

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ 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

**Владыкина Ирина Юрьевна**

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**  
**ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К**  
**ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой кандидат психологических наук, доцент  
по кафедре психологии Мосина Н.А.



\_\_\_\_\_ (дата, подпись)

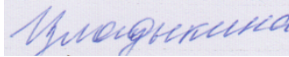
Руководитель кандидат психологических наук, доцент по ка-  
федре педагогики и психологии начального образования  
Сафонова М.В.



\_\_\_\_\_ (дата, подпись)

Дата защиты \_\_\_\_\_

Обучающийся Владыкина И.Ю.



\_\_\_\_\_ (дата, подпись)

Оценка \_\_\_\_\_

(прописью)

Красноярск 2020

## Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы проблемы работы с родителями первоклассников в период адаптации к школьному обучению.....	6
1.1. Понятие школьной адаптации. Особенности адаптации первоклассников к школе.....	6
1.2. Семья как фактор адаптации первоклассников к школе.....	15
1.3. Психолого-педагогические аспекты работы с родителями первоклассников в адаптационный период.....	21
Вывод по главе 1.....	27
Глава 2. Эмпирическое исследование особенностей адаптации первоклассников .....	29
2.1. Методическая организация исследования .....	29
2.2. Анализ результатов констатирующего эксперимента и их обсуждение.....	37
2.3. Система работы педагога с родителями в период адаптации первоклассников.....	45
Выводы по Главе 2.....	55
Заключение.....	58
Список используемых источников.....	60
Приложение.....	66

## Введение

Начало обучения в школе является одним из наиболее сложных периодов в жизни ребенка, который связан, прежде всего, с тем, что школа с первых дней ставит перед ребенком целый ряд задач, требующих максимальной мобилизации физических, интеллектуальных и эмоциональных возможностей. На смену игре приходит новый ведущий вид деятельности, появляются новые обязанности, необходимость устанавливать новые контакты с окружающими, меняется весь уклад жизни ребенка.

Проблема приобретает еще большую актуальность в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, который наряду с усвоением знаний, умений и навыков, предполагает овладение младшими школьниками метапредметными и личностными компетенциями [33].

Успешная адаптация к школьной жизни является одной из актуальных проблем педагогики и психологии, а также предметом исследования многих авторов. Вопросам теории и практики адаптации к школьному обучению посвящены многочисленные исследования Л.С. Выготского, Р.В. Овчаровой, М.М. Безруких, И.А. Коробейникова, М.Р. Битяновой, Ковалевой Г.С и др. Рассматривая адаптацию как процесс приспособления ребенка к новым условиям жизнедеятельности, исследователи подчеркивают ее многоплановость, выделяя физиологическую, социальную и психологическую адаптацию, каждая из которых оказывает существенное влияние на успешность процесса обучения.

Ковалева Г.С считает, что успешность адаптации ребенка к школе зависит не только от уровня его школьной готовности, но и от эмоциональной поддержки родителей. Первый год в школе выступает своего рода испытательным сроком для родителей, когда четко проявляются все особенности воспитания в семье и отношения с ребенком, в том числе: невнимание к ребенку, незнание его особенностей, отсутствие контакта и неумение помочь. В связи с этим, необходимость работы с родителями первоклассников в адаптационный

период не вызывает сомнения, и должна быть направлена, в первую очередь, на оказание помощи родителям в повышении родительской компетентности в вопросах возрастной психологии, семейного воспитания, а также снижение риска возникновения дезадаптации у младших школьников.

Все выше сказанное обуславливает актуальность темы выпускной квалификационной работы «Особенности адаптации первоклассников к школьному обучению».

**Цель исследования:** на основе изучения актуального уровня адаптации первоклассников разработать программу работы с родителями по облегчению естественного процесса адаптации первоклассников.

**Объект исследования:** процесс адаптации первоклассников к школьному обучению.

**Предмет исследования:** актуальный уровень адаптации первоклассников к школьному обучению.

Основная **гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что адаптация первоклассника к школе характеризуется следующими особенностями:

- 1) преимущественно средним уровнем адаптации, означающим условное приспособление к школьным условиям;
- 2) достаточным уровнем интеллектуального развития ребенка, в основном положительным эмоциональным отношением ребенка к школе, трудностями в принятии школьных требований;
- 3) возможностью коррекции в ходе целенаправленной педагогической и психологической работы с родителями.

В соответствии с целью и гипотезой исследования были поставлены следующие **задачи:**

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по теме исследования.
2. Рассмотреть сущность родительских требований в период адаптации

первоклассников.

3. Рассмотреть способы работы педагога с родителями в период адаптации первоклассников.

4. Проанализировать существующие методики и подобрать диагностический комплекс для изучения адаптации первоклассников к школе.

5. Провести констатирующий эксперимент, направленный на изучение особенностей адаптации первоклассников к школе.

6. Проанализировать и описать уровни адаптации первоклассников.

7. Разработать программу для родителей руководителя в адаптационный период первоклассников.

**Методы исследования:**

1. Теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования.

2. Диагностические методы.

3. Тестирование.

4. Контент-анализ.

5. Количественный и качественный анализ данных.

**Экспериментальная база:** исследование проходило в период с 09.09.2019г. по 19.10.2019г., на базе МБОУ «Рыбинская СОШ №7» Рыбинского района Красноярского края. В исследовании приняли участие первоклассники в количестве 16 человек, из них 10 мальчиков и 6 девочки в возрасте 7-8 лет.

## **Глава 1. Теоретические основы проблемы работы с родителями первоклассников в период адаптации к школьному обучению**

### **1.1. Понятие школьной адаптации. Особенности адаптации первоклассников к школе**

Понятие «адаптации» впервые рассматривалось в рамках биологических исследований живого организма, центральным звеном в которых выступали механизмы адаптации, выработанные в результате длительной эволюции, обеспечивают возможность существования организма в меняющихся условиях среды, повышают устойчивость организма к перепадам температуры, к недостатку кислорода, изменениям давления и других неблагоприятных воздействий среды [1]. Биологический аспект, по своей сути, одинаков для людей и животных, потому как в его основе лежит приспособление к изменяющимся природным условиям, изменению климата или изменениям своего организма, например, во время болезни.

Психологический аспект рассматриваемого понятия выступает как процесс взаимодействия личности со средой, при котором последняя, учитывая особенности среды, активно влияет на процесс взаимодействия в целях обеспечения удовлетворения своих основных потребностей, осуществляет поиск адекватных способов реализации значимых целей [15].

Психологический аспект адаптации тесно переплетается с понятием социальной адаптации и характеризуется приспособлением человека как личности к жизни в обществе в соответствии с требованиями и нормами этого общества и собственными потребностями, мотивами и интересами.

Проблема адаптации к школьному обучению находится на стыке ряда наук, таких как: психология, педагогика, социология и медицина. Говоря о школьной адаптации, будем рассматривать ее как психолого-педагогический феномен.

Адаптацию к школе Г.Р. Дичев и Б.Т. Гурусбеков определяют, как сложную систему приспособительных мероприятий, направленных на овладение новыми общественными формами деятельности, и связанную, прежде всего, с изменением статуса ребенка [24].

По мнению М.Р. Битяновой, адаптация к школе выступает как приспособление ребенка к функционированию: выполнению учебных и социальных требований, принятию на себя ролевых обязательств школьника. Естественно, что такое приспособление происходит не только на внешнем, поведенческом уровне, но и на внутреннем, личностном: формируются определенные установки, личностные свойства, помогающие ребенку быть хорошим учеником – послушным и старательным. По мнению автора, адаптированный ребенок – это ребенок, приспособленный к полноценному развитию своего личностного, физического, интеллектуального и других потенциалов в данной ему новой педагогической среде [4].

Как процесс привыкания ребенка к школьным требованиям и порядкам, к новому для него окружению, к новым условиям жизни, рассматривает адаптацию В.Р. Цылев. По его словам, ребенок должен адаптироваться не только к организационной стороне жизни, не только к своей социальной роли, но, прежде всего, к особенностям усвоения знаний в условиях урока. Автор указывает на то, что образовательная среда, организуемая учителем, состоит, с одной стороны, из знаний, умений, правил, деятельности, которые должен усвоить ребенок, с другой стороны, из отношения ребенка к этим правилам и деятельности; с третьей - из отношения ребенка к самому себе, к окружающим его сверстникам и взрослым, из понимания им своего места в этой среде, его эмоциональные самоощущения в ней [34].

Адаптация к школе представляет собой системный процесс и подразделяется на социальную, физиологическую и психологическую адаптацию.

Рассмотрим основные виды адаптации к школьному обучению:

1. *Физиологическая адаптация* к школе у детей проходит в несколько этапов, каждый из которых имеет свои особенности и характеризуется различной степенью напряжения функциональных систем организма [19]:

- ориентировочный этап характеризуется тем, что в ответ на весь комплекс новых воздействий, связанных с началом обучения, организм отвечает бурной реакцией и значительным напряжением практически всех систем; длительность данного этапа в среднем составляет 2-3 недели;

- 2 этап – организм ищет и находит какие-то оптимальные варианты, реакции на постороннее воздействие;

- 3 этап – период относительно устойчивого приспособления, когда организм находит наиболее подходящие варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения всех систем.

Считается, что средняя продолжительность всех трех фаз составляет 5-6 недель [3].

2. *Социальная адаптация*. По мнению Л.И. Кузнецовой, социальная адаптация к школьному обучению представляет собой процесс и результат согласования ребенка с окружающим миром, приспособления к изменившейся среде, к новым условиям жизнедеятельности, к структуре отношений в определенных социально-психологических общностях, установления соответствия поведения принятым в этих общностях нормам и правилам [9].

Критериями определения уровня социальной адаптации первоклассника можно считать [26]:

- *усвоение новой социальной роли*. Происходит осознание себя как школьника. Он знает, что отличается от других и переживает свою уникальность, свою «самость», стремясь утвердить себя среди взрослых и сверстников;

- *мотивация деятельности и поведения*. Мотивы, связанные с самой учебной деятельностью, еще не являются в младшем школьном возрасте ведущими, некоторые дети хотят заслужить хорошую оценку, похвалу учителя



или родителей, другие — стать взрослее, третьи — потому что мама заставляет;

- *уровень развития коммуникативных качеств.* Это умение слушать речь, объяснения, ответы товарищей, просьбы учителя; умение самому предлагать и объяснять;

- *способность к работе в коллективе.* Этот критерий во многом определяет посещал ли ребенок дошкольное учреждение или нет. Ведь у большинства детей, посещавших дошкольные учреждения, уже сформирована способность работать в коллективе;

- *уровень самооценки первоклассника.* Психологи сходятся во мнении, что к семи годам, в отличие от дошкольного возраста, когда ребенок был склонен к завышенной в эмоциональном плане самооценке, самооценка у большинства детей становится более адекватной. В процессе учебной деятельности она в большей степени зависит от результатов учебной деятельности и отношений к нему учителя.

3. *Психологическая адаптация* представляет собой целостную сложную систему взаимосвязанных компонентов, включающих в себя мотивацию, достаточность познавательного, речевого и интеллектуального развития, регуляции действий ребенка по отношению к ряду ситуаций.

В современной практике приоритетными считаются три компонента:

- личностная готовность указывает на то, хочет ли ребенок учиться, ходить в школу, устанавливать новые уровни отношений сотрудничества со сверстниками, реализовывать иные потребности в контексте общественно значимой деятельности;

- наличие воли и мотивации связано, в первую очередь, со способностью контролировать поступки и действия усилием воли, слушать, понимать и вникать в указания учителя, действовать в рамках правил, удерживать внимание определенный промежуток времени;

- общий интеллектуальный уровень интерпретируется уровнем познавательного развития, способностью усваивать новые объективные

знания, различать отдельные стороны предмета, уметь формировать собственное мнение, сравнивать, обобщать, проявлять иную умственную активность [23].

Таким образом, адаптация к школьному обучению определяется как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности [31]. При этом важно, чтобы приспособление проходило без ухудшения самочувствия, настроения, снижения самооценки. Основываясь на анализ аспектов успешной адаптации первоклассников, согласно И.А. Коробейникова [21], определим следующие критерии успешности:

- удовлетворенность ребенка процессом обучения;
- ребенок легко справляется с программой;
- проявляет самостоятельность при выполнении им учебных заданий;
- ребенок удовлетворен межличностными отношениями с участниками образовательного процесса: учителями, одноклассниками.

Младший школьный возраст выступает возрастным периодом, характеризующимся сменой образа и стиля жизни: новые требования, новая социальная роль ученика, принципиально новый вид деятельности - учебная деятельность. В школе он приобретает не только новые знания и умения, но и определенный социальный статус. Меняется восприятие своего места в системе отношений [25].

Начало школьного обучения практически совпадает с периодом второго физиологического кризиса, приходящегося на возраст 7 лет. По словам Л.С. Выготского, этим кризисом открывается школьный возраст. В период кризиса семи лет происходит существенное изменение всего психологического облика ребёнка, коренная перестройка его отношений с социальным окружением [8].

Внешними проявлениями кризиса являются заметные изменения в поведении ребёнка: он начинает манерничать, кривляться, бросается в глаза, привлекать внимание демонстративностью в поведении. Ребёнок становится

трудновоспитуемым, перестает следовать хорошо знакомым, привычным нормам поведения (особенно когда дело касается выполнения повседневных бытовых требований). За этими внешне негативными проявлениями скрываются глубокие изменения в психической жизни ребёнка, которые и составляют основной психологический смысл кризиса семи лет.

Согласно исследованиям Л.С. Выготского, основой этих изменений является утрата детской непосредственности. Ребёнок, вступивший в полосу кризиса, теряет детскую наивность во всех своих проявлениях: в поведении, в отношениях с окружающими; он становится не таким понятным, как раньше. Теперь по поведению ребёнка взрослые не могут однозначно судить о том, что он думает, чувствует, переживает, чего действительно хочет. У ребёнка появляется своя внутренняя жизнь, недоступная окружающим [8].

Наряду с этим происходят и существенные изменения в эмоционально-мотивационной сфере. У младшего школьника впервые возникает обобщение переживаний: череда успехов или неудач, каждый раз переживаемых ребёнком в каких-либо ситуациях (учеба, общение), приводят к формированию устойчивых аффективных комплексов чувства неполноценности, ущемленного самолюбия или, напротив, чувства собственной значимости, умелости, компетентности [12].

Многие исследователи (И.А. Коробейников, Р.В. Овчарова, А.А. Венгер, Л.И. Божович и др.) отмечают, что уже в первые учебные дни может создаваться основа для развития слабой успеваемости в будущем [21;27;7;5].

В большинстве источников констатируется, что слабоуспевающих учащихся характеризуют такие личностные свойства, как:

- неспособность к обобщению, слабая осознанность мыслительной деятельности;
- инертность, косность, пассивность, подражательность ума, явное несоответствие между уровнем интуитивно-практического и словесно-логического мышления [10].

Известны многочисленные публикации, посвященные изучению трудностей школьной адаптации, ее критериев, уровней, этапов. Особо отметим понятие «дезадаптация», которое занимает важное место в педагогической литературе и практике. Это понятие тесно связано со слабой успеваемостью, а причины их часто совпадают. В свою очередь, дезадаптация сама во многих случаях является причиной слабой успеваемости [2].

Ряд авторов (В.Е. Каган, Л.М. Ковалева, И.Н. Агафонова, М.М. Безруких) в качестве критериев дезадаптации выделяют: агрессию, гиперактивность, упрямство, неоправданные страхи, сверхчувствительность, неспособность сосредоточиться на работе, беспричинную неуверенность, частые эмоциональные расстройства, ложь, заметную уединенность и отстраненность, чрезмерную угрюмость и недовольство, чересчур завышенную самооценку и т.д. [20].

Можно выделить факторы риска развития дезадаптации, способные при определенных условиях стать причинами школьной неуспеваемости:

- недостатки в подготовке ребенка к школе, социально-педагогическая запущенность;
- нарушения формирования школьных навыков;
- соматическая ослабленность ребенка;
- двигательные нарушения и пр. [2].

По мнению С.Б. Семичева, в понятии «дезадаптация», следует различать два значения: в широком смысле, под дезадаптацией можно подразумевать расстройства адаптации; в узком смысле дезадаптация предполагает лишь предболезнь, то есть процессы, выходящие за пределы психической нормы, но не достигающие степени болезни [2].

Состояние дезадаптации В.В. Ковалев характеризует как повышенную готовность организма к возникновению того или иного заболевания, формирующегося под влиянием различных неблагоприятных факторов [6].

Рассматривая дезадаптацию личности на социально-психологическом уровне, М.М. Безруких, В.Е. Каган выделяют три основные разновидности дезадаптированности личности:

а) *устойчивая ситуативная дезадаптированность*, которая имеет место тогда, когда личность не находит путей и средств адаптации в определенных социальных ситуациях (например, в составе тех или иных малых групп), хотя предпринимает такие попытки – это состояние можно соотнести с состоянием неэффективной адаптации;

б) *временная дезадаптированность*, которая устраняется с помощью адекватных адаптивных мероприятий, социальных и внутриспсихических действий, что соответствует неустойчивой адаптации.

в) *общая устойчивая дезадаптированность*, являющаяся состоянием фрустрированности, наличие которого активизирует становление патологических защитных механизмов [18].

Одной из главных причин дезадаптации многие исследователи называют несоответствие функциональных возможностей детей требованиям, предъявляемым существующей системой обучения, точнее говоря, отсутствие «школьной зрелости» [20]. В числе прочих причин можно выделить недостаточный уровень умственного развития, социальная незрелость, неудовлетворительное состояние здоровья. Все это – комплекс внутренних причин, так называемые «проблемы ребенка».

Также существуют и внешние причины школьной дезадаптации, иначе говоря, «проблемы учителя». К ним относятся: несоответствующее возможностям учащегося содержание обучения или неподходящая методика преподавания, в некоторых случаях причиной может быть сама личность учителя, стиль его общения и отношений с детьми и родителями и т.п.

Таким образом, все многообразие школьных трудностей в адаптационный период можно условно разделить на два типа:

- *специфические*, основанные на тех или иных нарушениях моторики, зрительно-моторной координации, зрительного и пространственного восприятия, речевого развития и т.п.;

- *неспецифические*, вызванные общей ослабленностью организма, низкой и неустойчивой работоспособностью, повышенной утомляемостью, низким индивидуальным темпом деятельности [35].

В исследованиях Г.М. Чуткиной выявлено три уровня адаптации детей к школе:

1. Высокий уровень адаптации. Ученик положительно относится к школе, предъявляемые требования воспринимает адекватно; учебный материал усваивает легко; прилежен, внимательно слушает указания, объяснения учителя; выполняет поручения без внешнего контроля; занимает в классе благоприятное статусное положение.

2. Средний уровень адаптации. Ученик положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний; понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно; сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при его контроле; бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным; поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками.

3. Низкий уровень адаптации. Ученик отрицательно или индифферентно относится к школе; нередки жалобы на нездоровье; доминирует подавленное настроение; наблюдаются нарушения дисциплины, объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно, самостоятельная работа затруднена, ему необходим постоянный контроль; сохраняет работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха; пассивен; близких друзей не имеет [32].

Итак, мы рассмотрели причины и следствия уровней адаптации первоклассников. Мы можем сказать, что, став первоклассником, ребенок может приобрести как положительные, так и отрицательные факторы для своего

развития и состояния. Важно заметить, что факторы риска имеют достаточно серьёзные последствия, избежать которые можно в случае грамотного подхода к использованию методической работы не только с первоклассниками, но и их родителями. Адаптация первоклассников важный этап в жизни младшего школьника. Она может серьезно повлиять на дальнейшее обучение ребенка в школе, поэтому очень важно на начальном этапе обучения помочь ребенку преодолеть трудности связанные с периодом адаптации.

## 1.2. Семья как фактор адаптации первоклассников к школе

В предыдущем параграфе мы познакомились с понятием «школьной адаптации», с особенностями адаптации первоклассников к школе. Также говорили о том, что психологический аспект адаптации тесно переплетается с понятием социальной адаптации и характеризуется приспособлением человека как личности к жизни в обществе в соответствии с требованиями и нормами этого общества и собственными потребностями, мотивами и интересами.

Согласно исследованиям Р.В. Овчаровой, на течение адаптации первоклассников оказывают влияние различные факторы [27]. Рассмотрим факторы более подробно.

Таблица 1 – Факторы адаптации первоклассников (по Р.В. Овчаровой)

Благоприятные факторы:	Неблагоприятные факторы:
- адекватная самооценку своего положения ребенком;	- неправильные методы воспитания в семье;
- правильные методы воспитания в семье;	- функциональная неготовность к обучению в школе;
- отсутствие в семье конфликтных ситуаций;	- неудовлетворенность в общении с взрослыми;

- благоприятный статус в группе сверстников и т. д.	- неадекватное осознание своего положения в группе сверстников и т. д.
-----------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------

Таким образом, начало обучения ребенка в школе выступает сложным и ответственным этапом в его жизни. Психологи отмечают, что дети 6–7 лет переживают психологический кризис, связанный с необходимостью адаптации к школе:

- во-первых, меняется социальная позиция ребенка: из дошкольника он превращается в ученика. У него появляются новые и сложные обязанности: делать уроки, приходить вовремя в школу, быть внимательным на уроках, дисциплинированным и т. п.;

- во-вторых, у ребенка происходит смена ведущей деятельности. До начала обучения в школе дети заняты преимущественно игрой. С приходом в школу они начинают овладевать учебной деятельностью. Основное психологическое различие игровой и учебной деятельности состоит в том, игровая деятельность является свободной, а учебная деятельность построена на основе произвольных усилий ребенка;

- в-третьих, важным фактором психологической адаптации ребенка к школе выступает его социальное окружение. От отношения учителя к ребенку зависит успешность его дальнейшего обучения в школе. Успешность адаптации ребенка к школе зависит еще и от того, насколько прочно он смог утвердить свою позицию в классе среди сверстников;

- в-четвертых, одной из острых проблем выступает проблема сдерживания двигательной активности инициативного ребенка и, наоборот, активизация вялых и пассивных детей.

От того, как пройдет адаптация у первоклассника на первом году обучения, во многом зависит работоспособность и успеваемость в последующие годы. Соблюдение педагогических условий в период адаптации к обучению в школе, а именно взаимосвязь всех участников образовательного процесса, способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и



трудностей в обучении. Особого внимания заслуживает работа с родителями первоклассников. Одним из главных факторов, влияющих на социальную адаптацию первоклассников, является семья, в которой он воспитывается, так как семья – основа чувства безопасности, основа психического здоровья своих членов (особенно для детей).

Семья – это основной первичный социальный институт социализации ребенка. В семье растет ребенок, и с первых лет своей жизни он усваивает нормы общежития, нормы человеческих отношений, впитывая из семьи и добро, и зло, все, чем характерна его семья. Став взрослыми, дети повторяют в своей семье все то, что было в семье его родителей.

Семья – модель межгендерных отношений, важнейший источник и фильтр социального опыта.

Детско-родительские отношения отличаются от всех других видов межличностных отношений. Они характеризуются сильной эмоциональной значимостью, как для ребенка, так и для родителя. В этих отношениях имеет место амбивалентность – с одной стороны родитель должен уберечь ребенка от опасности, а с другой стороны, дать ребенку опыт самостоятельности во взаимодействии с внешним миром. С одной стороны родитель должен позаботиться о ребенке, а с другой — научить его заботиться о себе самому.

Социальные функции семьи:

- воспитательная – социализация молодого поколения;
- хозяйственно-бытовая – поддержание физического состояния семьи, уход за детьми и престарелыми;
- экономическая – получение материальных средств одних членов семьи для других, материальная поддержка несовершеннолетних и престарелых;
- социальный контроль – ответственность членов семьи за поведение ее членов в обществе, в различных сферах деятельности, это обязанность между супругами, родителями и детьми, старшего поколения за младшее;
- духовное общение – духовное обогащение каждого члена семьи;

- социально-статусная – предоставление членам семьи определенного социального положения в обществе;
- досуговая – организация рационального досуга, развитие взаимного обогащения интересов каждого члена семьи;
- эмоциональная – осуществление психологической защиты каждого члена семьи, организация эмоциональной стабильности личности, психологической терапии.

Социализирующие функции семьи:

1. Семья обеспечивает физическое и эмоциональное развитие человека. В младенчестве и в раннем детстве семья играет определяющую роль, которая не может быть компенсирована другими институтами социализации.

2. Семья играет ведущую роль в умственном развитии ребенка, а также влияет на отношение детей, подростков и юношей к учебе и во многом определяет ее успешность. На всех этапах социализации образовательный уровень семьи, интересы ее членов сказываются на интеллектуальном развитии человека, на том, какие пласты культуры он усваивает, на стремлении к продолжению образования и к самообразованию.

3. Семья имеет важное значение в овладении человеком социальными нормами, а когда речь идет о нормах, определяющих исполнение им семейных ролей, влияние семьи становится кардинальным.

4. В семье формируются фундаментальные ценностные, проявляющиеся в социальных и межэтнических отношениях, а также определяющих его стиль жизни, сферы и уровень притязаний, жизненные устремления, планы и способы их достижения.

В каждой семье объективно складываются определенная, не всегда осознаваемая система воспитания. Родители, на основе понимания ими целей воспитания, выбирают и методы воспитания, устанавливая, что ребенку можно, а чего нельзя.

Могут быть выделены четыре тактики воспитания в семье и отвечающие им четыре типа семейных взаимоотношений:

- диктат – авторитарный стиль, это когда в семье один из родителей или оба родителя полностью подчиняют себе ребенка, навязывая свою волю. Ребенок не имеет права голоса, не может возражать родителям, за него все решают взрослые. При таком воспитании подавляется воля ребенка, он делается несамостоятельным, нерешительным, пассивным, плохо приспособленным к жизни. А бывает, что именно при таком стиле, в переходном возрасте у ребенка рождается бурный протест против диктата взрослых, наблюдаются срывы в поведении, правонарушения.

- опека – разновидность авторитарного стиля. Во благо ребенка родители не дают ему шага шагнуть, постоянно подсказывая, что и как ему необходимо делать. Так воспитываются «мамины сыночки и дочки», которых потом родители вынуждены нянчить всю жизнь.

- «невмешательство или попустительство» - характерен для семей, где отсутствует четкая система воспитания, нет лидеров, родители не пользуются у ребенка авторитетом, дети часто предоставлены сами себе. Воспитательные мероприятия осуществляются от случая к случаю. Дети и взрослые в семье живут как бы сами по себе. При таком «воспитании» дети не приучены к дисциплине, они склонны к анархии, отсутствует уважение к взрослым, интерес к учебе, часты правонарушения.

- сотрудничество – демократический стиль взаимоотношений имеет в своей основе сотрудничество, взаимопонимание детей и родителей, взаимоуважение. С мнением ребенка считаются, с ним советуются. Ему взрослые доверяют. Относятся к нему как к личности, умеющей отвечать за свои поступки перед другими членами семьи. Детей и родителей объединяют общие дела, общие интересы. Существует теплота отношений, дружеского участия. В таких условиях воспитывается личность с чувством собственного достоинства, уважающая и других людей, готовая прийти на помощь, если в ней кто-то нуждается. Именно такими должны быть отношения в семьях.

Таким образом, раскрывая особенности социальной адаптации, можно сделать вывод, что для ребенка не последнюю роль играет то, как он живет в семье, как к нему относятся родители, какие подходы в воспитании применяются, а процесс социальной адаптации связан со значительным напряжением всех систем организма и сопровождается сильными стрессовыми переживаниями, которые необходимо смягчить общими усилиями семьи и профессиональных педагогов.

Называя детско-родительские отношения главным фактором адаптации ребенка, В.И. Долгова в своем исследовании по выявлению влияния стиля семейного воспитания на школьную адаптацию, опиралась на два главных показателя успешности адаптации: тревожность и учебная мотивация [22]. В ходе проведенных исследований ею были получены следующие результаты:

- в семьях с типом «симбиоз» у детей наблюдается повышенная тревожность;
- высокий контроль родителей способствует снижению учебной мотивации ребенка;
- снижению тревожности способствует стиль «кооперация» и способность родителей принимать неудачи ребенка.

В связи с этим, автор указывает на то, что лучшей позицией (стилем) воспитания в семье при адаптации первоклассника является признание ребенка активным субъектом семейных отношений; адекватный контроль в виде эмоционального принятия ребенка и объемных, четких, посильных, последовательных требований. Согласно исследованиям В.И. Долговой, дети из таких семей хорошо приспосабливаются к школе; они активны, как физически, так и социально; инициативны; независимы, эмпатийны и доброжелательны. Однако реально преобладающим в большинстве семей является субъект-объектное отношение родителей к ребенку. Это вызывает проблемы с адаптацией и социализацией ребенка [14].

Итак, таким образом мы можем предложить, что особого внимания заслуживает работа с родителями первоклассников. Семья

обеспечивает физическое и эмоциональное развитие человека, играет ведущую роль в умственном развитии ребенка, имеет важное значение в овладении человеком социальных норм, формирует фундаментальные ценности, проявляющиеся в социальных и межэтнических отношениях. Для ребенка не последнюю роль играет то, как он живет в семье, как к нему относятся родители, какие подходы в воспитании применяются, а процесс социальной адаптации связан со значительным напряжением всех систем организма и сопровождается сильными стрессовыми переживаниями, которые необходимо смягчить общими усилиями семьи и профессиональных педагогов.

### **1.3. Психолого-педагогические условия аспекты работы с родителями первоклассников в адаптационный период**

В предыдущем параграфе мы рассмотрели, что семья играет ведущую роль в адаптации первоклассника в школе. Раскрыли основные социальные функции семьи, выявили влияния стиля семейного воспитания на школьную адаптацию.

Педагогика рассматривает воспитательную функцию семьи современного общества с точки зрения целей и средств, прав и обязанностей родителей взаимодействия родителей в процессе воспитания детей со школой и другими детскими учреждениями, выявляет резервы и издержки семейного воспитания и пути их компенсации.

Семья – один из основных институтов, обеспечивающих взаимодействие личности и общества, интеграцию и определение приоритетности их интересов и потребностей. Она дает человеку представления о жизненных целях и ценностях, о том, что нужно знать и как себя надо вести. В семье ребенок получает первые практические навыки применения этих представлений во взаимоотношениях с другими людьми, соотносит свое «я» с «я» других людей, усваивает нормы, которые регулируют поведение в различных ситуациях

повседневного общения. Объяснения и наставления родителей, их пример, весь уклад в доме, семейная атмосфера вырабатывают у детей привычки поведения и критерии оценки добра и зла, достойного и недостойного, справедливого и несправедливого.

Направления реформы общеобразовательной школы ориентируют педагогов на усиление помощи семье в вопросах повышения ответственности за воспитание подрастающего поколения, на широкое вовлечение родителей в воспитательную работу с учащимися. По мнению И.В. Гребенщикова, родители должны обладать педагогической культурой, под которой автор понимает такой уровень педагогической подготовленности родителей, который отражает степень их зрелости как воспитателей и проявляется в процессе семейного и общественного воспитания детей [13]. Педагогическую подготовленность автор рассматривает, как определенную сумму психолого-педагогических, физиолого-гигиенических и правовых знаний, а также выработанные в процессе практики навыки по воспитанию детей. Основная роль в повышении педагогической культуры родителей, как указывает И.В. Гребенщиков, принадлежит целенаправленному научно-педагогическому просвещению, которой осуществляет учитель, классный руководитель.

Совместные усилия учителя, родителей, школьного психолога, медицинского работника способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей обучения.

Самое главное – создать атмосферу взаимопонимания, доброго взаимоотношения, доверия. Это невозможно без хорошего знания родителями особенностей процесса адаптации, без их убежденности в том, что ребенку необходима их помощь и поддержка, без умения оказывать эту помощь и поддержку. Работа учителя с родителями должна быть, в первую очередь, направлена на ознакомление их с особенностями и условиями адаптации детей к учителю, приемами и способами педагогической поддержки детей, мотивированием пап и мам на оказание помощи детям в адаптации, на сплочение детско-родительского коллектива.

Анализируя процесс адаптации первоклассников к школе, целесообразно выделить те его формы, знание которых позволит реализовать идеи преемственности в работе учителя и родителей [22].

Таблица 2. – Формы процесса адаптации первоклассников

Форма адаптации	Содержание
1. Адаптация организма к новым условиям жизни и деятельности, к физическим и интеллектуальным нагрузкам.	В данном случае уровень адаптации будет зависеть от возраста ребенка, который пошел в школу; от того, посещал ли он детский сад или его подготовка к школе осуществлялась в домашних условиях; от степени сформированности морфофункциональных систем организма; уровня развития произвольной регуляции поведения и организованности ребенка; от того, как изменялась ситуация в семье.
2. 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.).
3. Адаптация к новым условиям познавательной деятельности	Зависит от актуальности образовательного уровня ребенка (знаний, умений, навыков), полученного в дошкольном учреждении или в домашних условиях; интеллектуального развития; от обучаемости как способности овладеть умениями и навыками учебной деятельности, любознательности как основы познавательной активности; от сформированности творческого воображения; коммуникативных способностей (умение общаться со взрослыми, сверстниками).

По мнению В.Н. Ибрагимовой содержание работы учителя с родителями первоклассников должно быть направлено на решение следующих задач:

1. Ознакомление с опытом семейного воспитания детей с целью изучения уровня подготовленности первоклассников к школе; соблюдение

преимущества между дошкольным семейным и школьным воспитанием и нахождение индивидуального подхода к каждому ребенку.

2. Управление воспитанием школьников в семье, оказание помощи родителям в правильной организации учебной и творческой деятельности первоклассника и его отдыха.

3. Привлечение родителей к организации и реализации воспитательной работы в школе, в классе [16].

Родители должны приложить много усилий для того, чтобы помочь ребенку адаптироваться. Благоприятные бытовые условия, соблюдение режима питания, сна, спокойные взаимоотношения членов семьи, общение со сверстниками и многое другое, является основой воспитания для нормальной адаптации ребёнка при поступлении в школу. От того, насколько ребёнок подготовлен в семье к поступлению в школу, зависит дальнейший адаптационный период и его развитие в целом [29].

Среди основных форм работы с родителями в адаптационный период можно выделить следующие:

- *родительские собрания* являются самой распространенной и традиционной формой работы с родителями, которая подразумевает под собой встречу педагогического коллектива, детей и родителей;

- *индивидуальная работа* (в виде консультаций) с родителями;

- *проведение бесед, дискуссий с родителями* (родительский лекторий);

- *организация разного рода совместных детско-взрослых мероприятий* (проведение творческих конкурсов, защита семейных проектов, родительские конференции и т.п.);

- *диагностика детско-родительских отношений*, стиля семейного воспитания;

- *дни открытых уроков* (посещение уроков родителями).

Формы и методы работы школы с родителями необходимо направлять на повышение психолого-педагогической культуры и знаний родителей,



усиление взаимодействия школы и семьи, привлечение родителей к учебно-воспитательному процессу и участию в школьном самоуправлении.

Очень важным является первое родительское собрание, где осуществляется знакомство родителей как с нормативными документами (законодательные документы об образовании, устав школы, образовательные стандарты), так и с основными моментами пребывания ребенка в школе. Сориентироваться родителям в школьной жизни ребенка позволяют раздаваемые им памятки. Памятки могут нести как информацию общего характера. Немаловажным фактором является и поддержка взрослых - мамы, папы, бабушек и дедушек. Чем больше взрослых окажут посильную помощь в этом процессе, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям. Нередко родители ругают ребенка за то, что он поздно возвращается из школы, что ему часто звонят друзья "не по делу", что слишком много времени у него уходит на прогулки. Однако хорошо бы помнить о том, что в этот период первоклассник активно устанавливает контакты, ищет свое место в детской среде, учится сотрудничать с другими детьми и принимать помощь в свой адрес. Родителям необходимо помочь своему ребенку. От того, какую нишу займет ребенок при распределении социальных ролей, зависит весь период его обучения в школе. Большую помощь в организации взаимодействия родителей и педагогов в обучении и воспитании детей может оказать родительский комитет, избираемый на первом собрании.

Большой эффект в воспитании несёт, укрепление связей и взаимопонимания между родителями, детьми и педагогом дают проводимые совместные мероприятия: концерты и представления детей для членов семей, походы в составе класса с родителями на природу, экскурсии в музеи, зоопарк, посещения театров и различные другие мероприятия. Они также способствуют формированию коллектива в классе.

Объединению родителей и детей способствует их совместная работа по изучению истории своей семьи [37]. Ее можно проводить в виде классных часов в период обучения детей в начальной школе. На классных часах дети знакомятся с понятиями и сведениями о родословных, профессиях и фамилиях

родственников, семейных праздниках и традициях, участии в войне родственников.

Таким образом, создание благоприятных условий адаптации ребенка к школе с учетом особенностей ее проявления является важнейшим фактором обеспечения преемственности в его развитии. Подготовка к школе должна быть комплексной, рационально организована, учитывать возрастные и индивидуальные особенности ребенка, то есть надежда на успешную адаптацию в школе, снижение вероятности возникновения школьных трудностей, сохранение физического и психического здоровья детей.

От того, как протекает процесс адаптации, во многом зависит психофизическое состояние будущего ученика. Представленные выше формы работы с родителями, наводят нас на мысль, что такие формы имеют многочисленные преимущества в реализации благополучного взаимодействия родителей с детьми в период адаптации к школе.

## Выводы по Главе 1

Анализ научной литературы по проблеме исследования позволяет сделать следующие выводы:

1. Адаптация — это система приспособительных мероприятий, направленных на овладение новыми общественными формами деятельности, и связанную, прежде всего, с изменением статуса ребенка:

- *физиологическая адаптация* характеризуется особенностями различной степени напряжения функциональных систем организма

- *социальная адаптация* - процесс и результат согласования ребенка с окружающим миром, приспособления к изменившейся среде, к новым условиям жизнедеятельности, к структуре отношений в определенных социально-психологических общностях, установления соответствия поведения принятым в этих общностях нормам и правилам

- *психологическая адаптация* представляет собой целостную сложную систему взаимосвязанных компонентов, включающих в себя мотивацию, достаточность познавательного, речевого и интеллектуального развития, регуляции действий ребенка по отношению к ряду ситуаций.

2. Критериями благополучной адаптации первоклассников к школе следует считать положительную динамику работоспособности, отсутствие выраженных неблагоприятных изменений показателей здоровья и оптимальное усвоение учебной программы. Изменения в поведении детей являются индикатором трудности процесса адаптации к школе.

3. Любой фактор риска (или сочетание факторов) в социальном, личностном, психофизиологическом развитии ребенка может привести к дезадаптации. Дополнительными факторами риска дезадаптации может быть повышенная тревожность в ситуациях школьного взаимодействия, эмоциональная возбудимость и неустойчивость в сочетании со слабо развитым самоконтролем. Следовательно, актуальной является проблема психолого-

педагогической профилактики и коррекции школьной дезадаптации первоклассников.

4. Работу школы с родителями необходимо направлять на повышение психолого-педагогической культуры и знаний родителей, усиление взаимодействия школы и семьи, привлечение родителей к учебно-воспитательному процессу для облегчения адаптации.

5. Повышение адаптации первоклассников заключается в его комплексной системе развития, включающую социальное, личностное, эмоциональное, когнитивное, познавательное и физическое развитие, с помощью социально-психологической программы работы с родителями, включающую в себя необходимые приемы, методы и техники (дискуссия, ролевая игра, деловая игра, психодрама, методы, направленные на развитие детско-родительских отношений).

## **Глава 2. Эмпирическое исследование особенностей адаптации первоклассников**

### **2.1. Методическая организация исследования**

Основная цель исследования нами была определена следующим образом: изучение адаптации первоклассников к школе. Исследование проводилось в период с 09.09.2019г. по 19.10.2020г., на базе МБОУ «Рыбинская СОШ №7» Рыбинского района Красноярского края. В исследовании приняли участие первоклассники в количестве 16 человек, из них 10 мальчиков и 6 девочек в возрасте 7-8 лет.

Для проведения исследования мы выбрали следующий диагностический комплекс.

**1. Рисуночная методика «Рисунок человека».** Тест разработан К. Махвер в 1946 году на основе теста Ф. Гудинафа с целью определения индивидуальных особенностей личности. Это один из наиболее используемых диагностических методов. Его можно проводить с трехлетнего возраста. Выводы об уровне умственного развития по результатам тестирования наиболее надежны применительно к дошкольному и младшему школьному возрасту. В качестве личностного теста методика успешно интерпретируется, начиная со старшего дошкольного возраста, и не имеет возрастных ограничений.

Тест выполняют на листе бумаги формата А4 (21 x 30 см), но допустим и меньший формат. Лист располагают перед обследуемым вертикально. Если в дальнейшем обследуемый его поворачивает, то ему в этом не препятствуют.

Рисунок, выполняют простым карандашом. Удобно использовать карандаш с резинкой. Если карандаш без резинки, то ее дают отдельно, но специально привлекать к ней внимание обследуемого не следует. Некоторые авторы не рекомендуют давать обследуемому резинку, чтобы были видны все пробные действия во время рисования.

Интерпретация. В целом рисунок ребенка должен соответствовать приведенному описанию. Чем его рисунок ближе к этому образцу, тем выше уровень его развития. Присвойте каждому положительному ответу один балл и суммируйте полученные баллы. Нормально умственно развитый ребенок должен набрать в соответствии со своим возрастом указанные внизу очки.

К основным деталям относятся: голова, туловище, глаза, рот, нос, руки, ноги; парные детали оценивают в 2 балла независимо от того, изображены ли они обе или только одна. 1 балл ставится за каждую из следующих второстепенных деталей: уши, волосы (или шапка), брови, шея, пальцы, одежда, ступни (обувь). За правильное количество пальцев добавляют еще 1 балл.

За пластический способ изображения — 8 дополнительных баллов; за промежуточный (при наличии хотя бы отдельных пластических элементов) — 4 балла; если способ изображения схематический, причем руки и ноги изображены двойными линиями, добавляется 2 балла. За схематическое изображение, в котором руки или ноги изображены одинарной линией или отсутствуют, дополнительных баллов нет.

Возраст	Баллы
5,1–6,0	14–22
6,1–7,0	18–25
<b>7,1–8,0</b>	<b>20–26</b>
8,1–9,0	22–27
9,1–10,0	23–28
10,1–11,0	24–30

**Анализ:** если рисунок ребенка соответствует норме, то никаких дополнительных баллов к общему баллу не добавляется.

Если в рисунке ребенка обнаруживается отставание от возрастной нормы, то от общего балла в целом по исследованию отнимается еще 5 баллов.

**2. Карта экспертной оценки социально-психологической адаптации** (Карта наблюдения Д. Стотта) используется для диагностики трудностей адаптации ребенка в школе, анализа характера дезадаптации и степени неприспособленности детей к школе по результатам длительного наблюдения, дает возможность получить картину эмоционального состояния ребенка, не позволяющего ему адекватно приспособиться к требованиям школьной жизни. Карта состоит из 198 «отрезков», сгруппированных в 16 синдромов.

- I - недоверие к новым людям, вещам, ситуациям;
- II - депрессия;
- III - уход в себя;
- IV - тревожность по отношению к взрослым;
- V - враждебность по отношению к взрослым;
- VI - тревожность по отношению к детям;
- VII - недостаток социальной нормативности;
- VIII - враждебность по отношению к другим детям;
- IX - неутомимость;
- X - эмоциональное напряжение;
- XI - невротические симптомы;
- XII - неблагоприятные условия среды;
- XIII - умственная отсталость;
- XIV - сексуальное развитие;
- XV - болезни и органические нарушения;
- XVI - физические дефекты.

Заполняется карта учителем или взрослыми, хорошо знающими ребенка. В регистрационном бланке зачеркиваются те цифры, которые соответствуют формам поведения (синдрому), наиболее характерным для данного ребенка. Центральная вертикальная черта отделяет более тяжелые нарушения (справа) от менее тяжелых (слева). При подсчете симптомов, находящихся слева

от вертикальной черты, оценивается одним баллом, справа – двумя. Подсчитывается сумма баллов по каждому синдрому и общий «коэффициент дезадаптированности» по сумме баллов по всем синдромам. Помимо количественной обработки результатов проводится их качественный анализ.

Большое количество зачеркнутых отрезков у ребенка (по сравнению с другими детьми) дает возможность сделать вывод о серьезных нарушениях в развитии его личности и поведения, а также выделить те синдромы, которые в первую очередь определяют нарушения и преодоление которых должно занимать центральное место в работе с ребенком.

#### Ориентировочные критерии.

Таблица №3 – Обработка результатов по методике Д. Стотта

I.	<b>НД</b> - недоверие к новым людям, вещам, ситуациям. Это ведет к тому, что любой успех стоит ребенку огромных усилий. <b>От 1 до 11</b> - менее явные симптомы; <b>от 12 до 17</b> - симптомы явного нарушения.
II.	<b>Д</b> - депрессия. В более легкой форме (симптомы <b>1-6</b> ) время от времени наблюдаются разного рода перепады активности, смена настроения. Наличие симптомов <b>7 и 8</b> свидетельствует о склонности к раздражению и физиологическом истощении. Симптомы <b>9-20</b> отражают более острые формы депрессии. Пунктам синдрома «Д» обычно сопутствуют выраженные синдромы «ВВ» и «ТВ», в особенности в крайних формах депрессии. По всей вероятности, они действительно представляют элементы депрессивного истощения.
III.	<b>У</b> - уход в себя. Избегание контакта с людьми, самоустранение. Защитная установка по отношению к любым контактам с людьми, неприятие проявляемого к нему чувства любви.
IV.	<b>ТВ</b> - тревожность по отношению к взрослым. Беспокойство и неуверенность в том, интересуется ли им взрослые, любят ли его. Симптомы <b>1-6</b> - ребенок старается убедиться, «принимают» ли и любят ли его взрослые. Симптомы <b>7-10</b> обращает на себя внимание и преувеличенно добивается любви взрослого. Симптомы <b>11-16</b> - проявляет большое беспокойство о том, «принимают» ли его взрослые.
V.	<b>ВВ</b> - враждебность по отношению ко взрослым. Симптомы <b>1-4</b> - ребенок проявляет различные формы неприятия взрослых, которые могут быть началом враждебности или депрессии. Симптомы <b>5-9</b> - относится ко взрослым то враждебно, то старается добиться их хорошего отношения. Симптомы <b>10-17</b> - открытая враждебность, проявляющаяся в асоциальном поведении. Симптомы <b>18-24</b> - полная, неуправляемая, привычная враждебность.
VI.	<b>ТД</b> - тревога по отношению к детям. Тревога ребенка за принятие себя другими детьми. Временами она принимает форму открытой враждебности. Все симптомы одинаково важны.
VII.	<b>А</b> - недостаток социальной нормативности (асоциальность). Неуверенность в одобрении взрослых, которая выражается в различных формах негативизма. Симптомы <b>1-5</b> – отсутствие стараний понравиться взрослым. Безразличие и



	отсутствие заинтересованности в хороших отношениях с ними. Симптомы <b>5-9</b> у более старших детей могут указывать на определенную степень независимости. Симптомы <b>10-18</b> - отсутствие моральной щепетильности в мелочах. <b>16</b> - считает, что взрослые недружелюбны, вмешиваются, не имея на это права.
VIII.	<b>ВД</b> - враждебность к детям (от ревнивого соперничества до открытой враждебности).
IX.	<b>Н</b> - неугомонность. Неугомонность, нетерпеливость, неспособность к работе, требующей усидчивости, концентрации внимания и размышления. Склонность к кратковременным и легким усилиям. Избегание долговременных усилий.
X.	<b>ЭН</b> - эмоциональное напряжение. Симптомы <b>1-5</b> свидетельствуют об эмоциональной незрелости. <b>6-7</b> - о серьезных страхах. <b>8-10</b> – о прогулах и непунктуальности.
XI.	<b>НС</b> - невротические симптомы. Острота их может зависеть от возраста ребенка, они также могут быть последствиями существовавшего прежде нарушения.
XII.	<b>НД</b> - недоверие к новым людям, вещам, ситуациям. Это ведет к тому, что любой успех стоит ребенку огромных усилий. <b>От 1 до 11</b> - менее явные симптомы; <b>от 12 до 17</b> - симптомы явного нарушения.
XIII.	<b>Д</b> - депрессия. В более легкой форме (симптомы <b>1-6</b> ) время от времени наблюдаются разного рода перепады активности, смена настроения. Наличие симптомов <b>7 и 8</b> свидетельствует о склонности к раздражению и физиологическом истощении. Симптомы <b>9-20</b> отражают более острые формы депрессии. Пунктам синдрома «Д» обычно сопутствуют выраженные синдромы «ВВ» и «ТВ», в особенности в крайних формах депрессии. По всей вероятности, они действительно представляют элементы депрессивного истощения.
XIV.	<b>У</b> - уход в себя. Избегание контакта с людьми, самоустранение. Защитная установка по отношению к любым контактам с людьми, неприятие проявляемого к нему чувства любви.

**3. Тест А. М. Эткинда «Цветовой тест отношений» для изучения системы отношений ребёнка к себе и другим значимым людям в семье и школе.**

Цветовой тест отношений (ЦТО) — невербальный тест, отражающий как сознательный, так и частично неосознаваемый уровни эмоциональных отношений человека. Он базируется на предположении о том, что существенные характеристики отношений к объектам и явлениям окружающего мира, другим людям и самому себе отражаются в цветовых ассоциациях с ними. Цветоассоциативный тест показывает неосознаваемые компоненты отношения, минуя защитные механизмы сознания.

**Оборудование:** набор цветных стимулов из восьмицветового теста М. Люшера.

**Процедура обследования:** проводится индивидуально. Проведение ЦТО

включает следующие процедуры:

1. Исследователь совместно с ребёнком составляет список значимых людей из непосредственного окружения ребёнка.

2. Перед ребёнком на белом фоне в случайном порядке раскладывают цветные карточки и предлагают подобрать каждому человеку и понятию из списка подходящие цвета. Выбранные цвета могут повторяться.

Инструкция может быть, например, такой: «Не знаю, правда ли, просто ли красивая легенда, но говорят, где-то далеко, а может быть, и близко есть удивительная страна. От всех жителей этой страны, от животных, растений и всех предметов исходит Внутренний Свет, различимый для человеческого глаза. То есть можно видеть не только внешнюю сторону предметов и не только внешний облик живых существ, но и их внутреннюю сущность, их характер, их душу (Внутренний Свет). При этом разные люди и предметы светятся разными цветами. Кто-то синим, кто-то красным. Представляешь, как красиво — самые обычные улицы, с самыми обычными домами, фонарями, прохожими сияют и переливаются всеми цветами радуги! Посмотри на цветные карточки. Если бы ты попал(а) в эту страну, какого цвета был бы твой внутренний лучик? Выбери самую подходящую тебе карточку и покажи... Интересно, какими цветами светились бы твои родные и знакомые или разные предметы? Давай поиграем в такую игру: я буду называть людей или предметы, а ты подберёшь подходящий цвет для их внутренних лучиков. Один и тот же цвет можно подбирать для разных людей. Попробуем? Подбери цвет, подходящий твоему папе...» (ребёнок подбирает цвета всем людям и понятиям из списка).

3. После завершения ассоциативной процедуры ребёнок ранжирует цвета в порядке убывания предпочтения, начиная с «самого красивого, приятного для глаза» и заканчивая «самым некрасивым, неприятным» (таким образом, выполняется краткий вариант восьмицветового теста М. Люшера).

### **Обработка и интерпретация полученных данных**

Стандартное обозначение цветов, используемых в ЦТО и цветовом тесте М.

Люшера: 1 – синий, 2 – зелёный, 3 – красный, 4 – жёлтый, 5 – фиолетовый, 6 – коричневый, 7 – чёрный, 0 – серый.

**Интерпретация результатов** основывается на двух процедурах:

1. Сопоставление цветов, ассоциируемых с определенными людьми и понятиями, с их местом (рангом) в раскладке по предпочтению. Если с каким-либо лицом или понятием ассоциируются цвета, занимающие первые места в раскладе, значит, к данному лицу или понятию ребёнок относится положительно, эмоционально принимает его, удовлетворён существующими отношениями. Если же с ним ассоциируется цвет, занимающий последние места в раскладе, значит, отношение ребёнка — негативное, существует эмоциональное неприятие, отношения с ним чем-то не устраивают. Чем больше ярких цветочных карточек окажется в выборе испытуемого на первых четырех позициях, тем ближе он к гармоничной норме, и наоборот, — чем больше там ахроматических и смешанных цветов, тем выше уровень дезадаптации. Однако наиболее полной и достоверной может быть лишь интегративная целостность описываемого образа, и полученные данные следует трактовать не в отрыве от личности, а как реакцию на ситуацию, типичную для нее.

2. Интерпретация эмоционально-личностного значения каждой цветовой ассоциации, на основе которой может быть составлено представление о содержательных особенностях отношения.

Таблица № 4. – Личностные характеристики цветов, входящих в ЦТО:

Цвет	Характеристика цвета
Синий (1)	Честный, справедливый, добросовестный, добрый, спокойный. Выявляет чувствительность, умение сопереживать, склонность к созерцательности, доверие, преданность.
Зелёный (2)	Чёрствый, самостоятельный, невозмутимый. Выявляет упорство, целеустремлённость, сопротивление изменениям, постоянство воззрений. Вариант самоутверждения. Ассоциация родителей с этим цветом чаще всего указывает на их доминантную роль, высокий контроль, предъявление чрезмерных требований и строгость наказаний.
Красный (3)	Решительность, энергичный, напряжённый, суетливый, дружелюбный,

	уверенный, общительный, раздражительный, сильный, обаятельный, деятельный. Выражает жизненную силу, стремление и волю к успеху.
Жёлтый (4)	Разговорчивый, безответственный, открытый, общительный, энергичный. Выражает раскованность, оптимизм, полную радостных надежд изменчивость при отсутствии последовательности и плановости. Ассоциация родителей с этим цветом часто указывает на воспитание по типу потворствующей гиперпротекции (кумир семьи).
Фиолетовый (5)	Может рассматриваться двойственно: с одной стороны, выражает эгоизм, неискренность, самостоятельность, с другой – характеризует стремление к интуитивному пониманию, высокой степени чувственной близости, ведущей к слиянию субъекта и объекта, желание восхищать других, безответственность.
Коричневый (6)	Уступчивый, зависимый, спокойный, добросовестный, расслабленный. Характеризует отношения зависимости.
Чёрный (7)	Непривлекательный, молчаливый, упрямый, замкнутый, эгоистичный, независимый, враждебный, нелюдимый. Символизирует отказ, отречение или неприятие, приписывание негативных качеств.
Серый (0)	Нерешительный, вялый, расслабленный, неуверенный, несамостоятельный, слабый, пассивный. Характеризуется стремление отгородиться, уйти от общения и обязательств.

На основании проведенного анализа научной литературы мы выделили критерии и уровни адаптации первоклассников.

Таблица № 5. – Критерии и уровни адаптации первоклассников к школе

Критерии	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Методики
Интеллектуальная готовность к обучению.	Хорошо развито умственное развитие, ребенку легко дается учеба и успешно усваивается учебный материал, рисунок соответствует образцу, четко	У ребенка достаточное умственное развитие, учебный материал усваивается без особых проблем, но нет особого желания,	У ребенка наблюдается недостаточное умственное развитие, на это указывает рисунок, который не соответствует предлагаемому образцу, сильно	Рисуночная методика «Рисунок человека».

	виден рисунок человека, есть все требуемые элементы.	рисунок почти соответствует предлагаемому образцу, есть схожие детали, в целом похож на человека.	отличаются, минимальная схожесть с рисунком человека, отсутствие элементов.	
Степень эмоционального состояния ребенка и его приспособленность к школе	Благоприятное эмоциональное состояние ребенка, которому легко в коллективе и комфортно в школе, отсутствие тревожности.	Эмоциональное состояние ребёнка в коллективе вполне благоприятное, но могут проявлять тревогу, беспокойство, в сложных ситуациях, адаптация неустойчивая.	Эмоциональное состояние результатом, которого является ребёнок, у которого ощущается эмоциональное напряжения в школе, наблюдается дизадаптация.	Карта наблюдения Д. Стотта
Характеристика отношений к сверстникам, учителю окружающих людей.	предполагает положительное отношение ребенка к школе, адекватную реакцию на предъявляемые требования. В большинстве случаев нет нарушения личностного отношения к школе	ребенок положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний незначительная серьезность нарушения личностного отношения со сверстниками	у ребенка наблюдаются отрицательное или индифферентное отношение к школе, доминирующее подавленное настроение, значительная серьезность нарушения личностного отношения со сверстниками	Тест А.М. Эткиндр «Цветовой тест отношений»

Ниже мы представляем обсуждение результатов исследования.

## 2.2. Анализ результатов констатирующего эксперимента и их обсуждение

На втором этапе была проведена экспериментальная работа по изучению адаптации первоклассников. Для определения уровня адаптации у

первоклассников было проведено исследование с помощью подобранных методик.

С помощью этих методик нами было проведено тестирование в разные дни, в первой половине дня. Все полученные данные были подвергнуты соответствующей процедуре обработки.

Результаты диагностики по тесту **Рисуночная методика «Рисунок человека»** К. Маховер на Рисунке 1 и в Приложении А, таблица 1.

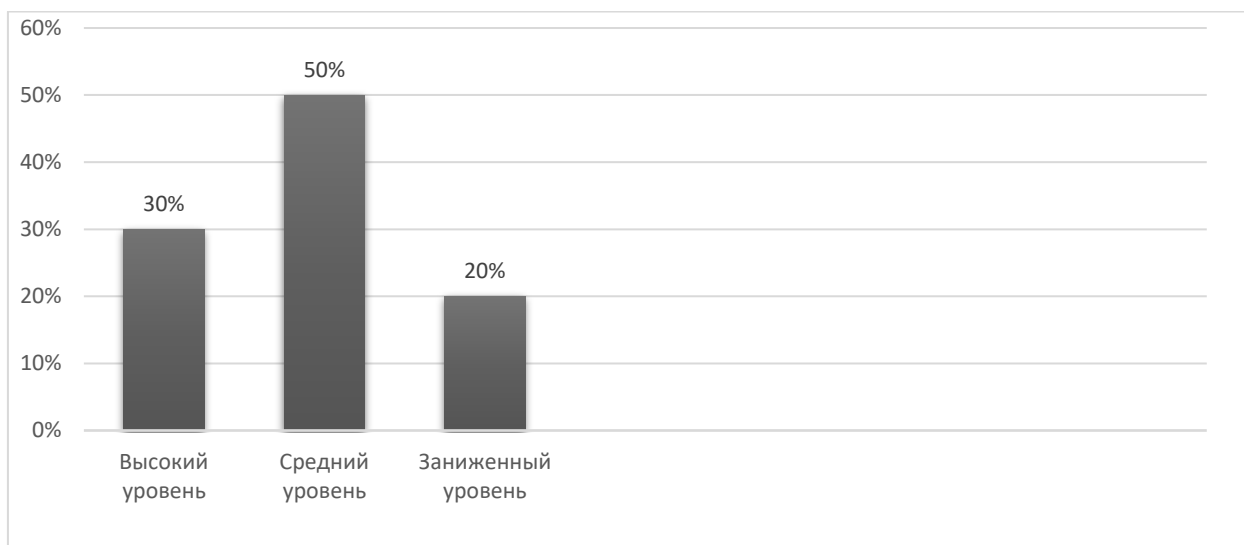


Рис. 1. – Уровень интеллектуального развития первоклассников по методике «Рисунок человека» (распределение в %)

Полноценной адаптации к учебной деятельности способствует высокий уровень сформированности интеллектуальных функций. По результатам методики видно, что у большинства детей средний уровень 50 % (8 человек) адаптации к школе. Для этих детей характерны не большие трудности в освоении образовательной программы. В процесс адаптации этом может стать причиной неполноценного освоения учебного материала, но как правило ко второму полугодию у этих детей реакция становится адекватной к школьным требованиям.

У 20 % (3 человека) детей – низкий уровень адаптации, что чаще всего приводит к значительным трудностям усвоения образовательной программы.

Такие дети с трудом понимают инструкцию учителя, что в дальнейшем влияет на успеваемость обучающихся в целом.

У 30 % (5 человек) детей – высокий уровень адаптации к школе. Такие дети добросовестно и без видимого напряжения выполняют просьбы учителя. Освоение образовательной программы дается им легко, без особых трудностей выполняют базовые задания.

Полученные показатели дезадаптации представлены в рис. 2. Результаты индивидуальной диагностики младшего школьного возраста вынесены в Приложение А. и рисунках 1, 2 и 3.

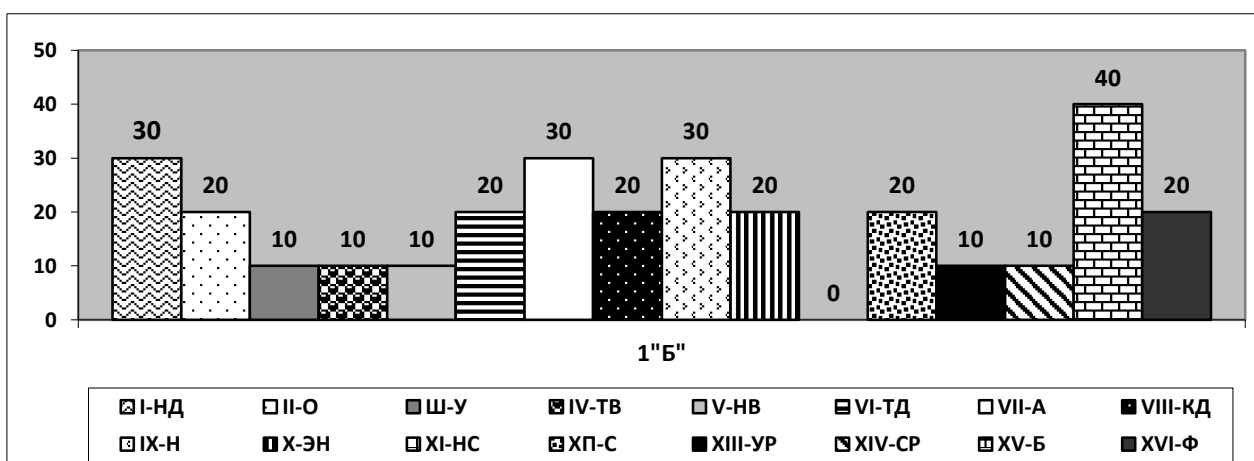


Рис. 2. Уровень симптомокомплексов первоклассников по карте Д. Стотта (%)

#### Условные обозначения

I-НД	Недостаток доверия к новым вещам	незрелость.
II-О	Ослабленность (астения).	XI-НС Невротические симптомы
III-У	Уход в себя	XII-С Неблагоприятная среда.
IV-ТВ	Тревога за "принятие" взрослыми	XIII-УР Умственное развитие (отставание в предметных знаниях)
V-НВ	Неприятие взрослых (открытая враждебность)	XIV-СР Сексуальное развитие (отклонения)
VI-ТД	Тревога за "принятие" детьми	XV-Б Болезненность
VII-А	Асоциальность (отсутствие моральной чувствительности)	XVI-Ф Физическое развитие (наличие отклонений)
VIII-КД	Конфликтность с детьми	
IX-Н	Неусидчивость	
X-ЭН	Эмоциональная	

Анализ результатов, полученных с помощью «Карты наблюдений Дж. Стотта», также подтвердил неблагоприятное прохождение этапа

школьной адаптации у 4 (30%) учеников в классе. Как видно из рис. 2., дети почти по всем симптомокомплексам имеют невысокие показатели. По таким симптомокомплексам, как недоверие к новым людям, вещам, ситуациям (НД) 20 %, (3 человека), тревожность по отношению к взрослым (ТВ) 10 % (1 человек) и асоциальность (А) 30% (4 человека), различия достигают уровня статистической значимости; относительно таких симптомокомплексов, как враждебность по отношению к взрослым (ВВ) 10% (1 человек), враждебность по отношению к детям (КД) 20% (3 человека), уход в себя (Ш-У) 10% (1 человек) и невротические симптомы (НС) 0%, мы можем говорить о наличии статистически выраженной тенденции; различия в степени выраженности симптомокомплексов неусидчивость (Н) 30% (4 человека) и «эмоциональная нестабильность» (ЭН) 20 % (3 человека) незначимы, 10% (1 человек) Б имеет симптомокомплекс болезненности, что указывает на бурную реакцию физиологической адаптации и значительным напряжением практически всех систем, так же связано с наличием слабого физического развития.

На рис. 2. мы видим, что показатели эмоционального неблагополучия, указывают на неприспособленность этих детей к школе. Раскрывая содержательную сторону этого соотношения, мы можем сказать следующее. Показатели по симптомокомплексу НД означают, что любой успех стоит этим детям огромных усилий. В поведении это проявляется в том, что ученики из класса, чаще всего «разговаривают с учителем только тогда, когда находятся с ним наедине», «плачут, когда им делают замечания», многие дети «здороваются с учителем только тогда, когда тот обратит на них внимание», «не подходят к учителю по собственной инициативе», они «слишком застенчивы, чтобы попросить о чем-то, например, о помощи», «легко начинают нервничать, плачут, краснеют, если им задают вопрос», многие из них «никогда не приносят и не показывают учителю найденных ими вещей», «не приносят учителю цветов или других подарков» и т. д. При этом значительная часть 20 % (4 человека) детей проявляет сильную тревожность по отношению к учителю. Эти дети «очень охотно выполняют свои обязанности», «обнаруживают чрезмерное



желание здороваться с учителем», являются, с его точки зрения, «слишком разговорчивыми (докучают своей болтовней)», «всегда находят предлог занять учителя своей особой», пытаются монополизировать учителя, постоянно нуждаются в помощи и контроле с его стороны. За этими поведенческими проявлениями стоит беспокойство и неуверенность детей в том, что учитель интересуется ими, принимает и любит их. Степень тревожности по отношению к другим детям проявляется в том, что одни «заботятся о том, что - бы всегда находиться в согласии с большинством», «навязываются другим детям, ими легко управлять», другие, наоборот, «любят быть в центре внимания», хвастаются, паясничают, ведут себя шумно, когда учителя нет в классе. Таким образом «Карта наблюдений Дж. Стотта» отражает эмоциональное неблагополучие, неприспособленность ребенка, его внутриличностные конфликты.

Исходя из полученных данных мы можем выделить три уровня адаптации первоклассников к школе. (Рисунок 3)

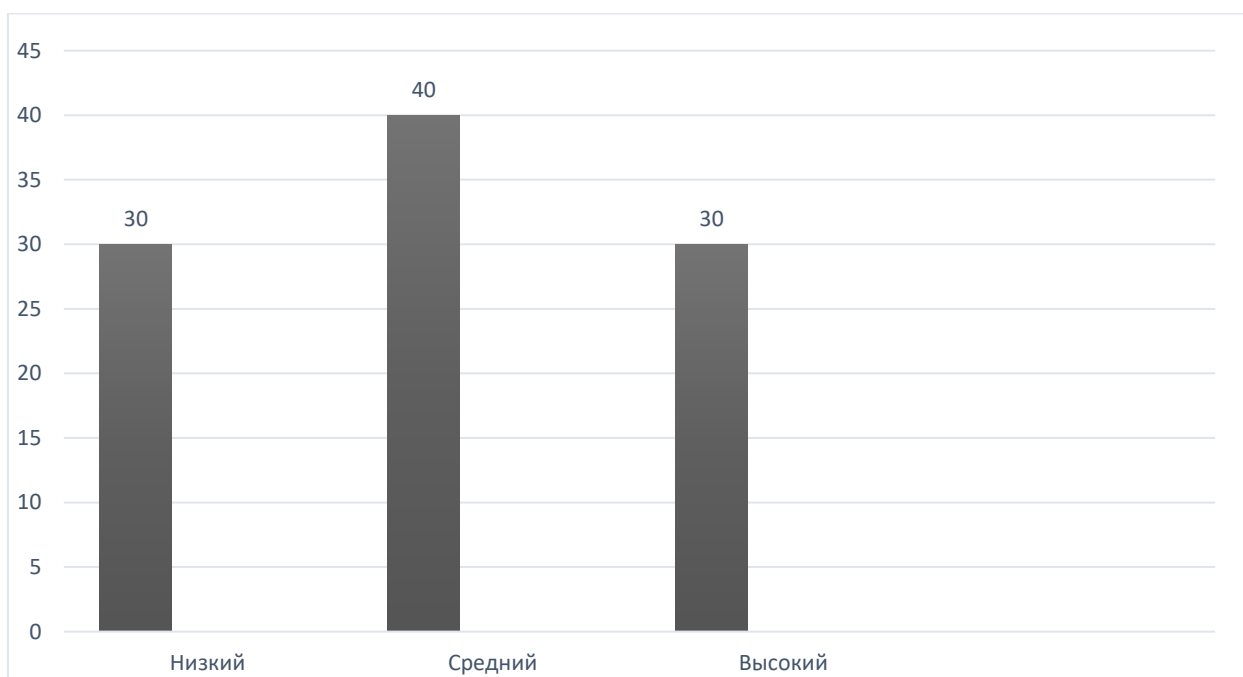


Рис.3. Уровни адаптации первоклассников к школе по методике наблюдения Д.Стотта (%)

Полученные результаты по карте наблюдений Д.Стотта, позволяет нам

выявить уровень эмоциональное состояние детей.

У 30 % наблюдается низкий уровень, что указывает на дизадаптацию этих детей. Они чаще всего неприспособлены к обучению в школе, в своих делах неуспешны, испытывают внутриличностные конфликты, сильную тревожность и враждебность по отношению к сверстникам и учителю, наблюдается неусидчивость и вспыльчивость.

У 40 % детей наблюдается средний уровень адаптации к школе. Эти дети могут проявлять тревогу и враждебность по отношению к сверстникам и учителю, в зависимости от ситуации, в которой находятся. В благоприятных условиях наблюдается положительное отношение к школе.

Исходя из данной методики у остальных 70% детей класса адаптация проходит успешно, они легко справляются с трудностями межличностного общения как со сверстниками, так и с учителем.

#### **Тест А. М. Эткинд «Цветовой тест отношений».**

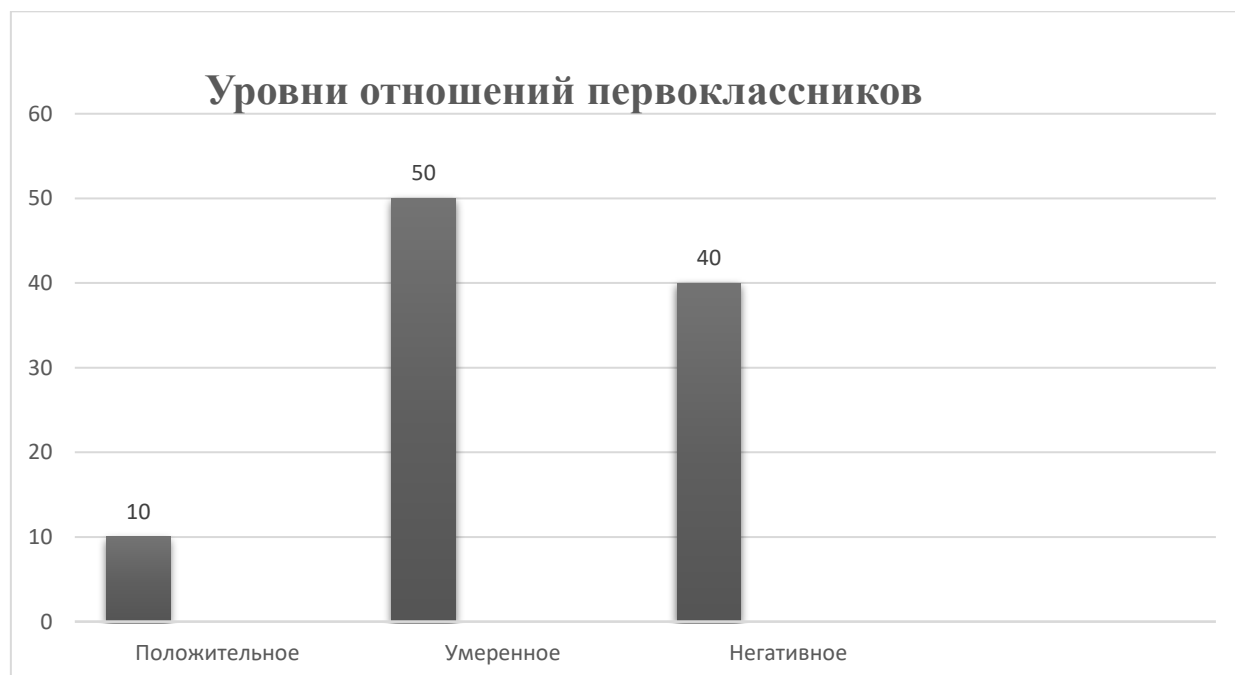


Рис. 3. Уровни отношений первоклассников к школе.

Анализ ассоциаций показал, что из 16 исследуемых детей положительный уровень наблюдается только двух детей (10%), у этих детей благоприятное отношение к сверстникам и учителю.

К положительному уровню отношения относим результаты, комфортности в школе, об этом свидетельствуют такие цвета: желтый (указывает на спокойствие, непринужденность в отношении), фиолетовый, синий.

К умеренному уровню отношения можно отнести восемь первоклассников (50%). Их характеризует наличие беспокойства, использование в ассоциациях серого цвета (непонимание и отгороженность этих детей от сверстников), коричневый (отношение зависимости). К среднему уровню мы относили и те ответы, где в цветовой раскладке находится серый цвет, который выступает в роли символической границы, отделяющей поле эмоционально позитивного, активного от эмоционально пассивного и негативного: перед цветами, с которыми ассоциируются школа (я хороший - они плохие), после них (я плохой - они хорошие) или между ними (отношения диссоциированы).

Негативный уровень отношений мы наблюдаем у шести первоклассников (40%). О негативном уровне говорят следующие данные: ощущение эмоционального напряжения через ассоциацию со следующими цветами: зеленый (жесткие отношения в семье, родительская гиперопека), черный (ребенок остро переживает отсутствие заботы и любви). Если ассоциируемые цвета со школой, занимают последние места в раскладке, значит, ребенок относится к ней негативно, эмоционально отвергает её. Цветовой тест указывает на преобладание отрицательных эмоций. Доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Плохое настроение свидетельствует о нарушении адаптационного процесса, о наличии проблем, которые ребенок не может преодолеть.

Обобщая результаты всех методик, на основании выделенных нами критериев и уровней, мы определили итоговый уровень адаптации первоклассников к школе.

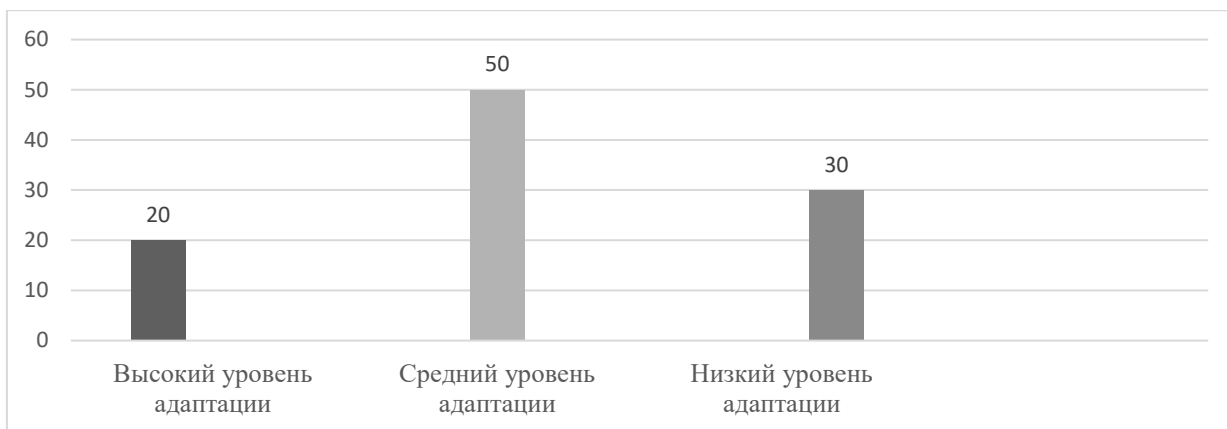


Рис. 4. Общий анализ результатов исследования уровня адаптации на этапе констатирующего эксперимента учащихся 1 класса

Из рисунка 4 видно, что младшие школьники обладают высоким, средним и низким уровнями адаптации к школе.

В результате проведенного исследования у детей данного класса были выявлены все три уровня адаптации на конец учебного года.

У 20% детей наблюдается положительное отношение к школе, предъявляемые требования воспринимают адекватно; учебный материал усваивают легко; глубоко и полно овладевают программным материалом; прилежны, внимательно слушают указания, объяснения учителя; выполняют поручения без внешнего контроля;

У 50% детей положительно относятся к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний; понимают учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно; самостоятельно решают типовые задачи; бывают сосредоточены только тогда, когда заняты чем-то интересным; дружат со многими одноклассниками.

И 30 % детей отрицательно относятся к школе; нередко жалобы на нездоровье; 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.

Причины этих трудностей видятся в недостаточном уровне интеллектуального развития, тревожным отношением к сверстникам и ощущение эмоционального напряжения, так же важной причиной является; неумение родителей помочь облегчить период адаптации.

Исходя из причин, приведенных выше, нами было предложено разработать программу работы с родителями, которая поможет облегчить адаптационный период первоклассников, поможет сформировать позитивное отношение к сверстникам и снять тревожность.

### **2.3. Система работы с родителями в период адаптации первоклассников**

На базе МБОУ «Рыбинская СОШ №7» Рыбинского района Красноярского края было проведено исследование, в котором приняли участие первоклассники в количестве 16 человек, из них 10 мальчиков и 6 девочек в возрасте 7-8 лет.

Были получены следующие результаты: у детей данного класса были выявлены все три уровня адаптации на конец учебного года.

1. Высокий уровень адаптации: дети положительно относятся к школе, предъявляемые требования воспринимают адекватно;

2. Средний уровень адаптации: дети так же положительно относятся к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний, уровень интеллектуального развития достаточный для освоения образовательной программы, могут проявлять тревожность в сложной ситуации, незначительное нарушения отношений со сверстниками;

3. Низкий уровень адаптации (дизадаптация): дети отрицательно относятся к школе, наблюдается повышенная тревожность, связанная со школьными делами, нередки жалобы на нездоровье, доминирует подавленное настроение;

Поэтому было принято решение разработать систему работы с родителями в период адаптации первоклассников.

Работа над программой проводилась в несколько этапов:

Первый этап – определение цели и задач программы.

Цель программы – облегчить адаптационный период первоклассников и их родителей.

Задачи программы:

1. Повышение психолого-педагогической культуры родителей обучающихся.
2. Коррекция детско-родительских отношений.
3. Создание условий для адекватного развития ребенка, профилактика асоциального поведения детей младшего школьного возраста.

Второй этап – определение формы и направления работы.

В программу были включены следующие виды деятельности: родительские собрания, вебинары, интерактивные презентации с использованием фильмов. Рассмотрим подробнее каждый вид деятельности:

Родительское собрание – это основная форма совместной работы родителей, на которой обсуждаются и принимаются решения по наиболее важным вопросам жизнедеятельности классного сообщества и воспитания учащихся в школе и дома, важная форма коммуникации между учителями/психологами и родителями. В ходе родительского собрания родители знакомятся с особенностями учебно-воспитательного процесса, возрастными особенностями детей, способами взаимодействия с детьми. Совершенно очевидно, что традиционно сложившиеся формы проведения родительских собраний (монолог, а не диалог, пассивность присутствующих, не востребованность их родительского и жизненного опыта) себя изжили. Необходимо включать родителей в обсуждение проблем, превращая их в субъекты собственной деятельности по поиску вариантов их разрешения. Наиболее эффективными являются интерактивные формы проведения собраний, отличительной особенностью которых является активная позиция родителя в ходе собрания, разнообразие форм

взаимодействия учителя/психолога с родителями, применение репетиций поведения, игровых упражнений, проигрывания ситуаций и т.д.

Вебинар – (синонимы онлайн-семинар, веб-конференция), проведение онлайн-встреч или презентация через интернет в режиме реального времени. Главной особенностью вебинаров является интерактивность — то есть возможность обсуждать, отправлять, получать информацию в режиме реального времени. Вовремя вебинара можно запускать опросы, приглашать других участников к микрофону, общаться в чате, показывать экран и всевозможные материалы. Так как, в нынешнее время, родители обучающихся очень большое время на работе, плюс вебинара в том, что участвовать в нем можно через телефон.

Интерактивная презентация – презентация, ход которой определяется в зависимости от выбора объекта на экране. Презентация, в которую могут быть включены тексты, изображения, видеофрагменты, тесты и упражнения, которые смотрящий может выполнить в режиме онлайн. А также она дает возможность получить обратную связь от составителя через электронную почту, сразу после выполнения заданий проверить их правильность.

Содержание программы предполагает работу с родителями по трем направлениям:

1. Важнейший прием – активное слушание. Активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он поведал, при этом обозначив его чувства.

2. Наиболее оптимальный результат решения конфликта – нахождении компромисса между желаниями и потребностями родителей и желаниями, и потребностями ребенка.

3. Дисциплина ребенка: правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими; родительские требования не должны вступать в явное противоречие с потребностями ребенка.

4. Третий этап – определили содержание программы: выбор мероприятий, которые способствовали бы облегчению адаптационного периода первоклассников.

Программа состоит из 11 занятий, периодичность занятий 1 раз в неделю в течении 3 месяцев.

Осознавая занятость родителей, мы сделали половину занятий в формате групповых занятий с элементами интерактивных собраний, а половину занятий – в режиме вебинаров. Также в ходе работы родителям будут даваться практические домашние задания, направленные на анализ родителями своих действий.

Таблица 7– Психолого-педагогическая матрица занятий для родителей

Система представлений (когнитивный компонент)	1. Дать понятие о невербальном общении. 2. Сформировать представление о средствах невербального общения. 3. Способствовать осознанию важности применения (адекватных) средств невербального общения.	1. Дать понятие эмоций. 2. Расширить знания об эмоциях детей, причин их возникновения 3. Способствовать осознанию важности проявления позитивных эмоций (реакций) по отношению к ребенку	1. Дать понимание (представление) об эмоциональном благополучии ребенка 2. Расширить знания об оптимальных требованиях и запретах (как правильно доносить ребенку, что можно делать, а что нельзя).
Область психологической реальности	Проблемы (задачи) психологического воздействия		
	Развитие коммуникативной сферы родителей.	Развитие эмоциональной сферы родителей	Формирование оптимальных для ребенка требований и запретов
Система отношений (эмоциональный компонент)	1. Дать опыт передачи информации при помощи невербальных средств	1. Дать опыт проявления эмоций по отношению к ситуациям успеха. 2. Создать условия, для переживания эмоций, возникающих при различной реакции окружающих на желания, успех/неуспех	1. Дать опыт переживания успеха, успешности (с точки зрения психологии)
Система умений (поведенческий компонент)	1. Обучить средствам общения 2. Развить навыки активного слушания	1. Демонстрировать позитивные эмоции 2. Репетировать применение эмоций во взаимодействии.	1. Дать опыт позитивного взаимодействия с ребенком 2. Дать опыт позитивного переживания ситуаций,



		3. Научить находить компромисс между желаниями и потребностями родителей и желаниями, и потребностями ребенка	связанных с наказанием. 3. Дать опыт формирования гибких требований или ограничений
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------

Занятия программы распределены по трем блокам.

1. Знакомство. Состоит из двух занятий, в ходе которых родители знакомятся, принимают правила работы в группе:

– «Давайте познакомимся» (входят игры: «Смешное приветствие», «Рука к руке», «Дотронься до...»);

– онлайн-вебинар «Режим дня в жизни школьника».

Основными задачами педагога на данном этапе является построение доверительных отношений, создание дружеской атмосферы, мотивация родителей на дальнейшую работу. Обсуждение результатов диагностики детей, показать родителям необходимость соблюдения правил гигиены и выполнения режима дня первоклассника.

2. Основная часть, состоит из восьми занятий, в ходе которых происходит развитие навыков связанных с активным слушанием, конструктивных разрешений конфликтов и о дисциплине ребенка, предупреждать нежелательные проявления характера ребенка, совместно вырабатывать оптимальный стиль поведения для многих прогнозируемых ситуаций, тем самым создавая оптимальные условия для адаптации ребенка к школе, устраняя как внешние, так и внутренние причины проявления асоциального поведения детей: предупреждение неуспеваемости, отставания школьников в обучении, школьного невроза, агрессивного поведения, социально - педагогической запущенности и других проявлений асоциального поведения. Достичь, поставленные цели мы планируем в процессе проведения:

– упражнения, направленные на развитие эмоциональной сферы (разминка, психогимнастика, упражнение «Искренняя радость», упражнение, связанное с наблюдением и вниманием «Искренняя радость», упражнение на

взаимопонимание «Почувствуй другого», «Сосед справа», «Я тебе благодарен за...»);

– интерактивной презентации «Страна «Детство» (работа в общем чате, просмотр фильма «Дневник мамы первоклассника»);

– вебинара под названием «Практические советы по адаптации ребенка к школе»;

– упражнение, направленное на развитие коммуникативных навыков родителей (упражнение связанные с наблюдением и вниманием «Кто как выглядит?», упражнение «Кто ты сегодня?», упражнение для выработки навыков общения «Да, и еще...», «Открытость», «Жалобщик»);

– собрание, направленное на создание условий для осознания всей сложности, важности и ответственности позиции родителя первоклассника (разминка, упражнение дающие возможность побывать в различных образах роли ребенка «Портреты», «Если бы мой ребенок превратился в растение»);

– презентации, направленной на улучшение взаимопонимания с детьми под названием «Воспитывайте себя, а дети вас скопируют» (обсуждения просмотренных фильмов, работа в чате, упражнение «Мнения»);

– беседа «Первые школьные трудности: как с ними справиться?»

(упражнения: «Новые правила в семье», «Аргументы», «Что делать, если...», «На ошибках учатся»).

- беседа «Легко ли быть родителем первоклассника»

упражнение для родителей «Я идеальный», в ходе которой будут полученные знания в умении родителей помочь ребенку менее болезненно адаптироваться к школе.

3. Заключительная часть, которая состоит из одного занятия. Предназначение занятия состоит в подведении итогов предшествующих занятий, обобщении сформированных представлений и выходе из режима групповой работы. Мы предлагаем использовать такие приемы работы как проигрывание ситуаций, которые направлены на использование накопленных в ходе работы знаний и их понимания.

Таблица 8 – Сценарий занятий для родителей.

№	Цель	Блок	Задачи занятия	Психотехники	Оборудование
1	Способствовать формированию конструктивного взаимодействия педагогов школы и родителей обучающихся	1	– способствовать большей самоидентификации с группой, – создать непринужденную психологическую атмосферу	1. Форма работы – групповая «Давайте познакомимся». 2. Игры: «Смешное приветствие», «Рука к руке», «Дотронься до...».	- мяч, клубок ниток; - мольберт, бумага, маркер; - карточки с пословицами
2	Способствовать осознанию всей сложности, важности и ответственности позиции родителя первоклассника.	1	– Активизация умения осознавать самоценность ребенка в независимости от собственных переживаний. – влияние родителей будущих первоклассников в процесс подготовки ребенка к школе.	1. Онлайн-вебинар «Трудности первоклассников, их причины, способы профилактики и коррекции» (убедить родителей в необходимости формирования у ребенка привычки выполнения режима дня). 2. Групповая работа	Программа «Zoom»
3	Развитие эмоциональной сферы родителей	2	– создание позитивной/доверительной атмосферы. – развитие навыков невербального общения – научиться понимать психологическое состояние собеседника, вербализировать их	1. Групповая работа (психогимнастика, упражнение «Искренняя радость», упражнение, связанное с наблюдением и вниманием «Почувствуй другого», «Сосед справа», «Я тебе благодарен за...») 2. Рефлексия	Компьютер, проектор.
4	Показать родителям мир глазами ребенка	2	– познакомить родителей с возрастным этапом младшего школьного возраста; – понимание желаний и интересов ребенка.	1. Интерактивная презентация «Страна Детства» (работа в общем чате) 2. Просмотр кинофильма «Дневник мамы первоклассника». 3. Рефлексия 4. Домашнее задание	Программа «Zoom».

5	Познакомить родительский коллектив с особенностями адаптации детей к первому году обучения в школе	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– рассказать о роли семьи в период адаптации;</li> <li>– рассказать о типе семейных взаимоотношений в период адаптации;</li> <li>– помочь родителям определить их трудности в период адаптации.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вебинар «Практические советы по адаптации ребенка к школе».</li> <li>2. Рефлексия</li> </ol>	Программа «Zoom».
6	Развитие коммуникативных навыков у родителей.	2	– активизация участников, создание позитивного настроения на работу;	1. Групповая работа (упражнение связанные с наблюдением и вниманием «Кто как выглядит?»),	Компьютеры, гаджеты, таблицы
			<ul style="list-style-type: none"> <li>– развитие наблюдательности;</li> <li>– тренировка умения одобрять партнера, демонстрировать ему свое уважение и готовность к сотрудничеству.</li> <li>– выработка навыков взаимодействия с окружающими.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-упражнение «Кто ты сегодня?», упражнение для выработки навыков общения «Да, и еще...», «Открытость», «Жалобщик»)</li> <li>2. Рефлексия</li> </ul>	
7	Развитие навыков совместной деятельности	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование доверительного стиля общения в процессе налаживания контактов;</li> <li>– снятие скованности и усталости;</li> <li>– развитие навыков командной работы;</li> <li>– обучение навыкам взаимодействия, умению работать в парах и в группе.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Групповая работа (разминка, упражнения для развития и поддержания групповой сплоченности «Ассоциации», «Интеллектуальный футбол», «Фигуры», «Карандаши»).</li> <li>2. Рефлексия</li> </ol>	Компьютеры, карточки с заданиями
8	Развитие взаимопонимания с детьми	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– развития способности к адекватному межличностному восприятию;</li> <li>– помочь с выполнением заданий.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Интерактивная презентация под названием «Воспитывайте себя, а дети вас скопируют»</li> <li>2. Разбор домашнего задания.</li> <li>3. Обсуждения просмотренных фильмов, работа в чате, упражнение «Мнения»</li> <li>4. Рефлексия</li> </ol>	Программа «Zoom».

9	Наглядно представить родителям последствия поступков, слов и действий по отношению к детям, их влияние на дальнейшую судьбу будущих взрослых.	2	-проиграть ситуации с, какими трудностями могут родители и дети с началом их обучения в школе, и о том, что нужно для того, чтобы успешно с ними справиться. – дать рекомендации по привыкли к новой для них обстановке, новым правилам и распорядку дня, общению с педагогом и одноклассниками, новым способам деятельности и. поведению.	1. Беседа 2. «Первые школьные трудности: как с ними справиться?» (упражнения: «Новые правила в семье», «Аргументы», «Что делать, если...», «На ошибках учатся») 2.Рефлексия	Компьютер, проектор, карточки с заданиями.
10	Способствовать в решении вопросов обучения и воспитания детей; - в решении проблем, связанных с адаптационным периодом	2	–апробировать полученные знания в умении родителей помочь ребенку менее безболезненно адаптироваться –стимулировать рефлексия родителей над проблемами в адаптации своего ребенка.	-беседа «Легко ли быть родителем первоклассника» - упражнение «Я идеальный»	Компьютер, проектор.
11	Применить полученные знания на практике	3	– отработка навыков общения с детьми; – подведение итогов.	1.Интерактивное родительское собрание 2. Проигрывание ситуаций 3. Рефлексия	Компьютер, проектор, карточки с обыгрываемыми ситуациями

Мы предполагаем, что реализация данной программы работы с родителями первоклассников позволит облегчить им и их детям адаптационный период, расширить их поведенческий арсенал, коммуникативные навыки и этические ценности общения в игровой, учебной деятельности, которые необходимы для благоприятного общения со сверстниками и пониманием ситуации общения с учителем. В повседневных ситуациях: увеличить число способов взаимодействия с ребенком, научить чувствовать эмоциональное состояние, снимать напряжение поведения в процессе совместной деятельности, снизить вероятность возникновения школьных трудностей, сохранить физическое и психическое здоровье детей.

## Выводы по Главе 2

Целью констатирующего эксперимента было определение уровня адаптации первоклассников.

Результаты исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. Анализируя интеллектуальное развитие детей мы пришли к выводу, что у детей с высоким уровнем адаптация проходит без осложнений. Они добросовестно и без видимого напряжения выполняют просьбы учителя. Освоение образовательной программы дается им легко, без особых трудностей выполняют базовые задания. У детей со средним уровнем интеллектуального развития особых проблем с усвоением образовательной программы не возникает, а вот у детей с низким уровнем интеллектуального развития возникают проблемы с усвоением учебного материала, что может привести к повторному обучению первоклассника.

2. Изучив результаты по карте наблюдений Д. Стотта, мы сделали выводы, что у 30 % наблюдается низкий уровень эмоционального состояния, что указывает на дизадаптацию этих детей. Они чаще всего неприспособлены к обучению в школе, в своих делах неуспешны, испытывают внутриличностные конфликты, сильную тревожность и враждебность по отношению к сверстникам и учителю, наблюдается неусидчивость и вспыльчивость. У 40 % детей наблюдается средний уровень адаптации к школе. Эти дети могут проявлять тревогу и враждебность по отношению к сверстникам и учителю, в зависимости от ситуации, в которой находятся. В благоприятных условиях наблюдается положительное отношение к школе. У остальных 70% детей класса адаптация проходит успешно, они легко справляются с задачами межличностного общения как со сверстниками, так и учителем.

3. Изучив отношение детей к школе, учителю, сверстникам, мы пришли к выводу, что положительный уровень наблюдается только двух детей (10%), у них благоприятное отношение к сверстникам и учителю, им комфортно в школе; к

умеренному уровню отношения можно отнести восемь первоклассников (50%), их характеризует наличие беспокойства, тревоги; негативный уровень отношений мы наблюдаем у шести первоклассников (40%), дети негативно относятся к школе, эмоционально отвергают её. Доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Плохое настроение свидетельствует о нарушении адаптационного процесса, о наличии проблем, с которыми первоклассники не могут справиться.

4. В результате проведенного исследования можно сделать вывод, что у детей данного класса были выявлены все три уровня адаптации на конец учебного года. На высоком уровне адаптации 20% детей, у которых наблюдается положительное отношение к школе, предъявляемые требования воспринимают адекватно; учебный материал усваивают легко; глубоко и полно овладевают программным материалом; прилежны, внимательно слушают указания, объяснения учителя; выполняют поручения без внешнего контроля. На среднем уровне адаптации 50% детей. Они положительно относятся к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний; понимают учебный материал, дружат со многими одноклассниками. На низком уровне адаптации находятся 30 % детей. Они отрицательно относятся к школе; нередко жалобы на нездоровье; доминирует подавленное настроение; наблюдаются нарушения дисциплины; пассивны; близких друзей в классе не имеют, объясняемый учителем материал усваивают фрагментарно.

5. С целью развития положительной адаптации разработана программа системной работы с родителями, в которой сделали акцент на конструктивное общение с ребенком и справиться с повышенной тревожностью первоклассников. Программа состоит из 12 занятий, периодичность занятий 2 раза в неделю. Осознавая занятость родителей, мы сделали половину занятий в формате групповых занятий и интерактивных собраний, а половину занятий – в режиме вебинаров. Также в ходе работы родителям будут даваться практические домашние задания, направленные на успешную адаптацию в школе, снижение



вероятности возникновения школьных трудностей, сохранение физического и психического здоровья детей.

## Заключение

Анализ состояния проблемы исследования в теории и практической деятельности подтвердил актуальность и своевременность разработки система работы с родителями в период адаптации первоклассников.

Проанализировав литературу, мы пришли к выводу, что адаптация – это процесс удовлетворения потребностей личности в результате её активного присоединения к требованиям среды, новым отношениям, видам деятельности и способность к будущему развитию. Школьная адаптация является одной из сфер социальной адаптации. Адаптация первоклассника к школьной жизни — это многоплановый процесс, который включает в себя социализацию в группе ровесников, усвоение правил и норм школьной жизни, формирование внутренней позиции школьника.

Для проведения эмпирического исследования был подобран диагностический комплекс для изучения адаптации первоклассников в МБОУ «Рыбинская СОШ №7».

По итоговым показателям шкал, мы выделили три уровня адаптации: высокий- характерен для детей у которых наблюдается положительное отношение к школе, предъявляемые требования воспринимают адекватно; учебный материал усваивают легко; глубоко и полно овладевают программным материалом; прилежны, внимательно слушают указания, объяснения учителя; выполняют поручения без внешнего контроля, средний уровень характерен для детей с положительным отношением к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний; понимают учебный материал, дружат со многими одноклассниками, низкий наблюдается у детей, которые негативно относятся к школе, эмоционально отвергают её. Доминирует плохое настроение и неприятные переживания. Плохое настроение свидетельствует о нарушении адаптационного процесса, с которыми первоклассники не могут справиться, такие учащиеся нуждаются в

помощи по протеканию адаптационного процесса;

Полученные результаты явились основой составления программы занятий, целью которой является помощь первоклассникам в адаптации.

Составленная нами программа и результаты констатирующего эксперимента могут быть полезны учителям и родителям, а также психологам.

## Список используемых источников

1. Адаптация организма школьников к учебным и физическим нагрузкам / Под ред. А.Г. Хрипковой. М., 2012.143 с.
2. Ануфриева А.Ф. Как преодолеть трудности в обучении детей / А.Ф Ануфриева, Костромина С. Н. 3е изд., переработанное и доп. М.: изд. Ось 89, 2013. 224с.
3. 3.Безруких М. М. Ребенок идет в школу: Учебное пособие / М. М. Безруких, С. П. Ефимова. 4е изд., перераб. М.: 2000. 247 с.
4. Битянова М.Р. Адаптация к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. М.: Педагогический поиск, 1997.112с.
5. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. М., 2008 . 400с.
6. Борисова Е.Ю. Системный подход к профилактике школьной дезадаптации: Автореф...дис. кан. пс.наук.Казань, 2000.188с.
7. Безруких М. М., Ефимова С. П. Ребенок идет в школу. М., 2000.
8. Венгер А.А. Психологическое обследование младших школьников / А.А. Венгер, Г.А. Цукерман.
9. Венгер Л. А., Венгер А. Л. Готов ли ваш ребенок к школе? М., 1994.
10. . М.: Владос-Пресс, 2017. 277с.
11. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии / Л.С.Выготский. Спб.: Питер, 2010. 568 С.
12. Галюк Д. А. Социальная адаптация первоклассников // Молодой ученый. 2016. №17. С. 291-293.
13. Гамезо М.В. Возрастная и педагогическая психология. Учебное пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов/ М. В. Гамезо М: Педагогическое общество России, 2003. 256 с.
14. Галушко И. Г., Микерова Г. Г., Чебелко А. Г. Успешная адаптация первоклассников к обучению в школе как следствие взаимодействия учителя

- и родителей // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. Т. 34. С. 47 -54.
15. Гин С. Первые дни в школе. Методические рекомендации по адаптации детей к школе. Пособие для учителя. 1 класс, 2013. [Электронный ресурс]. Режим доступа:<https://libking.ru>
  16. Головей Л.А. Практикум по возрастной психологии. / Л. А. Головей Рыбалко Е. СПб.: Речь, 2005. 688 с.
  17. Гребенщиков И.В. Основы семейной жизни. М., 1991.158 с.
  18. Долгова В. И., Капитанец Е. Г., Смирнова О. А. Влияние детско-родительских отношений на самооценку дошкольников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. т. 31. С. 116–120. Режим доступа: <http://e-koncept.ru>
  19. Дубровина И.В. Возрастная и педагогическая психология. Хрестоматия. / И. В. Дубровина . М.: Академия, 2008. 368 с.
  20. Диагностика школьной дезадаптации / Под ред. С.А. Беличевой. М., 1995. 204 с.
  21. Ибрагимова В. Н. Работа воспитателя с родителями учащихся 1 класса. // Начальная школа. 1988, №10. С. 57 – 60.
  22. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога начальной школы Изд. 6-е. Ростов н/Д : Феникс, 2010. 510 с.
  23. Каган В.Е. Психогенные формы школьной дезадаптации // Вопросы психологии, 2004. №4.
  24. Каменская В.Г. Детская психология с элементами психофизиологии: Учебное пособие. М.: ФОРУМ: ИНФРА. М, 2005. 288 с.
  25. Ковалева Л.М., Тарасенко Н.Н. Психологический анализ особенностей адаптации первоклассников к школе // Начальная школа, 2006. №7.
  26. Коробейников И.А. Нарушения развития и социальная адаптация. М: ПЕР СЭ, 2015. 192 с. Костюнина Е. А. Помощь родителям во взаимодействии

- с детьми в период адаптации к школе // Молодой ученый. 2016. №2. С. 1020-1024. Режим доступа: <https://moluch.ru>
27. Костяк, Т.В. Психологическая адаптация первоклассников / Т.В. Костяк. М.: Академия, 2008. 232 с.
  28. Кравцова, Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе /Е.Е. Кравцова. М. : Педагогика, 1991.
  29. Меттус, Е.В. Система работы по проблемам будущих первоклассников: подготовка, диагностика, адаптация / Е.В. Меттус. М.: Учитель, 2007. 302 с.
  30. Немов Р. С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учеб. Заведений. / Р. С. Немов . М.: КноРус, 2016. 720 с.
  31. Немов Р.С. Психологическое консультирование: учеб. для вузов: для бакалавров / Р.С. Немов. 2-е изд., перераб. и доп. М: Юрайт, 2012. 575с.
  32. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. М.: Владос, 2001. 256 с.
  33. Обухова Л. Ф. Возрастная психология: учебник / Л. Ф. Обухова. М.: Издательство Юрайт; МГППУ, 2011. 460 с.
  34. Обухова Л. Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы/ Л. Ф. Обухова. М.: Тривола, 2005. 360с.
  35. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. М.: ТЦ «Сфера», 2001. 240 с.
  36. Общая психология и психология личности: учеб. для вузов / [А.А. Баранов, Ж.К. Дандарова, А.А. Реан и др.]; под ред. А.А. Реана. М.: АСТ, 2011. 639, [1] с.: ил.
  37. Подласый И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. 2-е изд., доп. М.: Издательство Юрайт; ИД Юрайт, 2011. 574 с.
  38. Подласый И. П. Педагогика начальной школы. М.: Учебник, 2002. 464 с.
  39. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд. / Под редакцией И. В. Дубровиной .СПб.: Питер, 2014. 592 с.

40. Рабочая книга школьного психолога / И. В. Дубровина, М. К. Акимова, Е. М. Борисова. М.: Просвещение, 2016. 303с.
41. Сапоровская, М.В. Детско-родительские отношения и совладающее поведение родителей как фактор школьной адаптации первоклассников: автореф. дис. ... канд. психол. наук / М.В. Сапоровская ; Костром. гос. ун-т им. Н.А. Некрасова. Кострома, 2002.15 с.
42. Соловьева, Т.А. Первokлассник: адаптация в новой социальной среде / Т.А. Соловьева. М.: ВАКО, 2008. 72 с.
43. Соколова, Ю.А. Игры и задания на готовность к школе ребенка 6-7 лет / Ю.А. Соколова. М.: Эксмо, 2006. 47 с.
44. Стрекозин В. П. Актуальные проблемы начального обучения. Пособие для учителя. / В.П. Стрекозин. М.: Просвещение, 2016. 207 с.
45. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО) от 22 сентября 2011 г. № 2357 [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://минобрнауки.рф>
46. Цукерман Г. А., Поливанова К. Н. Введение в школьную жизнь. Программа адаптации детей к школьной жизни. М., 2003.
47. Цылев В.Р. Как правильно подобрать для ребенка класс при зачислении в школу // Вопросы психологии.2015. № 4. С.26 - 35.
48. Юдина С.Ю. Когда школьник становится учеником // Начальная школа до и после. 2014. № 8.
49. Ясюкова, Л.А. Методика определения готовности к школе. Прогноз и профилактика проблем обучения в начальной школе: Методическое руководство / Л.А. Ясюкова. СПб., 2006. 204 с.
50. Эльконин, Д.Б. Психология обучения младших школьников. Избранные псих. Труды. М., 2007. 416 с.
51. Физиология развития ребенка: Руководство по возрастной физиологии / Под ред. М.М. Безруких, Д.А. Фарбер. – М.: Издательство Московского

психолого-социального института, Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2010. – 768с.

52. Флейвелл, Дж. Генетическая психология Жана Пиаже /Дж. Флейвелл. – М., 2008. – 623с.

53. Фундаментальное ядро содержания общего образования / Рос. акад. наук, Рос. акад. образования; под ред. В. В. Козлова, А. М. Кондакова. — 4-е изд., дораб. - М.: Просвещение, 2011

54. Шинтарь, З.Л. Введение в школьную жизнь Пособие для студентов пед. Вузов. / З.Л. Шинтарь. – Гродно: ГРГУ, 2010. – 263с.

55. Школьная дезадаптация. //Школьный психолог. – 2014. – № 12.

56. Профессиональный стандарт педагога. URL: Минобрнауки.рф/документы/3071 (дата обращения: 25.03.2014).

57. 2.4.4.1251-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации учебно-производственного процесса в образовательных учреждениях начального профессионального образования» URL: [www.  
http://ohranatruda.ru/ot\\_biblio/normativ/data\\_normativ/41/41461/index.php](http://ohranatruda.ru/ot_biblio/normativ/data_normativ/41/41461/index.php)

58. (дата обращения: 06.04.2014).

59. 59.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. URL: <http://www.mobeseda.ru/obrazovanie/bsosh/norm-dok/239> (дата обращения: 02.03.2014)

60. Федеральный закон об образовании в российской федерации 03.02.2014 N11-ФЗ).URL: <http://base.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc;base=LAW;n=158429> (дата обращения: 14.02.2015).

61. 61.Методики по адаптации детей к школе. URL: <http://spimash.ru/2007/08/31/metodiki-po-adaptacii-detejj-k-shkole..html> (дата обращения: 01.09.2014)



62. Низиенко Е.Л. Письмо Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»[Электронный ресурс]. URL: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/55071318/>.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Приложение А

Таблица 1. - Анализ результатов исследования уровня интеллектуального развития по рисуночной методике «Рисунок человека» К. Маховер учащихся 1 класса

№	Ф.И.О	Уровни выполнения					
		Низкий (0-1 стандартных баллов)0 11		Средний (2-3 стандартных балла)12 21		Высокий (4-5 стандартных баллов)22 26	
		кол- во	%	кол- во	%	кол- во	%
1	К. Антон	7	30	12	55	1	1
2	К. Никита	9	17	11	50	0	0
3	З. Олег	11	14	20	80	14	40
4	Д. Марк	10	16	19	78	18	50
5	К. Андрей	10	16	15	70	7	20
6	Б.Варвара	9	17	16	72	4	10
7	Б.Женя	11	14	17	74	6	12
8	П. Эвелина	10	16	14	58	5	11
9	Б. Стас	11	14	16	60	10	30
10	К. Дима	11	14	19	78	26	100
11	Л. Семен	7	30	6	10	0	0
12	М. Илья	6	26	7	12	0	0
13	В. Маша	10	16	14	58	20	80
14	Г. Ксюша	11	14	17	74	8	25
15	И. Кирилл	9	17	12	55	10	30
16	П. Слава	11	14	12	55	5	11
	<b>Итого</b>	<b>147</b>	<b>20</b>	<b>227</b>	<b>50</b>	<b>134</b>	<b>30</b>

Таблица 2. - Анализ результатов исследования уровня эмоционального состояния по карте наблюдения Д. Стотта учащихся 1 класса

№	Ф.И.	баллы	Результаты
1	К. Антон	15	недостаток социальной нормативности
2	К. Никита	16	эмоциональное напряжение
3	З. Олег	20	неблагоприятные условия среды
4	Д. Марк	20	неугомонность
5	К. Андрей	19	эмоциональное напряжение
6	Б. Варвара	20	недостаток социальной нормативности
7	Б. Женя	21	неугомонность
8	П. Эвелина	10	неугомонность
9	Б. Стас	16	эмоциональное напряжение
10	К. Дима	18	эмоциональное напряжение
11	Л. Семен	13	Враждебность по отношению к другим людям
12	М. Илья	13	тревожность по отношению к взрослым
13	В. Маша	14	Невротические симптомы
14	Г. Ксюша	19	Враждебность по отношению к другим людям
15	И. Кирилл	20	эмоциональное напряжение
16	П. Слава	21	неблагоприятные условия среды

Таблица 3. - Анализ результатов исследования эмоционального компонента адаптации первоклассников А. М. Эткинда «Цветовой тест учащихся 1 класса

№	Кто выбирает	Кого выбирают								Итого отдано в баллах	Итого отдано в %
		1	2	3	4	5	6	7	8		
1	К. Антон	X	4	1	3	3	1	4	3	18	30
2	К. Никита	7	X	8	1	3	2	5	3	29	50
3	З. Олег	1	8	X	6	3	8	4	4	34	61
4	Д. Марк	2	2	7	X	6	7	2	6	32	58
5	К. Андрей	8	2	8	3	X	1	3	3	28	50
6	Б. Варвара	1	3	6	4	8	X	4	4	30	54
7	Б. Женя	7	2	8	3	2	4	X	7	33	59
8	П. Эвелина	2	5	7	5	1	7	6	X	33	59
9	Б. Стас	X	7	1	6	6	1	4	3	28	50
10	К. Дима	7	X	8	1	6	2	7	3	34	61
11	Л. Семен	1	5	X	6	3	2	4	4	25	40
12	М. Илья	2	2	1	X	3	3	4	2	18	30
13	В. Маша	8	2	8	3	X	1	3	3	28	50
14	Г. Ксюша	1	3	6	4	8	X	4	4	30	54
15	И. Кирилл	7	2	8	3	2	4	X	7	33	59
16	П. Слава	7	5	7	5	1	7	6	X	38	82

Максимальное количество возможных полученных выборов - 56 (100%). Средний процент отданных баллов высок – 50%. Разница между минимальным и максимальным показателями (MIN% и MAX%) по конечным подсчетам составляет – 23,9%. Возможно, этот результат связан с общим высоким процентом в коллективе. Дети не мотивированы на построение дружеского общения с окружающими, стараются остаться не замеченными, и стремятся к уединению.

## **Программа по оптимизации требований и запретов родителей**

Цель программы – облегчить адаптационный период первоклассников и их родителей.

Задачи программы:

- 1.Повышение психолого-педагогической культуры родителей обучающихся.
- 2.Коррекция детско-родительских отношений.
- 3.Создание условий для адекватного развития ребенка, профилактика асоциального поведения детей младшего школьного возраста.

### **Этап «Знакомство»**

#### **Занятие 1.**

#### **Тренинг «Давайте познакомимся!»**

Участники: родители детей 1 класса.

Цели мероприятия: способствовать формированию конструктивного взаимодействия педагогов школы и родителей обучающихся.

Материалы и оборудование:

- мяч, клубок ниток;
- мольберт, бумага, маркер;
- карточки с пословицами.

Организация пространства: участники сидят в кругу.

Ход мероприятия:

- Здравствуйте, уважаемые родители! Ваши дети обучаются в школе. А в этот период происходят изменения в жизни не только ребенка, но и всех членов семьи. Вы тоже знакомитесь с новыми педагогами, лучше узнаете других детей и их родителей. Впереди нас ждет серьезная работа над развитием ваших

навыков общения с ребенком, и так как мы будем взаимодействовать вместе, то необходимо начать знакомство.

Знакомство: - Предлагаю каждому представиться, назвать имя своего ребенка и 1-2 качества, которые вам нравятся в вашем ребенке (для передачи слова используется мяч).

- У вас, родители, тоже сейчас происходит период привыкания. Требуется быстрое формирование новых, деловых отношений. Отношений сотрудничества, построенных на доброжелательном, приветливом, заинтересованном общении. Складываются отношения не только с педагогами, но и с родителями других детей. Формируется родительский коллектив, от которого во многом зависит насколько интересно, содержательно, весело пройдут школьные годы ваших детей.

Вы встретились не случайно, у вас общая, серьезная цель - обучение и гармоничное развитие детей одного возраста. Ваши дети во многом похожи: им нравится учиться, они проявляют интерес друг к другу. Они будущие первые друзья, подруги вашего ребенка. Будьте открыты к общению.

Для того чтобы лучше узнать друг друга и педагогов, развить чувство «групповой сплоченности», коммуникативные навыки и активизировать хорошее настроение предлагаю поиграть.

Вы, конечно, знаете много слов приветствия. Отлично, но давайте поздороваемся друг с другом необычными способами - с помощью жестов.

Перед каждой игрой ведущий объясняет правила.

Игра «Смешное приветствие» (Фоппель К., 1999)

Цель: разнообразить репертуар телесных ощущений, способствовать большей самоидентификации с группой, создать непринужденную психологическую атмосферу.

Ход игры: игра проводится в кругу, стоя. Каждый участник по очереди предлагает способ приветствия. Здравуются необычным способом с соседом справа (например, соприкасаясь носами, щеками, ладошками), приветствие

проходит по кругу от одного педагога к другому.

- Сегодня мы больше узнаем друг о друге и о себе. Предлагаю создать непринужденную психологическую атмосферу и узнать кто из вас самый быстрый, ловкий и внимательный.

Игра «Поменяйтесь местами...».

У кого светлые волосы

У кого есть сын

Те, кто родился осенью

У кого веселое настроение

У кого есть в одежде что-то красное

У кого есть 2 детей

Те, кто любит готовить

У кого любимый праздник Новый год и т.д.

Игра «Рука к руке»

Цель: гармонизация дружеских взаимоотношений, снятие мышечного напряжения, развитие переключения внимания, быстроты реакции. По команде ведущего надо определенным образом прикоснуться друг к другу: «Рука к руке!» - руками; «Плечо к плечу!» - плечами; «Спина к спине!» - спинами и т. п. А теперь раз, два, три - пару новую найди! Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений вводится запрет на разговоры во время этой игры.

Игра «Дотронься до...»

Цель: совершенствование внимания, наблюдательности, сенсорного развития.

Ведущий просит участников, свободно перемещаясь по помещению, дотрагиваться до желтого, гладкого, круглого, яркого и т. п.

Игра «Ладони»

Участники садятся в круг и кладут ладони на колени соседей: правую ладонь на левое колено соседа справа, а левую ладонь на правое колено соседа

слева. Смысл игры заключается в том, чтобы ладошки поднимались поочередно, т.е. пробегала «волна» из поднимающихся ладошек. После предварительной тренировки ладошки, поднятые не вовремя или не поднятые в нужный момент, выбывают из игры.

## **Занятие 2.**

### **Онлайн-вебинар «Режим дня в жизни школьника». Речь педагога:**

Здравствуйте, уважаемые родители!

Начало обучения ребенка в школе — это экзамен на зрелость той семьи, в которой он растет и развивается. Отсутствие у родителей понимания проблемы, незнание своего ребенка, родительский эгоизм и тщеславие, неумение и нежелание наладить контакт со своим ребенком, поддержать его в этот весьма непростой период жизни может привести к стрессам и трагедиям периода обучения в школе.

Одной из причин, которые приводят к ухудшению физического здоровья и эмоционального состояния ребенка может быть несоблюдение режима дня школьника.

Выполнение режима дня позволяет ребенку сохранять физическое и психическое равновесие, что дает возможность соблюдения эмоционального равновесия. А ведь мы, взрослые, прекрасно знаем, что именно этот возраст характеризуется эмоциональной неустойчивостью, которая ведет к хронической усталости и утомляемости. Эти постоянные симптомы приводят к снижению работоспособности ребенка. Низкая работоспособность характеризуется:

- снижением количества правильных ответов на уроке и дома после того, как ребенок выучил материал урока;
- повышением количества ошибок наряду с хорошо выученным правилом;
- рассеянностью и невнимательностью ребенка, быстрой утомляемостью;
- изменением почерка ребенка в связи с ухудшением регуляции



физиологических функций.

Безусловно, нельзя работать без утомления, но ведь задача семьи состоит в том, чтобы предупредить переутомление и способность такой организации жизни ребенка, которая позволит избежать влиянию утомления на его здоровье.

## **II. Анализ анкетирования**

Родителям была предложена анкета (до начала вебинара нужно было подготовить ответы):

- Считаете ли вы необходимым условием успешности учебной деятельности вашего ребенка выполнением им режима дня?

- Ваш ребенок встает сам или вы его будите?

- Он встает охотно или с трудом?

- Как вы на это реагируете?

- Занимаетесь ли вы закаливанием своего ребенка?

- Делает ли ваш ребенок зарядку?

- Позволяете ли вы своему ребенку увлекаться телевизором?

- Гуляет ли ваш ребенок достаточное время на свежем воздухе?

- Ваш ребенок сам делает уроки или вы ему помогаете?

- Как долго по времени ваш ребенок делает уроки?

- Каков ежедневный ритуал ухода ко сну вашего ребенка?

- Какие приемы вы используете для того, чтобы ребенок чувствовал себя здоровым?

## **III. Ознакомление родителей с режимом дня школьника**

Классный руководитель показывает слайд презентации родителям и комментирует их содержание.

### **Как сделать зарядку любимой привычкой ребенка.**

Папы и мамы! Помните!

Дефицит двигательной активности ребенка-первоклассника составляет 40% от принятой нормы. Для компенсации потребности в движении ребенок

должен ежедневно активно двигаться не менее 2 часов.

Для того, чтобы зарядка стала для вашего ребенка необходимой привычкой, вы должны неукоснительно выполнять следующие условия:

- Приучать своего ребенка к гимнастике с 2-3 лет.
- Выполнять зарядку ежедневно, несмотря ни на какие обстоятельства. Их можно придумать много и разных.
- Превращать утреннюю зарядку в праздник бодрости и поднятия духа.
- Включать веселую и ритмичную музыку.
- Открывать окна и шторы для потока солнечного света и свежего воздуха.
- Выполнять зарядку вместе со своим ребенком.
- Выполнять зарядку в течение 10-20 минут.
- Включать в комплекс зарядки не более 8-10 упражнений.
- Подмечать и подчеркивать достижения своего ребенка в выполнении упражнений комплекса зарядки.
- Менять упражнения, если они наскучили ребенку и придумывать вместе с ним новые упражнения

### **Что делать НЕЛЬЗЯ!**

- будить ребенка в последний момент перед уходом в школу, объясняя это себе и другим большой любовью к нему;
- кормить ребенка перед школой и после нее сухой пищей, бутербродами, объясняя это себе и другим, что ребенку такая еда нравится;
- требовать от ребенка только отличных и хороших результатов в школе, если он к ним не готов;
- сразу после школьных уроков выполнять домашние задания;
- лишать ребенка игр на свежем воздухе из-за плохих отметок в школе;
- заставлять ребенка спать днем после уроков и лишать его этого права;
- кричать на ребенка вообще и во время выполнения домашних заданий в

частности;

- заставлять многократно переписывать в тетрадь из черновика;
- не делать оздоровительных пауз во время выполнения домашних заданий;
- ждать маму и папу, чтобы начать выполнять уроки;
- сидеть у телевизора и за компьютером более 40-45 минут в день;
- смотреть перед сном страшные фильмы и играть в шумные игры;
- ругать ребенка перед сном;
- не проявлять двигательную активность в свободное от уроков время;
- разговаривать с ребенком о его школьных проблемах зло и назидательно;
- не прощать ошибки и неудачи ребенка.

#### **V. Подведение итогов вебинара.**

В конце собрания родители высказывают свое мнение по содержанию собрания: что они узнали нового, в чем смогли убедиться.

### **Основной этап**

#### **Занятие 3.**

#### **Тренинг, направленный на развитие эмоциональной сферы**

##### **Педагог:**

Здравствуйте! Сегодня у нас с вами будет новая форма работы – тренинг. Часть наших с вами встреч пройдет в такой форме.

Скажу пару слов о том, что такое тренинг. Тренинг – это метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков, а также социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие различных умений и навыков.

Сначала мы с вами проведем небольшую разминку и настроимся на работу.

Для этого выполним следующее упражнение.

Разминка: «Приятная встреча»

Цель: разминка, создание позитивной/доверительной атмосферы

Время проведения: 5-7 минут Оборудование и материалы: не требуется

Ход упражнения: для выполнения задания участникам необходимо образовать два круга внутренний и внешний, и встать лицом друг к другу. Число человек в каждом круге должно быть одинаковым, чтобы все участники образовали пары.

Задача участников — при встрече с новым партнером сказать несколько комплиментов, добрых слов. Тренер задает темп работы, объявляя о смене партнеров. Далее участники повторяют действие уже в новых парах.

После выполнения упражнения нужно обязательно обсудить с участниками, какие чувства возникали в процессе игры; сложно ли было подбирать слова.

Педагог:

Работа на тренингах проходит по некоторым правилам. Есть общепринятый список правил, сейчас мы с вами его обсудим, в ходе обсуждения, список может быть изменен, дополнен.

Введение правил тренинга:

У ведущего на листочке примерный список правил, для обсуждения. Участники слушают, обсуждают и принимают или не принимают предложенные правила, можно коллективно сформулировать дополнительно правила. Принятые правила фиксируются на листе ватмана, затем правила закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там

же и напоминаются ведущим вначале занятия.

Список правил:

1. Внимательно слушать друг друга.

2. Не перебивать говорящего 3.

Я – высказывание

4. Безоценочность суждений

5. Активность

6. Правило «стоп»

Упражнения группы «психогимнастика»

Цель: Создание дружеской, доверительной атмосферы, развитие навыков невербального общения

Время выполнения: 10 минут. Оборудование и материалы: не требуются

Ход упражнения: «Нам предстоит совместно решить одну задачу: как можно быстрее всем одновременно, не договариваясь и не произнося ни слова, «выбросить» одинаковое количество пальцев на обеих руках. Решать эту задачу

мы будем следующим образом: я буду считать — раз, два, три — и на счет три все одновременно «выбрасывают» пальцы. Какое-то время, достаточное для того чтобы понять, справились ли мы с задачей, не опускаем руки. Если задача не решена, мы делаем очередную попытку. Понятно? Давайте начнем». Упражнение может проходить по-разному. Иногда группе требуется до тридцати повторений, прежде чем задача будет решена, иногда достаточно четырех-пяти

Обсуждение проведенного упражнения.

Педагог:

На первой встрече я просила вас понаблюдать за своими реакциями/эмоциями в ходе взаимодействия с детьми, когда у них что-то получается или не получается. Сейчас попрошу вас по очереди назвать те 3-5 эмоций, которые вы чаще

всего замечали.

Обсуждение ответов родителей.

Хорошо, а сейчас мы потренируем свое умение проявлять эмоции, а также умение понимать эмоции другого человека.

Упражнение, связанное с наблюдением и вниманием «Искренняя радость»

Цель: создает теплую атмосферу между участниками, снимает какие-то барьеры в контакте, развитие наблюдательности.

Время выполнения: 10 – 15 минут Оборудование, материалы: не требуются.

Ход работы: Вариант 1. Один из членов группы выходит за дверь. Оставшиеся разделяются на маленькие группы по два – три человека. Каждая группа должна продемонстрировать свое отношение к входящему. Можно делать все, что угодно. Нельзя лишь разговаривать с вошедшим и притрагиваться к нему. А вошедший пытается догадаться, какое отношение к нему демонстрирует каждая группа. Вариант 2. Участники не разбиваются на группы. Каждый может ходить, сидеть, стоять и попытаться изобразить искреннюю, либо неискреннюю радость при виде вошедшего. Кто из участников и какую радость будет изображать, договариваются заранее.

Эффект упражнения не только в том, насколько точен в догадках вошедший, но и в том, насколько выразителен каждый из участников.

Это упражнение обычно выполняется несколько раз. Иногда половина группы изъявляет желание попробовать себя в роли вошедшего. При достаточном количестве проб у большинства участников возникает возможность определить место личной уязвимости для таких ситуаций. Либо есть трудности в восприятии, либо в выражении, демонстрации своих проявлений.

Таким образом, упражнение имеет как диагностический, так и развивающий эффект.

Педагог:

Мы выяснили, что у нас есть некоторые сложности в выражении своих

собственных эмоций и считывании эмоций других людей. Давайте выполним еще несколько упражнений на развитие данных умений.

#### Упражнения на взаимопонимание - «Почувствуй другого»

Цель: научиться понимать педагогическое состояние собеседника, вербализировать их.

Время выполнения: 15 – 20 минут. Оборудование, материалы: не требуются.

Ход упражнения: Участники стоят в кругу. Ведущий предлагает каждому играющему по очереди сделать какое-то движение, которое отражает его внутреннее состояние, а все остальные повторяют движение каждого 3-4 раза, стараясь при этом прочувствовать состояние другого человека.

Обсуждение проводится с помощью ответов на вопросы: Как вам кажется, что испытывал тот, кто демонстрировал свое движение? (Ответы сравниваются с высказыванием автора движения.) Удастся ли через повторение движения глубже проникнуть в чувственный мир человека? Что мешает (или, напротив, помогает) этому?

#### Упражнения для изучения межличностных ролей «Сосед справа»

Цель: развитие взаимопонимания, чувствительности, эмпатии, перцептивных навыков.

Время выполнения: 15 минут. Оборудование, материалы: не требуются.

Ход упражнения: Ведущий сообщает условия: “Каждый сейчас будет отвечать за соседа. Я могу задать любой вопрос – “Как ваше здоровье?”, например, или заставить сделать какое-либо движение. Но делать это будет тот, кто справа, ваш сосед”. Получив ответ, ведущий спрашивается у участников, верно ли сказал или сделал его сосед.

Педагог: спасибо, на мой взгляд, мы все с вами сегодня очень хорошо

поработали. Сейчас мы с вами выполним последнее упражнение на сегодня.

#### Упражнения на приветствия и прощания «я тебе благодарен за...»

Цель: создать положительный настрой на оставшуюся часть дня.

Время выполнения: 10 минут Оборудование и материалы: не требуются

Ход упражнения: Участникам предлагается попрощаться друг с другом со следующими фразами: «Я тебе благодарен за то, что...» Во время ритуала можно включить медитативную, торжественную музыку.

Следующее занятие будет индивидуальным, в ходе которого вам будет необходимо посмотреть несколько видеофрагментов и поработать с интерактивной презентацией. Данные презентации будут высланы вам по почте.

Сбор адресов электронной почты родителей, обсуждение срока выполнения работы.

### **Занятие 4.**

#### **Работа с интерактивной презентацией**

Презентация выполнена в программе Slidess.com, данная программа позволяет создавать интерактивные презентации, на слайдах которых можно разместить: картинки, тексты, аудио и видео материалы, а также упражнения и тесты из различных программ (LearningApps.com; Eteniki.ru; H5p; Google формы и т.д.), которые можно выполнить в реальном времени и проверить правильность выполнения работы.

Данную презентацию можно транслировать в программе «Zoom» по конференц связи.

#### Слайд 1.

Здравствуйте, сегодня нам предстоит рассмотреть важную тему.

Приведена краткая инструкция по работе с презентацией, указано значение



икон, стрелка-указатель, для перехода на следующий слайд.

### Слайд 2.

Прочитайте, пожалуйста, высказывание:

«Родители не понимают, как много вреда они причиняют своим детям, когда, пользуясь своей родительской властью, хотят навязать им свои убеждения и взгляды на жизнь».

Ф.Э. Дзержинский

Озвучьте свои мысли, которые возникли после прочтения цитаты.

Родители вписывают свои мысли в чат конференции связи.

### Слайд 3.

Перечислите, пожалуйста, слова, которые приходят в голову, когда вы думаете о детстве?

Работа в чате.

### Слайд 4 – Родители читают текст.

Детство, чудесная пора, у всех нас она ассоциируется с чем-то добрым, светлым и радостным, оно похоже на праздник. Сладкая вата, прогулка по парку, песочница, качели, карусели, эскимо. Потопать по лужам, слепить снеговика из первого снега, собрать букет подснежников по весне или пробежать по осенней поляне, прислушиваясь, как хрустит листва под ногами. Строить шалаш из веток во дворе или домик из одеял дома. То время, когда сидишь и морщишься над тарелкой супа, но желание попробовать новую конфету побеждает, и, зажмурившись, мы беремся за дело. Первая школьная учительница и бабушкины пирожки на летних каникулах, и еще множество историй и эмоций, которые порой, даже не передать словами.

### Слайд 5.

Но помимо всего позитива, случаются и грустные истории. Самыми грустными можно назвать те истории, когда самые близкие и родные люди не понимают и не принимают наши желания и интересы. Когда в выборе хобби, профессии, супружеской пары, родители думают, что лучше знают, чем нам заняться, с

кем дружить и где гулять. Ориентируясь на свои установки, и предубеждения не дают возможность заниматься любимым делом. Очень часто, на экране мы можем встретить истории, когда родители пытаются через детей реализовать свои амбиции, несбывшиеся мечты, или, опираясь на стереотипы, со словами «не позорь меня», «не мужское это дело», «девочки не должны так себя вести» и т.д., мешают самореализации детей.

#### Слайд 6.

Стоит помнить, что тексты сценариев к фильмам сценаристы берут из окружающей действительности, а значит, подобные истории, не редкость и в реальной жизни.

Я предлагаю вам посмотреть очень интересный и показательный фильм «Отрочество». На слайде вставлено видео. Родители смотрят фильм.

#### Слайд 7.

Обсуждение фильма в чате

#### Слайд 8.

Перед вами фотографии детей, переживающих различные эмоции, выберите из предложенных те, на которых изображены эмоции, схожие с эмоциями, которые переживал мальчик, в тот момент, когда ему приходилось идти на бокс, вместо балета, и отнесите их в левую часть экрана. И все остальные в правую часть.

#### Слайд 9.

Подумайте, и ответьте на вопросы.

Тест, состоящий из 3 открытых вопросов.

Вопросы:

1. Эмоции ребенка во время протеста отца можно описать следующим

образом...

2. Ключевым моментом фильма можно назвать...

3. На мой взгляд, основная мысль фильма заключается в...

#### Слайд 10.

Спасибо за работу! Родителям отправляется чек-лист фильмов, которые можно посмотреть для развития отношений с ребенком:

1. Аномалия.

2. В небо за мечтой.

3. 2+1.

4. Голос монстра.

5. Жили-были мы.

6. Одаренная.

### **Задание 5.**

#### **Вебинар на тему «Трудности первоклассников, их причины, способы профилактики и коррекции.»**

Речь педагога: В своем выступлении я хотела бы сделать акцент на школьных трудностях первоклассников, их причинах и способах их коррекции. Может быть, у кого-то возник вопрос, зачем сегодня говорить о школьных трудностях? Отвечаю: “Чтобы избежать их завтра. И если что-то вдруг окажется упущенным, то еще не поздно наверстать”.

Давайте рассмотрим этап вхождения первоклассника в школьную жизнь.

Следует отметить, что, пожалуй, в жизни ребенка нет больше ни одного момента, когда бы так резко и кардинально менялась его жизнь, как при поступлении его в школу. Между дошкольным детством и началом школьной жизни пролегает гигантская пропасть, и в один миг ее не одолеть, даже если малыш посещал детский сад, подготовительные курсы. Начало школьной жизни – серьезное испытание для детей, так как оно связано с резким изменением всего образа жизни ребенка. Он должен привыкнуть

- к новому взрослому, к коллективу;
- к новым требованиям;
- к повседневным обязанностям.

И каждый без исключения ребенок проживает процесс приспособления к школе (процесс адаптации). И естественно, чем больше у ребенка есть нужных умений, качеств, тем быстрее и безболезненно он сумеет адаптироваться.

Но для некоторых детей оказываются школьные требования слишком трудны, а распорядок слишком строг. Для них период адаптации к школе может быть травмирующим. С какими же проблемами сталкиваются в это время первоклассники? Откуда берутся эти трудности? И можно ли их избежать? Многие трудности можно избежать, если вовремя обратить на них внимание.

Большинство истоков возможных школьных сложностей и неприятностей нередко скрываются в дошкольном детстве. Родители ребенка до 6 -7 - летнего возраста не так часто обращают внимание на развитие малыша («да успеет еще научиться, для этого школа есть!»), не уделяют внимание особенностям его общения с окружающими взрослыми и сверстниками («со временем пройдет...»), на наличие или отсутствие желания учиться («втянется, повзрослеет, глядишь, и всё пройдет), не обучают ребенка управлять своими эмоциями, поступками, подчиняться требованиям с первого раза. В результате чего у детей оказываются не сформированы важные компоненты школьной готовности. Сейчас мне бы хотелось остановиться на критериях готовности детей к школе, т.е. рассмотреть, что должно быть свойственно ребенку, чтобы он оказался готовым к школе.

Пока я буду раскрывать содержание каждого компонента готовности к школе, вы, пожалуйста, постарайтесь их «примерить» к своему ребенку и решить, на что вам надо **уже сегодня** обратить внимание, чтобы ваш ребенок был успешен в школе.

Традиционно выделяются три аспекта школьной готовности:

- интеллектуальный
- эмоциональный

- социальный

В интеллектуальной сфере характеристиками достижения школьной зрелости являются: наличие у ребенка некоторого круга знаний и представлений о предметах окружающей действительности, развитие познавательных процессов (внимания, памяти, мышления, восприятия, воображения, речи и др.), сформированность предметно-специфических знаний, необходимых для школьного обучения (математические представления, речевая подготовка, пространственно-графическая подготовка).

Можно сказать, что интеллектуальная зрелость отражает функциональное созревание структур головного мозга.

Фактор интеллектуального развития является необходимым, но недостаточным условием успешного перехода ребенка к школьному обучению. Часто в практике встречаются «умненькие» дети, но с большими трудностями в поведении и общении.

В эмоциональном плане школьная зрелость характеризуется достижением определенного уровня эмоциональной устойчивости, снижением количества импульсивных реакций, на фоне которых осуществляется процесс обучения, а также умение регулировать свое поведение, возможность достаточно длительное время выполнять не очень привлекательное задание.

Социальная зрелость определяется, прежде всего, сформированностью потребности ребенка общаться с другими детьми, участвовать в групповом взаимодействии, принимать и подчиняться интересам и обычаям детских групп.

Этот компонент школьной зрелости включает в себя формирование у детей качеств, благодаря которым они могли бы эффективно общаться с другими участниками учебного процесса (одноклассниками и учителями).

В более широком понимании социальная зрелость – это способность ребенка выполнять социальную роль школьника.

Вернемся вновь к компонентам школьной готовности. Примерили их к своему ребенку? Не стоит отчаиваться, если что-то ещё пока развито недостаточно, ещё есть время наверстать упущенное.

Во-первых, нужно задаться вопросом «почему так получилось?», т.е. какова причина школьной незрелости?

Во-вторых, наметить конкретные действия по ликвидации проблем.

Причинами школьной незрелости могут быть:

- Недостатки в воспитательной среде (необходимы: систематические занятия с ребенком)
- Недостатки соматического развития ребенка. (Необходима: консультация с врачом и лечение ребенка) болезненные дети менее устойчивы к различным нагрузкам, быстрее устают, утомляются.
- Невротическое развитие характера. (Необходима: консультация психолога, медицинского психолога с последующей коррекцией поведения)
- Пренатальное или раннее постнатальное повреждение центральной нервной системы. (Необходима: консультация у невропатолога и лечение). Сотрудничество с педагогом, психологом в сопровождении ребенка в 1 классе особенно.

В своем выступлении я рассказала о трудностях первоклассников, о критериях готовности детей к школе, о причинах школьной незрелости и способах их коррекции.

### **3. Обсуждение**

Пожалуйста, задайте свои вопросы. Может быть, именно ответ на Ваш вопрос остро необходим кому-то из присутствующих, но этот человек пока не решается его задать. Так будьте смелее и решительнее.

Поделитесь своими открытиями, мыслями, чувствами.

## Занятие 6

### Тренинг, направленный на развитие коммуникативных навыков

#### Педагог:

Здравствуйтесь, уважаемые родители!

Цель: активизация участников, создание позитивного настроения на работу.

Время выполнения: 5-7 минут

Оборудование, материалы: мяч

Ход упражнения:

**Педагог:** Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Пожелание должно быть коротким – желательно в одно слово. Вы бросаете мяч тому, кому адресуете пожелание и одновременно говорите его. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь бросает его следующему, высказывая ему пожелания на сегодняшний день. Будем внимательно следить за тем, чтобы мяч побывал у всех, и постараемся никого не пропустить.

Наше сегодняшнее занятие посвящено развитию умения общаться/взаимодействовать, доносить до окружающих свое мнение, слушать и слышать окружающих, выражать свои чувства.

Для того, чтобы строить эффективное взаимодействие, необходимо быть внимательными к окружающим, на это и будут направлены следующие упражнения.

#### Упражнения, связанные с наблюдением и вниманием «Кто как выглядит?»

Цель: развитие наблюдательности.

Время выполнения: 15 - 20 минут

Оборудование, материалы: не требуются.

Ход работы: Участник группы, вызвавшийся рискнуть, прячется за портьеру, за шкаф или за дверь. Надо постараться устроить так, чтобы спрятавшийся имел возможность слышать то, что происходит в группе. После этого ведущий предлагает участникам описать, как выглядит человек, находящийся за портьерой. Ведущий просит вспомнить все во всех подробностях. Он воздерживается

от комментариев. Единственное, что позволяет себе ведущий, это повторять только что сказанное, сопровождая повтор вопросом: «Это все?»

Если возникает спор между участниками группы о том, как выглядит тот, кого описывают, ведущий лишь фиксирует две точки зрения и предлагает дополнить описание новыми подробностями, прекращая таким образом дебаты.

Ведущий должен четко уловить «границу» между описанием и интерпретацией. Остановить участника следует тогда, когда он примется, описывать то, каков характер спрятавшегося человека, его склонности, привычки, личностные особенности. Здесь можно перебить выступающего и сказать, что подобные догадки могут быть очень точными, тонкими и верными. Когда все желающие высказались, спрятавшийся участник выходит из-за портьеры и делится своими впечатлениями... Затем можно поинтересоваться, как там было стоять: уютно (неуютно), приятно

(неприятно), интересно (скучно) и т. д.

### Упражнение 2.

Цель: Это упражнение можно проводить в начале нового дня тренинга. Оно помогает настроиться на работу, вспомнить, что происходило в группе на прошлом занятии, а также учит участников быть более внимательными друг к другу.

Время выполнения: 15 – 20 минут.

Оборудование, материалы: мяч.

Ход упражнения: Участники сидят на стульях в кругу. Ведущий просит всех в течение трех минут внимательно посмотреть друг на друга, обращая внимание на то, как выглядит сегодня тот или иной человек, в каком он настроении, как себя проявляет. Через три минуты участники должны, кидая мяч кому-либо из участников, сказать, что нового по сравнению с прошлым занятием они увидели в этом человеке. Ведущий следит за тем, чтобы мяч побывал у каждого участника.

После выполнения упражнения можно расспросить участников, насколько то, что они слышали, соответствовало их собственным ощущениям,



переживаниям и т. д.

Педагог:

Выскажите, пожалуйста, по поводу проделанных упражнений, легко или сложно было? Что вызвало трудности?

Помимо умения чувствовать партнера (собеседника), быть внимательным к нему, для эффективного взаимодействия необходимо уважать его мнение, желания, уметь признать правоту другого человека, соглашаться и договариваться.

Упражнения по выработке навыков. Упражнение «Да, и ещё...»

Цель: Тренировка умения уважение и готовность к сотрудничеству.

Время выполнения: 20-25 минут.

Оборудование, материалы: не требуются.

Ход упражнения:

Демонстрация: для демонстрации того, как будет проходить упражнение мне нужны два добровольца.

Упражнение будет проходить так: два участника разговаривают между собой, каждый из них должен соглашаться со всем, что говорит ему собеседник, что бы тот ни сказал.

Игрок 1 начинает беседу, игрок 2 одобряет это высказывание, начиная свое предложение словами: «Да, и еще...». Первый игрок тоже соглашается со вторым и добавляет что-то свое: «Да, и еще...».

Если первый игрок, например, говорит: «Пойдем в кино», второй игрок может, к примеру, сказать: «Да, и возьмем большую плитку шоколада с начинкой». Игрок 1 продолжает: «Да, и помимо того, бутылку шампанского». Игрок 2 отвечает: «Да, и еще я хочу, чтобы пробка выстрелила».

Таким образом, идет некое нарастание, поскольку каждое предложение подхватывается и продвигается дальше. Как правило, такой диалог неизбежно заканчивается комической ситуацией.

Мы разделимся на пары.

Я предлагаю вам несколько ситуаций, которые вам предстоит обсудить

предложенным образом:

1. Сын и отец застряли вместе в лифте.
2. Мама и сын на пикнике.
3. Родители и сын пошли в цирк.
4. Родители и ребенок строят планы на празднование дня рождения ре-

бенка

Через 2–3 минуты участники должны образовать новые пары так, чтобы одобрять партнера, демонстрировать ему свое у каждого из них была возможность поговорить с разными партнерами.

Подведение итогов:

1. Какие чувства вы испытываете после этого упражнения?
2. Какими интересными наблюдениями вы готовы поделиться?
3. Что вам легко удавалось? Что давалось труднее?
4. Как вы думаете, где, в каких жизненных ситуациях это может быть по-

лезным?

Педагог: Мы с вами потренировались понимать собеседника, слушать его, скоро нам предстоит большое упражнение, в ходе которого мы примерим на себя несколько коммуникативных ролей, для этого мы сейчас подготовимся и потренируемся в демонстрации своей готовности (открытости) к общению/взаимодействию.

#### Упражнения по выработке навыков. «Открытость»

Цель: выработка навыков взаимодействия с окружающими.

Время выполнения: 10-15 минут.

Ход упражнения: Перед вами — собеседник (одноклассники, друзья, родитель-ребенок). Сделайте своё лицо доброжелательным, улыбнитесь, кивните собеседнику в знак того, что вы его внимательно слушаете и понимаете. Распахните свою душу перед человеком, с которым вы общаетесь, старайтесь педагогически близко подойти к нему. После выполнения упражнения участники делятся

эмоциями и впечатлениями.

Упражнения по выработке навыков - «Вертушка жалобщиков»

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга.

Время выполнения: 25-30 минут.

Оборудование, материалы: стулья.

Ход упражнения: из стульев составляется два круга: внешний и внутренний. Один стул внешнего круга должен находиться напротив одного стула внутреннего круга. Общее количество стульев должно соответствовать количеству участников. Если их число нечетное, добавляется ведущий.

Тем или иным способом участники разбиваются на две группы (если нечетное количество, то включается сам ведущий). Одной группе уделяется роль «экспертов», они занимают места во внутреннем круге. Вторая группа получает роль «жалобщиков», они занимают места во внешнем круге.

Ведущий сообщает, что каждый «жалобщик» должен будет пожаловаться нескольким «экспертам». Для этого через каждую минуту все «жалобщики» дружно поднимаются и пересаживаются на соседнее место (по часовой стрелке). «Жалобщик» должен очень быстро и точно изложить суть своей жалобы. Желательно, чтобы жалоба была реальная, но можно использовать и вымышленную. Жалоба может касаться совершенно любой стороны жизни. У одного «жалобщика» жалоба одна для всех «экспертов». «Эксперт», быстро выслушав «жалобщика» так же быстро выдает свою рекомендацию по этой жалобе.

Когда «жалобщики» пообщаются с 5–6 разными «экспертами» начинается следующий этап. Теперь «жалобщик» рассказывает про советы других «экспертов», которые успел услышать. Задача «эксперта» на этом этапе — согласиться или опровергнуть рекомендации других экспертов. На это отводится тоже одна минута и также проводится 5–6 смен. После второго круга «жалобщики» и «эксперты» меняются ролями.

В конце происходит обсуждение: Какие индивидуальные различия в манере разговаривать, слушать, в невербальном поведении участники успели

заметить друг у друга?

Педагог:

Мы с вами хорошо поработали сегодня, спасибо вам большое, за активность, искренность, старание в течение сегодняшнего занятия. Помимо слов, свои мысли, желания, чувства и впечатления можно при помощи позы, мимики, движения и т.д. – средств невербального общения. Сегодня мы прощаемся необычно.

Упражнение на прощание:

Цель: развитие навыков невербального общения. Прощание.

Время выполнения: 3-5 минут.

Ход упражнения:

Участники встают в два круга, лицом друг к другу. Затем участники, стоящие во внешнем круге, начинают движение, при этом прощаясь с участниками внутреннего круга различными способами. Педагог называет способ, которым участникам необходимо попрощаться. Например: только глазами, только головой, только руками, только ногами, только словами, только плечами и т.д.

## **Занятие 7.**

### **Тренинг на развитие навыков совместной деятельности**

**Педагог:**

Здравствуйте! Присаживайтесь в круг.

Упражнения на приветствие

Цель: формирование доверительного стиля общения в процессе налаживания контактов.

Время выполнения: 10-15 минут

Оборудование и материалы: не требуются

Ход упражнения: Участники садятся по кругу и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера. Можно вспомнить ту черту, которую человек сам у себя выделил при знакомстве, можно ту, которую сам считаешь главной. В ходе приветствия группа демонстрирует

доброе отношение друг к другу.

**Педагог:**

Мы сказали друг другу много приятных слов, смогли понять, что окружающие видят в нас, какие черты выделяют.

Я предлагаю вам провести одно веселое, легкое упражнение, которое поможет нам еще больше узнать друг о друге.

Упражнения – разминки «Меняются местами те, кто...»

Цель: Снятие скованности и усталости, помогает включиться в работу, настроиться на продолжение тренинга, повысить концентрацию внимания.

Время выполнения: 10 – 15 минут.

Оборудование, материалы: не требуются.

Ход упражнения: Все участники сидят в кругу на стульях. Ведущий убирает свой стул и говорит, что он сейчас назовет одно качество или предмет и те, у кого это качество (предмет) есть, должны будут поменяться местами. Участники должны стараться как можно быстрее занять освободившиеся стулья. Тот, кто не успевает занять место, становится ведущим. Каждый новый кон игры начинается словами «Меняются местами те, кто...».

Сначала имеет смысл вводить в игру простые признаки. Например, ведущий может предложить поменяться тем, у кого светлые волосы, у кого в одежде присутствует красный цвет, кто любит проводить свободное время с друзьями и т. д.

**Педагог:**

Сегодня нам с вами предстоит потренировать навыки работы в группе, взаимодействовать друг с другом, поговорим о некоторых эффективных способах взаимодействия с детьми.

Каждый день мы общаемся с ребенком, порой между нами возникают недопонимания, одним из главных условий позитивного развития отношений с ребенком, является совместное времяпрепровождение, общая деятельность.

Одним из важных условий успешной совместной работы является уровень

сплоченности между партнерами. На ее развитие и будет направлено следующее упражнение. Также данное упражнение поможет нам прояснить для себя понятие «команда», которой нам сегодня предстоит стать на занятии.

Упражнения для развития и поддержания групповой сплочённости «Ассоциации»

Цель: помогать каждому участнику тренинга прояснить для себя понятие «команда».

Время выполнения: 15 - 20 минут

Оборудование, материалы: ручка и бумага.

Ход работы:

Предлагаю каждому прояснить для себя значение понятия «команда». Упражнение, которое мы сейчас с вами проведем, вроде бы простое, но это не совсем так. Вы в этом убедитесь, когда увидите, какими интересными и неожиданными могут быть взгляды наших коллег на многие вопросы.

1. Возьмите ручки и бумагу.
2. Ваша задача — услышать мой вопрос и записать первые же образы, связанные с ним, которые пришли вам в голову.
  - a. Если команда — это постройка, то она...
  - b. Если команда — это цвет, то она...
  - c. Если команда — это музыка, то она...
  - d. Если команда — это геометрическая фигура, то она...
  - e. Если команда — это название фильма, то она...
  - f. Если команда — это настроение, то она...
3. Проведите опрос участников по тем ассоциациям, что вы назвали...

Что вам понравилось в этом упражнении?

Какие ответы были для вас самыми интересными?

Какие ответы удивили вас? О чем нам говорит это упражнение?

**Педагог:**

Мы определили, какие у каждого из нас есть представления о команде,

дальше мы поработаем в группах и отработаем навыки групповой работы. А также проанализируем свое поведение в ходе групповой работы.

### Упражнение «Интеллектуальный футбол»

Цель: Упражнение на сплочение хорошо тренирует навыки командной работы.

Время выполнения: 20–25 минут

Оборудование, материалы: листы, ручки

Ход работы:

Сейчас мы с вами поиграем в футбол. Мы сыграем в интеллектуальный футбол. Для этого, в начале, делимся на две команды — все как в настоящем футболе. Затем выберите защитников, нападающих и вратаря. Каждая команда должна придумать для другой команды по 5–7 вопросов на разные темы: школа, дом, семья, родители и т. д. Играем так: команда задает вопрос и кидает мяч нападающим противника. Если они не справились с вопросом — передают мяч защитникам, а затем вратарю. Если ответ и в этом случае не найден — засчитывается гол.

Подведение итогов: Как вы себя чувствуете? О чем это упражнение? Что вам помогало?

Что мешало? Какие выводы можно сделать на будущее?

### Упражнение «Фигуры»

Цель: сплочение команды

Время проведения: 10 минут

Оборудование и материалы: веревка

Ход упражнения:

Команды встают в круг. Берут в руки веревку и встают так, чтобы образовался правильный круг. Затем закрываются глаза и не размыкая рук, строят квадрат. Использовать можно только переговоры. Когда, по мнению участников, задание будет выполнено, они должны об этом сообщить. Откройте глаза. Как вы считаете, вам удалось выполнить задание? Участники говорят ответы, но не

комментируют их. Сейчас я вам предложу вам в таких же условиях построить другую фигуру. Сможете построить ее за более короткое время? Хорошо. Предлагаю повторить эксперимент. Закрываем глаза. Строят еще несколько фигур.

Итоги: Вы довольны результатом группы? Что Вам помогло выполнить задание? Без чего бы не справились? Какие выводы вы сделаете из упражнения?

#### Упражнение «Карандаши»

Цель: обучение навыкам взаимодействия, умению работать в парах и в группе.

Время проведения: 10 минут.

Материалы и оборудование: карандаши, по одному на пару.

Ход упражнения: Суть упражнения состоит в удержании закрытых колпачками карандаша или ручки, зажатых между пальцами стоящих рядом участников. Сначала выполняется подготовительное задание: разбиться на пары. Партнеры в паре располагаются друг напротив друга на расстоянии вытянутой руки и пытаются удержать карандаш, прижав его концы подушечками указательных пальцев. Дается задание: не выпуская карандаш, двигать руками вверх-вниз, взад-вперед. После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями — вытянутые руки), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания: — Поднять руки, опустить их и вернуть в исходное положение. — Вытянуть руки вперед, отвести назад. — Сделать шаг вперед, два шага назад, шаг вперед, шаг назад. — Наклониться вперед, назад, выпрямиться. — Присесть, встать. — Шагнуть вперед, поднять руки. — Держать карандаш мизинцами. — Выполнить упражнение с закрытыми глазами.

Итоги:

Какие действия должен выполнять каждый из участников, чтобы



карандаши не выпадали?

На что ориентироваться при выполнении этих действий?

Как установить необходимое взаимопонимание?

**Педагог:**

Наше занятие подходит к концу, мы хорошо потрудились, была возможность и прояснить наши представления о команде, совместной работе, правилах поведения в ней, и проанализировать свой собственный стиль поведения в ходе групповой работы, а также развить и скорректировать свои навыки групповой работы.

Сейчас я попрошу вас по кругу высказаться, что наиболее интересным и полезным показалось в ходе занятия? Какие важные наблюдения сделали? Возникли ли трудности, какие?

Родители высказываются.

**Педагог:**

Спасибо вам за ваши наблюдения, мнения. Сегодня предлагаю вам попрощаться следующим образом.

Цель: завершение тренинга

Время выполнения: 15 минут

Оборудование и материалы: мяч

Ход упражнения: У меня в руках мяч. Мы будем передавать его друг другу. Тот, у кого он оказывается, громко произносит свое имя и говорит: “Я желаю себе в отношениях с ребенком ...” и произносит, то, что он желает себе. Это довольно важный момент в тренинге, и я прошу поддерживать стремление наших участников аплодисментами.

**Педагог:**

Дома я вас попрошу понаблюдать за своим поведением, за поведением ребенка, постарайтесь поискать сходства, общие привычки, фразы, эмоциональные

реакции.

## Занятие 8.

### Презентация, направленная на развитие взаимопонимания с детьми

#### Слайд 1.

«Не надо воспитывать детей. Воспитывайте себя, а дети сами вас скопируют»

Родители переходят в чат «Zoom» и начинается обсуждение вопросов:

1. Какие наблюдения вам удалось отметить (домашнее задание)?

2. Как вы понимаете данное высказывание?

3. Как вам кажется, есть ли связь между тем заданием, которое вы получили на прошлом занятии и данным высказыванием?

#### Слайд 2.

Действительно, во многом, дети копируют наше с вами поведение, но при этом они не наша копия и не должны ей быть, это отдельные личности, со своими интересами, увлечениями, желаниями.

Для успешного развития отношений с ребенком, очень важно прислушиваться к своему ребенку, быть внимательным, наблюдательным.

Выполните данное упражнение и запишите свои наблюдения в чат.

Попросите о помощи членов семьи.

Упражнение «Мнения»

Цель: В процессе игры возникают возможности для самодиагностики и развития способности к адекватному межличностному восприятию.

Время выполнения: 30 - 40 минут

Оборудование, материалы: бумага, ручки.

Ход упражнения: на отдельных листках бумаги участники игры самостоятельно и независимо друг от друга излагают свое личное мнение о том из игроков, кто сам попросил составить его. Изложенные таким образом мнения собираются, перетасовываются и передаются тому, о ком они написаны. Игрок, получивший мнения, читает их по очереди и пытается угадать, кто автор того или

иного высказывания.

### Слайд 3.

«Сколько бы сил и времени вы ни потратили, вы не сможете сделать гиперактивного ребенка спокойным и уравновешенным, медлительного – расторопным, рассеянного – безукоризненно внимательным, замкнутого – душой компании, чувствительного – невозмутимым. Чем больше вы будете «бороться» с этими качествами, тем больше риск просто невротизировать ребенка и разрушить ваши отношения, а неудобное для вас поведение в результате только усилится». Л. Петрановская

Замечали ли вы в себе желание изменить ребенка? Переделать? (обсуждение в чате)

### Слайд 4.

Вам был дан чек-лист с фильмами, которые нужно было посмотреть. Сегодня мы обсудим данное задание.

### Слайд 5.

Опишите в форме мини эссе, свои впечатления от фильмов? (какие эмоции вызвал просмотр, как вы оцениваете поведение детей, чему, на ваш взгляд, учит данный фильм).

Прикрепите фото получившегося эссе и прикрепите документом в чат.

### Слайд 6.

Спасибо за внимание!

## **Занятие 9**

### **Педагогический тренинг-игра для родителей**

Цель игры: наглядно представить родителям последствия поступков, слов и действий по отношению к детям, их влияние на дальнейшую судьбу будущих взрослых.

Оборудование: шарфы и платки по числу директив.

Ход игры:

Все мы родом из детства, и большинство педагогических проблем

взрослых людей именно из детства. Часто самые близкие люди сами программируют ребенка на неуспех в жизни, инфантильность, лень, безалаберность, безразличие к окружающим людям, в том числе, и родным. Потом они удивляются: Почему их взрослый ребёнок такой не самостоятельный и безынициативный? Почему он не умеет и даже ради своего блага не хочет ничего делать сам? Почему готов целыми днями лежать на диване и постоянно пытается переложить ответственность на других? Почему он, маменькин сынок или дочка, не может ни с кем найти общий язык, не способен соперничать близким? Легко ли жить с таким человеком?

Давайте рассмотрим ситуацию, когда мама с малышом идут в детский сад. Вы – любящая мама, заботитесь о ребёнке, очень его любите и следите за его здоровьем. Делаете всё, чтобы малыша не продул холодный ветер, чтобы он не промок и не испачкался. Конечно же, запрещаете бегать по улице, прыгать по лужам, собирать камни и тянуть в рот всякую грязь. Задумывались ли вы когда-нибудь о скрытом смысле слов и действий, которые позволяете себе по отношению к ребёнку? О директивах и установках, на которые вы неосознанно программируете детей, и об их последствиях? Предлагаю поиграть в игру «Запрет». (Педагог приглашает 2-х человек на роль ребёнка и взрослого.)

Педагог: Утро, вы со своим малышом спешите в детский сад. Малыш энергичный и очень любознательный, он задаёт много вопросов, постоянно дёргает маму за руку и пытается что-то ей сказать.

Ребёнок: Мама, смотри, смотри, что это там? Куда кошка побежала? Как эта машина называется? Что это собачка делает?

Мама: Перестань глазеть по сторонам! Смотри под ноги, упадёшь в лужу! (Педагог завязывает «ребёнку» шарфом глаза.)

Педагог: Директива: ничего не видеть! (У мамы звонит телефон, она отвечает на звонок коллеги. Малыш внимательно слушает разговор.)

Ребёнок: Мама, а что такое «начальник-зараза»?

Мама: Ты почему уши развесил? Как не стыдно! Сколько раз тебе

повторять: во взрослые разговоры вмешиваться нельзя! (Педагог завязывает «ребёнку» шарфом уши.)

Педагог: Директива: никого не слышать!

Ребёнок: Я только спросил! Ты же говорила, что обзывать взрослых нельзя, а сама...

Мама: Что, самый умный? Матери будешь указывать? («Ребёнку» завязывают шарфом голову.)

Педагог: Директива: не думай!

Ребёнок: А меня Машка ждёт в детском саду, которая...

Мама: Ой, некогда! Идём быстрее, хватит болтать, закрой рот. («Ребёнку» завязывают шарфом рот.)

Педагог: Директива: не разговаривай! Ребёнок идёт молча и на ходу пытается поднять какую-то веточку.

Мама (кричит в ужасе): Выброси эту гадость сейчас же, она грязная! Что у тебя за руки! Всё хватаешь, вечно они у тебя в грязи! («Ребёнку» шарфом завязывают руки.)

Педагог: Директива: ничего не делай руками. Но ребёнку становится скучно. После дождя на тротуаре остались лужи, и малыш начинает скакать по ним.

Мама: это что такое?! Ты на кого похож?! Сам вывозился и меня обрызгал! Стой смирно. Не прыгай, дай вытру тебя салфеткой! («Ребёнку» завязывают шарфом ноги.)

Педагог: Директива: не ходи.

Мама: Иди около меня, дай руку! Да не беги ты вперёд! (Педагог привязывает «ребёнка» шарфом к «маме».)

Педагог: Директива: никому не доверяй, кроме меня. Никуда от меня не отходи. Все обманут, верь только мне. Мама в праведном гневе отругала малыша. Как ей идти на работу? Она вся в грязных брызгах! А ребёнок стоит и ревёт.

Мама: что ты разнылся?! Чего ты ревьешь? Нечего реветь, сам виноват. Не

надо было по луже скакать. Замолчи, кому сказала! Позоришь только меня. («Ребёнку» перевязывают шарфом сердце.)

Педагог: Директива: не испытывай чувства.

Уважаемые, родители, посмотрите на нашего «ребёнка». Он весь завязан.

Сможет он в таком состоянии эффективно общаться со сверстниками, удовлетворять свои потребности, развиваться полноценно, быть любознательным? А как вы думаете, какой человек вырастет из такого ребёнка? Легко ли ему будет в жизни? А окружающим его людям? Очевидно, что все действия и слова «любящих» родителей негативно влияют на развитие ребёнка и на всю его дальнейшую жизнь. Однако, в каждом случае можно найти компромисс. Давайте попробуем это сделать вместе! (Педагог обсуждает с родителями возникшие ситуации и по мере нахождения компромисса постепенно снимает с «ребёнка» шарфы.)

Не завязывать глаза – посмотреть вместе или переключить внимание ребёнка на что-то другое, более полезное, интересное.

Не завязывать уши – взять за правило разговаривать при ребёнке спокойно, не ругаться, не обманывать собеседников. Стараться в то время, которое проводите с ребёнком, не отвлекаться на другие занятия и следить за своей речью.

Не завязывать голову – разрешить ребёнку думать, рассуждать, анализировать. Взрослому научиться признавать свои ошибки и извиняться за них.

Не завязывать рот – выслушать.

Не завязывать руки – после прогулки вымыть руки.

Не завязывать ноги – обуть резиновые непромокаемые сапоги и одеть комбинезон.

Не привязывать к маме – отпустить немного вперёд.

Не завязывать сердце – выслушать, понять, посочувствовать и пожалеть ребёнка.

Уважаемые взрослые, сейчас мы с вами нашли варианты решения некоторых проблем. Каждый знает, что не следует запрещать ребёнку познавать окружающий мир. Малыш развивается только в познании окружающей среды и в

общении с родителями, но на практике не всегда удаётся создать для этого условия.

Мы все очень заняты, ощущаем дефицит свободного времени и поэтому уделяем своим малышам недостаточно внимания. Как много мгновений, которые не были наполнены общением с детьми! Если взрослые не изменят своё поведение, то однажды могут услышать: «Мама, ты когда-то научила меня ходить и говорить, зачем же теперь заставляешь сидеть и молчать?».

## **Занятие 10**

Беседа «Легко ли быть родителем первоклассника»

Цель: Создание условий для осознания всей сложности, важности и ответственности позиции родителя первоклассника.

Ход встречи:

1. «Семья».

*Цель.* Дать возможность поделиться чувствами, получить обратную связь.

2. «Мы и они»

*Цель.* Активизация умения осознавать самооценку ребенка в независимости от собственных переживаний.

Участники делят лист бумаги на две половины: слева пишут «мы», «справа» – они. Под «мы» понимаются взрослые, под «они» – дети. В этих колонках участники пишут определения, которые зачитывают по окончании упражнения. После этого они анализируют ситуации, в которых дети выступают непослушными, агрессивными, капризными и рефлексиируют свои чувства.

3. «Я идеальный»

*Цель.* Формирование критического отношения к идеальности; показ жизненной философии принятия ребенка: «Люблю не потому, что ты хороший, а потому, что ты есть».

Участники делят лист бумаги на две половины. В левой быстро, не задумываясь, пишут те качества, которыми должен обладать идеальный родитель, в правой – качества реального родителя. На выполнение отводится 3 мин. По

окончании участники сравнивают, совпадают ли качества идеального и реального родителя, отвечают на вопросы:

#### 4. Упражнение-психодрама «Портреты»

*Цель.* Дать возможность побывать в различных образах роли ребенка. Рассказать, что они при этом почувствовали, что им хотелось сделать.

Ведущий предлагает кому-либо из участников сыграть роль ребенка, а сам исполняет роль матери. Разыгрываются ситуации «Клуша» (тревожно-мнительный тип воспитания), «Слуга» (эгоцентрический тип воспитания), «Учительница» (гиперсоциальный тип воспитания).

#### 5. Упражнение-тест «Если бы мой ребенок превратился в растение».

Участникам дается задание нарисовать «портрет» своего ребенка в виде растения и рассказать о том, где оно растет, что ему необходимо для развития.

### Заключительный этап

#### **Занятие 11.**

#### **Заключительное интерактивное собрание, направленное на применение полученных знаний, подведение итогов программы**

Педагог:

Здравствуйте, уважаемые родители! Рада вас всех видеть, сегодня у нас с вами финальная встреча. Мы сможем еще раз применить полученные знания, подвести итоги работы.

Сначала мы с вами разберем несколько ситуационных задач. Делать мы это будем следующим образом. Мы вытянем роли, затем по очереди будем разыгрывать ситуации и анализировать их.

Ситуация 1.

Мама: Почему у тебя одежда мокрая?

Дима: Мы лепили из снега постройки. Воспитательница сказала, что я очень старался.

Мама: не слушая сына: «Сколько раз тебе говорить – клади варежки и



штаны на батарею».

Дима: Я ещё дома попробую такую птичку сделать.

Мама: Пойдёшь в мокром.

Дима замолчал и стал неохотно одеваться.

Ситуация о том, что нужно быть внимательным к ребенку, вслушиваться в его слова, проявлять интерес, замечать, что его увлекает, радует.

Вопросы для родителей:

1. Почему не состоялся разговор матери и ребенка?
2. Что бы вы посоветовали маме в данной ситуации?

Ситуация 2.

Миша (7 лет) был очень активным мальчиком, постоянно бегал, прыгал, придумывал различные игры. Родители наблюдали за поведением мальчика и решили, что он уже слишком взрослый для подобного времяпрепровождения и пора бы заняться чем-то полезным. На следующий же день они записали его на плавание, в школу бальных танцев и в художественную школу. Спустя несколько недель Миша перестал проявлять активность дома и на уроках, отказывался от всех предложений родителей.

Папа: Миша, чего ты каждый вечер сидишь на диване и ничего не делаешь? Я тебя не узнаю! Где твоя фантазия, игры, танцы?

Миша: не хочу! Я уже ничего не хочу!

В ситуации поднимается очень популярная проблема. Когда родители с раннего возраста загружают ребенка большим количеством хобби, важно отметить, что не всегда эти занятия интересны ребенку. В дальнейшем подобные действия приводят к усталости детей, потере инициативности, иногда болезненности. Перегрузки негативно сказываются как на физическом, так и педагогическом

здоровье ребенка.

Вопросы родителям:

1. Что вы можете сказать, по поводу представленной ситуации?
2. На ваш взгляд, что стало причиной изменений в поведении ребенка?
3. Можно ли вернуть былую активность и жизнерадостность ребенку?

Ситуация 3.

Семейный ужин.

Оля (10 лет): вчера на дне рождения мы с подругами посмотрели очень веселый и интересный фильм про каратистов и мне смерть как захотелось записаться на секцию. Оказалось, что один мой одноклассник уже несколько лет занимается в такой секции. А самое замечательное, что занятия проходят совсем неподалеку от школы и скоро будет новый набор. Можете, пожалуйста, купить мне кимоно? Я очень хочу заниматься!

Мама: Доченька, ну это же очень опасно! Нет! Я против, я категорически против!

Оля: папочка, а ты что скажешь?

Папа: скажу, что это совсем не женское дело, кулаками махать!

Девочка отказалась от ужина и убежала в свою комнату.

Ситуация позволит родителям посмотреть со стороны, на последствия, к которым может привести стереотипное мышление. Непонимание важности того или иного увлечения для ребенка, понять его эмоции.

Вопросы для родителей:

1. Попробуйте спрогнозировать дальнейшее поведение девочки
2. Какие эмоции, на ваш взгляд, переживала девочка, когда на ее просьбу отреагировали резким отказом?
3. Что бы вы изменили в данной ситуации?

Педагог:

Мы с вами разобрали несколько ситуаций, в которых заметили ошибки в поведении родителей, по отношению к ребенку. Проанализировали поведение

участников, рассмотрели последствия неверных действий, предложили различные пути выхода из них.

В данных ситуациях были представлены случаи, когда родители недостаточно внимательны к детям, или же ограничивают их свободу выбора. Но! Встречаются и такие ситуации, в которых нам необходимо вмешаться, направить ребенка. Важно, как мы будем доносить до него свое мнение. Предлагать, рекомендовать, говорить и показывать так, чтоб ребенку захотелось попробовать. Принуждение не даст позитивных результатов, а лишь испортит наши отношения с ребенком.

Скажите, пожалуйста, о чем часто спорят различные поколения? Что не признают?

Родители говорят свои варианты.

Педагог:

Все мы хотя бы раз, слышали эти слова от родителей и говорили их своим детям: «Разве эта музыка?», «Что за кино вы смотрите?», «Современная молодежь совсем перестала читать книги!», «Что вы сидите целыми днями в этих телефонах? Столько игр интересных есть и погода замечательная!».

И действительно, важно следить за интересами ребенка, направлять их, формировать вкус.

Сейчас мы с вами разобьемся на пары и «прорекламируем» друг другу что-либо, любимую игру, кинокартину, книгу, интересное занятие, увлечение и так далее. Ваша задача представить, что перед вами сидит ваш ребенок, и так рассказать о чем-либо, чтобы ему захотелось прочитать предложенную книгу, найти из какого мультика описанный герой и посмотреть его, позвать друзей и вместе учиться играть в новую игру и так далее. 3 минуты на размышление и приступим. Кто готов?

Родители выходят парами, остальные слушают диалог и тоже дают

обратную связь. Сумел ли тот или иной родитель их заинтересовать.

Педагог:

Хорошо, спасибо вам за активность, за интересные предложения, думаю, что данная тренировка, обмен опытом, пойдут нам всем на пользу, и теперь мы сможем занять своих детей.

Предлагаю вам всем сейчас написать на листочках две вещи, то, что я умею делать очень хорошо, и то, что я совсем не умею делать. Постарайтесь писать такие занятия, умения, которые не требуют особых условий, и мы сможем их продемонстрировать или смоделировать здесь и сейчас.

Сейчас мы поработаем следующим образом. По очереди будем выходить в круг. Человек, вышедший в круг, зачитывает то, что он написал, и мы даем ему возможность сначала продемонстрировать свое умение (то, что он делает очень хорошо), а затем он попробует выполнить то, чего не умеет, остальные участники, сначала будут его поддерживать, помогать, учить, хвалить, а потом начнут ругать, указывать на ошибки, критиковать.

Вопросы для обсуждения:

1. Что вы чувствовали, когда демонстрировали свое умение?
2. Какие эмоции вы испытывали, когда начали делать второе действие?
3. Как менялись ваши эмоции и отношения к людям, когда они сначала хвалили и поддерживали вас, а затем начали критиковать?
4. Как вам кажется, в чем смысл данного упражнения? Зачем мы его провели?

Педагог:

Мы ощутили только, что на себе, как меняется наше эмоциональное состояние, отношение к окружающим и желание осваивать новое дело. Обратим внимание на тот факт, что мы уже взрослые люди, с большим запасом опыта и знаний, и что немало важно, сформировавшиеся личности, способные воспринимать критику. Попробуйте представить, что в этот момент, вы являетесь ребенком,

тем, кто вдвойне нуждается в поддержке, помощи и понимании окружающих.

Сейчас я попрошу вас еще раз ответить на те вопросы, которые задавала вам на первой нашей встрече.

1. Что такое успех?
2. Моего ребенка можно назвать успешным потому?
3. Какого родителя можно назвать хорошим, что такой родитель делает для успешности своего ребенка?

Родители говорят свои варианты ответа.

Педагог:

Наше последнее занятие подходит к концу, мне было с вами очень приятно поработать, спасибо вам большое за труд. Мне уже видны положительные результаты нашей совместной работы.

Сейчас я попрошу высказаться каждого из вас и сделать это следующим образом. Перед вами три картинки: мясорубка, урна и чемодан. Я прошу каждого хорошо подумать и сказать, из всего, что он узнал, почувствовал, попробовал на протяжении всех занятий, что он с легкостью выкинет в урну как ненужное и бесполезное, что возьмет с собой в чемодан, как ценный опыт и нечто полезное, что пригодится в будущем, а что бы, он пока поместил в мясорубку, как то, что еще требует осмысления, как то, что еще не до конца понято и принято.

Кому сложно высказаться вслух, того я попрошу написать свой ответ на листочке.

На протяжении наших занятий, я пыталась донести до каждого из вас то, что успешный ребенок, это прежде всего, счастливый, здоровый, имеющий возможность проявлять себя и развивать свои возможности ребенок. То, что сделать его успешным под силу нам с вами, необходимо научиться слушать и слышать ребенка, уважать его личность, интересы и желания. И самое главное, о чем нужно помнить, что ребенок, это не маленький взрослый, это особый мир, требующий особого отношения, а способен на такое отношение лишь тот родитель,

который помнит то, как он сам был ребенком.

В заключении мне бы хотелось сказать вам следующую фразу-напутствие: «Играйте с детьми! Играйте искренне! Когда мы вместе с ними бегаем, гоняем мяч, катаемся с горки, дети начинают верить, что их родители не всегда были взрослыми. И мы становимся ближе друг к другу. Плохо тот воспитатель детей, который не помнит своего детства».

Все желающие могут остаться, и мы обговорим оставшиеся вопросы.