф. обр. М.: ИЦ Академия, 2013. 240с.
- 39.Мухина В.С. Возрастная психология : феноменология развития, детство, отрочество. – 14-е изд., стереотипное. М.: Академия. 2012. 656 с.
- 40.Немов Р.С. Психология. – М., 1997, Т.1. С.5-27.
- 41.Никитина И.Н. К вопросу о понятии социальной адаптации. М., 1980. 85с.
- 42.Обухова А.Ф. Возрастная психология. М.: Просвещение. 1999. С.312.
- 43.Особенности психического развития детей 6-7 лет / под ред. Д.Б.Элькониной, А.А.Венгера. М., 1988. 321с.
- 44.Особенности работы социального педагога с детьми, имеющими . Маслова Н.Ф. Рабочая книга социального педагога. Орел., 1994. Ч. 1
- 45.Пиаже Ж. Избранные психологические труды. М. 1994.
- 46.Пилипко Н.В. Здравствуй, школа! Адаптационные занятия с первоклассниками: учеб.-метод. пособие для учителей начальных классов / Н.В. Пилипко, Т.В. Громова, М.Ю. Чибисова; под ред. Н.В. Пилипко. – М.: Перспектива. 2012. 48 с.
- 47.Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / Рос.акад. наук, Ин-т психологии; отв.ред.: Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. – М.: Институт психологии РАН, 2007. 622с.
- 48.Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология: Учебн. для студ. Высш. пед. учеб. зав. М., 1998. С.3-22.
- 49.Реан А.А. Психология адаптации личности. СПб.:Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. 479с.
- 50.Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка: под ред. Л.И.Скворцова. 26-е изд., испр. и доп. – М.: Оникс. 2009. 1359с.
- 51.Сластенин В.А. Каширин В.П. Педагогика и психология. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия». 2001. 480 с.

52. Соловьева Т.А. Первоклассник: адаптация к новой социальной среде / Т.А. Соловьева, Е.И. Рогалева. М.: ВАКО. 2014. 365 с.
53. Социальная педагогика. Мудрик А.В. 6-е изд., перераб. и доп. М.: 2007. 224 с.
54. Социокультурная адаптация личности в процессе гуманитарного образования: монография для работников системы общего и профессионального образования / М.С. Бережная и др. – М.: ИХО РАО. 2011. 260 с.
55. Стюхина Г.А. Психологические особенности и механизмы развития ребенка младшего школьного возраста: лекции . М.: Первое сентября, 2010. 92 с.
56. Судакова Н.Б. Психологическая готовность и адаптация будущих первоклассников к условиям школьного обучения // Детство. Отрочество. Юность. 2012. № 1–2. С. 39–52.
57. Сырицына С.И. Особенности физического и умственного развития младших школьников // Директор школы. 2015. № 4. С. 74–80.
58. Тарасова С.Ю. Социальные факторы психофизиологической дезадаптации младшего школьника // Российский психологический журнал. 2011. № 1. С. 36–47.
59. Цылев В.Р. О проблеме психологической адаптации школьников. // Психологическая наука и образование. 1998. №3-4. С.31-37
60. Шкуричева Н. Совместная деятельность – успешная адаптация // Начальная школа : газ. издательского дома «Первое сентября». 2011. № 14. С. 43–46.
61. Эльконин Д.Б. Детская психология. – М.: Академия. 2016. 384 с.
62. Яницкий, М.С. Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики. Кемерово: Кемеровский гос. ун-т, 2013. 84 с.

Приложения

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Уважаемые родители первоклассников!

Психологическая служба школы просит Вас ответить на вопросы, касающиеся самочувствия Вашего ребенка, его адаптации к школе.

Ф.И. ребенка _____ Класс _____

Ф.И.О.родителей _____ Дата _____

Просим Вас ответить на приведенные ниже вопросы. Подчеркните тот вариант, который кажется Вам наиболее подходящим к Вашему ребенку.

1. Вполне ли приспособился ребенок к школьному режиму?

- a. пока нет
- b. не совсем
- c. в основном да

2. Как изменился сон ребенка?

- a. Ухудшился, засыпает и просыпается с трудом
- b. Иногда наблюдаются сложности со сном
- c. Трудностей со сном не испытывает (сон не изменился)

3. Как изменился аппетит ребенка и предпочтения в еде?

- a. аппетит ухудшился, в еде стал привередливый и капризный
- b. совсем не изменились
- c. аппетит улучшился, ест с удовольствием

4. Как изменилось самочувствие ребенка?

- a. стал чаще жаловаться на плохое самочувствие и физическую усталость
- b. самочувствие ребенка не изменилось
- c. на самочувствие не жалуется, активный и бодрый

5. Есть ли в настоящее время у Вашего ребенка хронические заболевания, проблемы со здоровьем?

- a. да
- b. не знаю
- c. нет

6. Охотно ли идет ребенок в школу?

- a. неохотно
- b. без особой охоты
- c. охотно, с радостью

7. Часто ли ребенок делится с Вами школьными впечатлениями?

- a. очень редко, пока не спросишь
- b. иногда
- c. довольно часто

8. Каков эмоциональный характер этих впечатлений?

- a. в основном отрицательные впечатления
- b. положительных и отрицательных примерно поровну
- c. в основном положительные впечатления

9. Жалуется ли ребенок на товарищей по классу, обижается на них?

- a. довольно часто
- b. бывает, но редко
- c. такого практически не бывает

10. Жалуется ли ребенок на учителя, обижается на него?

- a. довольно часто
- b. бывает, но редко
- c. такого практически не бывает

11. Справляется ли ребенок с учебной нагрузкой без напряжения?

- a. нет
- b. скорее нет, чем да
- c. скорее да, чем нет

Ключ к опросу

a. 1 балл	11-18 баллов низкий уровень адаптации
b. 2 балла	19-25 баллов средний уровень адаптации
c. 3 балла	26-33 высокий уровень адаптации

МЕТОДИКА Л. М. КОВАЛЕВОЙ – Н. Н. ТАРАСЕНКО.**ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ АДАПТАЦИИ УЧЕНИКОВ 1 КЛАССОВ**

1. Родители совершенно устранились от воспитания, почти не бывают в школе.
2. При поступлении в школу ребенок не владел элементарными учебными навыками (не умел считать, не знал буквы и т.п.).
3. Ученик не знает многое из того, что известно большинству детей его возраста, например, дни недели, времена года, сказки и т.п.
4. У первоклассника плохо развиты мелкие мышцы рук: он испытывает трудности при письме, у него получаются неравномерные буквы и т.п.
5. Ученик пишет правой рукой, но со слов родителей является переученным левшой.
6. Первоклассник пишет левой рукой.
7. Часто ученик бесцельно двигает руками.
8. Первоклассник часто моргает.
9. Ребенок сосет палец или ручку.
10. Ученик иногда заикается.
11. Первоклассник грызет ногти.
12. У ребенка хрупкое телосложение, маленький рост
13. Ребенок явно «домашний», нуждается в доброжелательной атмосфере, любит, когда его гладят, обнимают.
14. Ученик очень любит играть, играет даже на уроках.
15. Такое впечатление, что ребенок младше других детей, хотя по возрасту он их ровесник.
16. Речь первоклассника инфантильная, напоминает речь 4-5-летнего ребенка.
17. Ученик чрезмерно беспокоен на уроках.
18. Ребенок быстро примиряется с неудачами.
19. Первоклассник любит шумные, подвижные игры на переменах.
20. Ученик не может долго сосредоточиться на одном задании, всегда старается сделать побыстрее, не заботясь о качестве.

21. После интересной игры, физкультурной паузы ребенка невозможно настроить на серьезную работу.
22. Ученик долго переживает неудачи.
23. При неожиданном вопросе учителя ребенок часто теряется. Если дать время] на обдумывание, то он может ответить хорошо.
24. Первоклассник очень долго выполняет любое задание.
25. Домашние задания ребенок выполняет гораздо лучше классных (разница очень существенная, больше, чем у других детей).
26. Ученик очень долго перестраивается с одной деятельности на другую.
27. Ребенок часто не может повторить за учителем самый простой материал, при этом демонстрирует отличную память, когда речь идет об интересующих его вещах (например, знает марки машин, но не может повторить простое правило).
28. Первоклассник требует к себе постоянного внимания со стороны учителя. Почти все делает только после персонального обращения «Пиши!» и т.п.
29. Ученик допускает много ошибок при списывании.
30. Чтобы отвлечь ребенка от задания, достаточно малейшей причины: скрипнула дверь, что-то упало и т.д.
31. Первоклассник приносит в школу игрушки и играет на уроках.
32. Ученик никогда ничего не сделает сверх положенного минимума: не стремится узнать что-то, рассказать.
33. Родители жалуются, что с трудом усаживают ребенка за уроки.
34. Такое впечатление, что на уроках ученику плохо, он оживает только на переменах.
35. К выполнению заданий ученик не любит прилагать никаких усилий, если что-то не получается, бросает, ищет каких-то оправданий, например, болит рука, живот, голова и т.п.
36. У ребенка не совсем здоровый вид (худенький, бледный).
37. К концу урока первоклассник работает хуже, часто отвлекается, сидит с отсутствующим видом.

38. Если что-то не получается, то ребенок раздражается, плачет.
39. Ученик плохо работает в условиях ограниченного времени. Если его торопить, может совсем «отключиться», бросить работу.
40. Первоклассник часто жалуется на усталость, головную боль.
41. Ребенок почти никогда не отвечает правильно, если вопрос поставлен нестандартно и требует сообразительности.
42. Ответы ученика становятся лучше, если есть опора на какие-то внешние объекты (считает пальцы и т.п.).
43. После объяснения учителя не может выполнить аналогичное задание.
44. Ребенок затрудняется применять ранее усвоенные понятия, навыки при объяснении учителем нового материала.
45. Первоклассник часто отвечает не по существу, не может выделить главное.
46. Такое впечатление, что ученику трудно понять объяснение, так как основные навыки, понятия у него не сформированы.

При работе с опросником по данной методике учитель должен на бланке ответов (см. ниже) вычеркнуть номера, в которых описаны фрагменты поведения, характерные для конкретного ребенка.

Бланк разделен вертикальной линией. Если вычеркнутый номер находится слева от линии, то при обработке он дает один балл, если справа — два балла. Максимальная сумма баллов — 70. Подсчитав, какую сумму баллов набрал ученик, можно определить его коэффициент дезадаптации: $K = n / 70 \cdot 100$, где n — количество баллов, набранных первоклассником.

В бланке ответов номера утверждений сгруппированы по факторам поведения, указанным справа:

РО — родительское отношение;

НГШ — неготовность к школе;

Л — леворукость;

НС — невротические симптомы;

И — инфантилизм;

ГС — гиперкинетический синдром, чрезмерная расторможенность;

ИНС — инертность нервной системы;

НП — недостаточная произвольность психических функций;

НМ — низкая мотивация учебной деятельности;

АС — астенический синдром;

НИД - нарушения интеллектуальной деятельности.

бланк ответов		
1		РО
2	3 4	НГШ
5 6		Л
7 8 9	10 11	НС
12 13 14	15 16	И
17 18 19	20 21	ГС
22 23	24 25 26	ИНС
27	28 29 30	НП
31 32 33	34 35	НМ
36	37 38 39 40	АС
41 42	43 44 45 46	НИД

Анализ полученных результатов позволяет интерпретировать значения коэффициентов следующим образом:

- показатель до 14 % высокий уровень адаптации
- показатель от 15 до 30 % средний уровень адаптации
- показатель свыше 30 % низкий уровень адаптации
- если коэффициент свыше 40 %, требуется консультация психолога

**ПРОЕКТИВНЫЙ ТЕСТ ЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ,
СОЦИАЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ И ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ
“ДОМИКИ”**

Тест разработан О.А.Ореховой и позволяет провести диагностику эмоциональной сферы ребенка в части высших эмоций социального генеза, личностных предпочтений и деятельностных ориентаций, что делает его особенно ценным с точки зрения анализа эмоционального отношения ребенка к школе.

Для проведения методики необходимы следующие материалы:

- Лист ответов
- Восемь цветных карандашей: синий, красный, желтый, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный. Карандаши должны быть одинаковыми, окрашены в цвета, соответствующие грифелю.

Исследование лучше проводить с группой первоклассников –10-15 человек, детей желательно рассадить по одному. Если есть возможность, можно привлечь для помощи старшеклассников, предварительно их проинструктировав. Помощь учителя и его присутствие исключается, так как речь идет об отношении детей к школьной жизни, в том числе и к учителю.

Процедура исследования состоит из трех заданий по раскрашиванию и занимает около 20 минут.

Инструкция: сегодня мы будем заниматься раскрашиванием. Найдите в своем листочке задание №1. Это дорожка из восьми прямоугольников. Выберите тот карандаш, который вам приятен больше всего и раскрасьте первый прямоугольник. Отложите этот карандаш в сторону. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Какой из них вам больше нравится? Раскрасьте им второй прямоугольник. Отложите карандаш в сторону. И так далее.

Найдите задание №2. Перед вами домики, их целая улица. В них живут наши чувства. Я буду называть чувства, а вы подберите к ним подходящий цвет и раскрасьте. Карандаши откладывать не надо. Можно раскрашивать тем

цветом, который по-вашему подходит. Домиков много, их хозяева могут отличаться и могут быть похожими, а значит, и цвет может быть похожим.

Список слов: счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.

Если детям непонятно, что обозначает слово, нужно его объяснить, используя глагольные предикаты и наречия.

Найдите задание №3. В этих домиках мы делаем что-то особенное, и жильцы в них – необычные. В первом домике живет твоя душа. Какой цвет ей подходит? Раскрасьте.

Обозначения домиков:

№2 – твое настроение, когда ты идешь в школу,

№3 – твое настроение на уроке чтения,

№4 – твое настроение на уроке письма,

№5 – твое настроение на уроке математики

№6 – твое настроение, когда ты разговариваешь с учителем,

№7 – твое настроение, когда ты общаешься со своими одноклассниками,

№8 – твое настроение, когда ты находишься дома,

№9 – твое настроение, когда ты делаешь уроки,

№10 – придумайте сами, кто живет и что делает в этом домике. Когда вы закончите его раскрашивать, тихонько на ушко скажите мне, кто там живет и что он делает (на ответном листе делается соответствующая пометка).

Процедура обработки начинается с задания №1. Вычисляется вегетативный коэффициент [5] по формуле:

$$VK = (18 - \text{место красного цвета} - \text{место желтого цвета}) / (18 - \text{место синего цвета} - \text{место зеленого цвета})$$

Вегетативный коэффициент характеризует энергетический баланс организма: его способность к энергозатратам или тенденцию к энергосбережению. Его значение изменяется от 0,2 до 5 баллов. Энергетический показатель интерпретируется следующим образом:

- 0 – 0,5 – хроническое переутомление, истощение, низкая работоспособность. Нагрузки непосильны для ребенка
- 0,51 – 0,91 – компенсируемое состояние усталости. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности. Необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха.
- 0,92 – 1,9 – оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют возможностям. Образ жизни позволяет ребенку восстанавливать затраченную энергию.
- Свыше 2,0 – перевозбуждение. Чаще является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, а иногда и снижение нагрузки.

Далее рассчитывается показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы. Определенный порядок цветов (34251607) – аутогенная норма – является индикатором психологического благополучия. Для расчета суммарного отклонения (СО) сначала вычисляется разность между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета. Затем разности (абсолютные величины, без учета знака) суммируются. Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным. Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, т.е. преобладающее настроение ребенка. Числовые значения СО интерпретируются следующим образом:

- Больше 20 – преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно.
- 10 – 18 – эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет.

- Менее 10 – Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

Задания №2 и №3 по сути расшифровывают эмоциональную сферу первоклассника и ориентируют исследователя в вероятных проблемах адаптации.

Задание №2 характеризует сферу социальных эмоций. Здесь надо оценить степень дифференциации эмоций – в норме позитивные чувства ребенок раскрашивает основными цветами, негативные – коричневым и черным. Слабая или недостаточная дифференциация указывает на деформацию в тех или иных блоках личностных отношений:

Счастье-горе – блок базового комфорта, Справедливость – обида – блок личностного роста, Дружба – ссора – блок межличностного взаимодействия, Доброта – злоба – блок потенциальной агрессии, Скука – восхищение – блок познания.

При наличии инверсии цветового градусника (основные цвета занимают последние места) у детей часто наблюдается недостаточная дифференциация социальных эмоций – например, и счастье и ссора могут быть обозначены одним и тем же красным цветом. В этом случае надо обратить внимание, как раскрашивает ребенок парные категории и насколько далеко отстоят пары в цветовом выборе.

Актуальность переживания ребенком того или иного чувства указывает его место в цветовом градуснике (задание №1).

В задании №3 отражено эмоциональное отношение ребенка к себе, школьной деятельности, учителю и одноклассникам. Понятно, что при наличии проблем в какой-то сфере, первоклассник раскрашивает именно эти домики коричневым или черным цветом. Целесообразно выделить ряды объектов, которые ребенок обозначил одинаковым цветом. Например, школа-счастье-восхищение или домашние задания – горе-скука. Цепочки ассоциаций достаточно прозрачны для понимания эмоционального отношения ребенка к школе. Дети со слабой дифференциацией эмоций скорее всего будут

амбивалентны и в эмоциональной оценке видов деятельности. По результатам задания №3 можно выделить три группы детей:

- с положительным отношением к школе
- с амбивалентным отношением
- с негативным отношением

ТАБЛИЦА ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО ОПРОСУ РОДИТЕЛЕЙ

№	Фамилия Имя	Количество баллов	Уровень адаптации
1	Алена Р	20	Средний
2	Анжелика П.	31	Высокий
3	Андрей Д	23	Средний
4	Валерия К.	27	Высокий
5	Данилл Т	24	Средний
6	Диана Р.	32	Высокий
7	Дмитрий П	23	Средний
8	Егор И.	20	Средний
9	Елена К.	30	Высокий
10	Катерина Р.	17	Низкий
11	Кирилл Б.	22	Средний
12	Лев К.	28	Средний
13	Лариса С.	28	Высокий
14	Сергей А.	19	Средний
15	Наталья О.	26	Средний
16	Матвей Ж.	29	Средний
17	Максим	15	Низкий
18	Марина Ю.	25	Средний
19	София Л.	22	Средний
20	Дарья П.	23	Средний
21	Анастасия Г.	15	Низкий
22	Егор Ж.	19	Средний
23	Анна С.	26	Высокий
24	Валентина У.	31	Высокий
25	Карина Д.	23	Средний
26	Хадиса М.	24	Средний
27	Мария Г.	24	Средний
28	Григорий Ч	24	Средний
29	Дарина Х.	31	Высокий
30	Анна И.	22	Средний
31	Лариса Ш.	29	Высокий
32	Милана Т.	20	Средний

Итого:

Высокий уровень адаптации 9 человек 28%

Низкий уровень адаптации 3 человека 10%

Средний уровень адаптации 20 человек 62%

Приложение Д

**ТАБЛИЦА ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО МЕТОДИКЕ
Л. М. КОВАЛЕВОЙ – Н. Н. ТАРАСЕНКО.**

Фамилия ученика	Количество баллов	Уровень адаптации	Р	Н	Л	Н	И	Г	И	Н	Н	А	Н
			О	Г Ш		С		С	Н С	П	М	С	И Д
Алена Р		В	+	-	-	+	+	+	-	-	+	+	+
Анжелика П		С	+	+	-	+	+	+	+	-	+	-	-
Андрей Д		Н	+	+	+	+	-	+	+	-	-	-	+
Валерия К		В	-	+	-	-	-	-	+	+	+	+	+
Вадим С		Н	-	+	-	+	+	-	+	+	+	-	+
Данил Т		Н	-	-	-	+	-	-	-	+	-	-	+
Диана Р		С	+	+	-	-	-	+	+	+	+	+	-
Дмитрий П		С	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
Егор И.		С	+	-	-	+	+	+	-	-	-	-	+
Елена К.		С	+	+	-	-	-	+	+	+	+	+	-
Катерина Р.		Н	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+
Кирилл Б.		В	-	+	-	+	-	-	+	+	-	-	+
Лев К.		С	-	+	-	-	-	-	+	+	+	+	+
Лариса С.		Н	-	-	-	+	+	-	-	+	+	+	+
Сергей А.		С	+	+	-	+	+	+	+	-	+	+	-
Наталья О.		В	+	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+
Матвей Ж.		С	+	-	-	+	-	+	-	-	+	+	+
Максим		Н	+	+	-	-	-	+	+	-	+	-	-
Марина Ю.		С	+	+	-	+	+	+	+	-	-	-	+
София Л.		В	-	-	-	+	-	-	-	+	+	+	+
Дарья П.		В	+	+	-	-	-	+	+	+	+	-	+
Анастасия Г.		Н	+	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+
Егор Ж.		Н	+	-	-	+	+	+	-	+	+	+	-
Егор И.		С	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
Елена К.		В	+	+	+	+	-	+	+	-	-	-	+
Катерина Р.		С	-	+	-	-	-	-	+	+	+	+	-
Кирилл Б.		Н	-	+	-	+	+	-	+	+	+	-	+
Лев К.		С	-	-	-	+	-	-	-	+	-	-	+
Лариса С.		В	+	+	-	-	-	+	+	+	+	+	+
Сергей А.		С	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
Наталья О.		Н	+	-	-	+	+	+	-	-	+	+	-
Матвей Ж.		В	+	+	+	-	-	+	+	-	+	-	+

Итого:

Высокий уровень адаптации	5 человек	15%
Низкий уровень адаптации	10 человек	31%
Средний уровень адаптации	17 человек	54%

Приложение Е

**ТАБЛИЦА ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО МЕТОДИКЕ
О.А.ОРЕХОВОЙ «ДОМИКИ»**

	Фамилия ученика	Физиологический компонент			Эмоциональный компонент					Общий уровень адаптации
		и Заболевания в период	фициент Вегетативный	Уровень физиологической тации	Отношение к себе	Отношение к учителю	Отношение к ассникам	Суммарное отклонение	Уровень эмоциональной адаптации	
1	Алена Р	ОРЗ	0,4	Низкий	+	-	-	21	Низкий	Низкий
2	Анжелика П	Нет	1,7	Высокий	+	+	+	12	Средний	Высокий
3	Андрей Д	Нет	0,62	Средний	+	+	+	14	Средний	Средний
4	Валерия К	Нет	0.2	Низкий	-	+	+	17	Средний	Средний
5	Вадим С	ОРЗ	0,78	Средний	-	+	-	24	Низкий	Низкий
6	Данил Т	Нет	0,32	Низкий	-	-	-	20	Низкий	Низкий
7	Диана Р	Нет	0,54	Средний	+	+	+	13	Средний	Средний
8	Дмитрий П	Нет	0,7	Средний	+	+	-	8	Высокий	Средний
9	Егор И.	Нет	0,62	Средний	+	-	-	21	Низкий	Низкий
10	Елена К.	Нет	0.2	Низкий	+	+	+	12	Средний	Высокий
11	Катерина Р.	ОРЗ	0,78	Средний	+	+	+	14	Средний	Средний
12	Кирилл Б.	Нет	0,32	Низкий	-	+	+	17	Средний	Средний
13	Лев К.	Нет	0,54	Средний	-	+	-	24	Низкий	Низкий
14	Лариса С.	Нет	0,7	Средний	-	-	-	20	Низкий	Низкий
15	Сергей А.	Нет	0,62	Средний	+	+	+	13	Средний	Средний
16	Наталья О.	Нет	0.2	Низкий	+	+	-	8	Высокий	Средний
17	Матвей Ж.	Нет	0.2	Низкий	+	-	-	21	Низкий	Низкий
18	Максим	ОРЗ	0,78	Средний	+	+	+	12	Средний	Высокий
19	Марина Ю.	Нет	0,32	Низкий	+	+	+	14	Средний	Средний
20	София Л.	Нет	0,54	Средний	-	-	-	20	Низкий	Низкий
21	Дарья П.	Нет	0,7	Средний	+	+	+	13	Средний	Средний
22	Анастасия Г.	Нет	0,62	Средний	+	+	-	8	Высокий	Средний
23	Егор Ж.	Нет	0.2	Низкий	+	-	-	21	Низкий	Низкий

24	Егор И.	ОРЗ	0,78	Средний	+	+	+	12	Средний	Высокий
25	Елена К.	Нет	0,32	Низкий	+	+	+	14	Средний	Средний
26	Катерина Р.	Нет	0,54	Средний	-	+	+	17	Средний	Средний
27	Кирилл Б.	Нет	0,7	Средний	-	+	-	24	Низкий	Низкий
28	Лев К.	Нет	0,62	Средний	-	-	-	20	Низкий	Низкий
29	Лариса С.	Нет	0.2	Низкий	+	+	+	13	Средний	Средний
30	Сергей А.	Нет	0.2	Низкий	+	+	-	8	Высокий	Средний
31	Наталья О.	ОРЗ	0,78	Средний	+	-	-	21	Низкий	Низкий
32	Матвей Ж.	Нет	0,32	Низкий	+	+	+	12	Средний	Высокий

Итого:

Высокий уровень адаптации 7 человек 21%

Низкий уровень адаптации 15 человек 48%

Средний уровень адаптации 20 человек 62%

Приложение Ж

СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ДИАГНОСТИКИ

№	Методики Фамилия	Методика 1	Методика 2	Методик 3	Среднее значение
1	Алена Р	Средний	Высокий	Низкий	Средний
2	Анжелика П.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
3	Андрей Д	Средний	Низкий	Средний	Средний
4	Валерия К.	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
5	Данилл Т	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
6	Диана Р.	Высокий	Низкий	Низкий	Средний
7	Дмитрий П	Средний	Средний	Средний	Средний
8	Егор И.	Средний	Средний	Средний	Средний
9	Елена К.	Высокий	Средний	Низкий	Средний
10	Катерина Р.	Низкий	Средний	Высокий	Высокий
11	Кирилл Б.	Средний	Низкий	Средний	Средний
12	Лев К.	Средний	Высокий	Средний	Средний
13	Лариса С.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
14	Сергей А.	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
15	Наталья О.	Средний	Средний	Средний	Средний
16	Матвей Ж.	Средний	Высокий	Средний	Средний
17	Максим	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
18	Марина Ю.	Средний	Низкий	Средний	Средний
19	София Л.	Средний	Средний	Средний	Средний
20	Дарья П.	Средний	Высокий	Низкий	Средний
21	Анастасия Г.	Низкий	Высокий	Средний	Средний
22	Егор Ж.	Средний	Низкий	Средний	Средний
23	Анна С.	Высокий	Низкий	Низкий	Низкий
24	Валентина У.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
25	Карина Д.	Средний	Высокий	Средний	Средний
26	Хадиса М.	Средний	Средний	Средний	Средний
27	Мария Г.	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
28	Григорий Ч	Средний	Средний	Низкий	Средний
29	Дарина Х.	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
30	Анна И.	Средний	Средний	Средний	Средний
31	Лариса Ш.	Высокий	Низкий	Низкий	Низкий
32	Милана Т.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий

Итого:

Высокий уровень адаптации	7 человек	21%
Низкий уровень адаптации	6 человек	19%
Средний уровень адаптации	19 человек	60%

Родительское собрание в 1 классе

по теме «Трудности адаптации первоклассников к школе»

Штурмуйте каждую проблему с энтузиазмом...

как если бы от этого зависела Ваша жизнь.

Л.Кьюби

Задачи собрания:

1. Познакомить родителей с особенностями адаптации детей к первому году обучения в школе.
2. Предложить практические советы по адаптации ребёнка к школе.

Форма работы:

Круглый стол

Основные вопросы для обсуждения:

- Физиологические трудности адаптации первоклассников к школе.
- Психологические трудности адаптации первоклассников к школе.
- Система взаимоотношений с ребёнком в семье в период адаптации к школьному обучению.
- Родительский практикум по проблеме.

Оформление класса к родительскому собранию:

1. На школьной доске – тема собрания.
2. К собранию готовится выставка первых рисунков детей – первоклассников на тему «Мои первые дни в школе».
3. Родительский комитет готовит выставку фотографий: «Ура! Мы – школьники».
4. Показ видеофильма «Первое сентября».

Ход собрания

1. Обсуждение с родителями первого школьного дня ребёнка.

Классный руководитель подводит итоги первого школьного дня, праздника «Первое сентября», первого классного часа, посвящённого первому сентябрю.

Родители делятся впечатлениями, которые оставил первый школьный день в душе ребёнка, как ему понравилась школа, учитель, какие подарки он получил в честь того, что он стал школьником.

(Учителю поблагодарить родительский комитет и тех родителей, которые приняли участие в празднике и оказали посильную помощь.)

2. Родительский практикум.

(Проводится в виде игры «Корзина чувств»)

- Уважаемые папы и мамы! У меня в руках корзина, на дне которой находятся самые разнообразные чувства, позитивные и негативные, которые может испытывать человек. После того, как ваш ребёнок переступил школьный порог, в вашей душе, в вашем сердце прочно поселились чувства и эмоции, которые заполнили все ваше существование. Опустите руку в корзину и возьмите то чувство, которое вас переполняет более всего тот период времени, что ваш ребёнок находится в школе, и назовите это чувство.

(Родители называют чувства, которые их переполняют, от которых они страдают. Такое задание позволяет выявить проблемы и трудности семей, связанные со школьным обучением ребёнка и помогает обсудить эти проблемы в ходе собрания.)

3. Обсуждение вопроса «Физиологические условия адаптации ребёнка к школе»

Медицинский работник школы знакомит родителей с проблемами в здоровье ребёнка, которые могут быть связаны с изменением статуса ребёнка. Обратит внимание родителей на:

- Изменение режима дня ребёнка в сравнении с детским садом, увеличение физической нагрузки.
- Необходимость смены учебной деятельности ребёнка дома, создание условий для двигательной активности ребёнка между выполнением уроков.
- Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, соблюдение правил освещения рабочего места.

- Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук.
- Обязательное введение в рацион ребёнка витаминных препаратов, фруктов и овощей.
- Организация правильного питания ребёнка.
- Забота родителей о закаливании ребёнка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка, приобретение спортивного инвентаря: скакалки, гантели и др.
- Воспитание самостоятельности и ответственности ребёнка, как главных качеств сохранения собственного здоровья.

4. Обсуждение вопроса «Психологические условия адаптации ребёнка к школе»

(Выступает школьный психолог)

- Создание благоприятного психологического климата в отношении ребёнка со стороны всех членов семьи.
- Роль самооценки ребёнка в адаптации к школе (чем ниже самооценка, тем больше трудностей у ребёнка в школе)
- Первое условие школьного успеха – самоценность ребёнка для его родителей.
- Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребёнок, к каждому прожитому им школьному дню.
- Неформальное общение со своим ребёнком после пройденного школьного дня.
- Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения с ними после школы.
- Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребёнка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).
- Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.

- Учёт темперамента ребёнка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к школе, быстро теряют к ней интерес, если чувствуют со стороны взрослых насилие, сарказм, жестокость.
- Предоставление ребёнку самостоятельности в учебной работе и организации обоснованного контроля за его учебной деятельностью.
- Поощрение ребёнка и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребёнка. Развитие самоконтроля и самооценки, самодостаточности ребёнка.

5. Итог собрания.

Известный педагог и психолог Симон Соловейчик, имя которого значимо для целого поколения учеников, родителей и учителей, в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребёнка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе в период адаптационного периода. Родителям необходимо объяснить эти правила ребёнку, и, с их помощью, готовить ребёнка к взрослой жизни.

- Не отнимай чужого, но и своё не отдавай.
- Попросили – дай, пытаются отнять – старайся защищаться.
- Не дерись без причины.
- Зовут играть – иди, не зовут – спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.
- Играй честно, не подводи своих товарищей.
- Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси.
- Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.
- Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем из-за отметок не спорь и на учителя за отметки не обижайся. Старайся всё делать вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.
- Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.
- Старайся быть аккуратным.

- Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдём домой.
- Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты – неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

Очень хорошо, если родители поместят свод этих правил в комнате или в рабочем уголке своего ребёнка на видном месте. Желательно в конце недели обратить внимание ребёнка на то, какие правила у него получаются, а какие нет и почему.

Игры и упражнения для развития координации пальцев рук.**Скакалка**

Обе ладони сжаты в кулачок, большие пальцы подняты вверх. Выполняются круговые движения большими пальцами («Крутим скакалку сначала в одну, потом в другую сторону»)

Я скачу, я верчу Новую скакалку. Захочу – обскачу Галю и Наталку. Ну-ка раз, ну-ка два Посреди дорожки, Да бегом с ветерком, Да на правой ножке.	Я скачу, я верчу Новую скакалку. Я скачу, я учу Галю и Наталку. Ну-ка раз, ну-ка два Учатся сестрички. За спиной день - деньской Прыгают косички!

Царапка.

Раз – поджать подушечки пальцев к верхней части ладони, прошипев, как рассерженная кошка: «Ш-ш-ш!»

Два – быстро выпрямить и растопырить пальцы, промяукав, как довольная киска: «Мяу!»

Гонки многоножек

Руки ставятся на край парты на кончики пальцев, превращаясь в пятипалых зверьков. По сигналу зверьки устремляются к противоположному краю парты, передвигая пальцами – ножками. Каждая ножка должна успевать делать шагжок, но прыгать нельзя. Чья многоножка добежит быстрее?

Пальчиковые игры**“Паучок”**

Паучок ходил по ветке, А за ним ходили детки.	(Руки скрещены, пальцы каждой руки “бегут” По предплечью, а затем по плечу др.руки)
Дождик с неба вдруг полил, Паучков на землю смыл. Солнце стало пригревать	(кисти свободно опущены, выполняем стряхивающие движения) (Хлопок ладонями по столу/коленям) (Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу)
Паучок ползет опять	(Пальцы растопырены, качаем руками)
А за ним ползут все детки, Чтобы погулять по ветке.	(Действия аналогичны первоначальным) («Паучки» ползают по голове)

Рыбки

Рыбки в озере живут,

Ладонь выпрямить. пальцы прижать друг к другу (рыбка). В эту игру хорошо играть вдвоем или втроем, изображая целую стайку рыб.

Вверх и вниз они снуют.

Ладони волнообразно перемещать вверх-вниз.

По команде «раз, два, три»

Выпускают пузыри.

Указательный и большой пальцы сложить колечком (пузырь). Обеими руками показывать, как «пузыри» медленно перемещаются снизу вверх.

И кружатся, и шалют,

Ладони поворачивать в разные стороны, перемещать в воздухе.

И хвостиками шевелят.

Пошевелить кончиками пальцев.

