

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 педагогике и психологии начального образования

Морозова Татьяна Сергеевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

АДАПТАЦИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование и русский язык

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой

канд. психол. наук, доцент ВАК, доцент кафедры психологии и педагогики начального образования,

Н.А. Мосина

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

(дата, подпись)

Руководитель

канд. психол. наук, доцент ВАК, доцент кафедры педагогики и психологии начального образования, Е.В. Гордиенко

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

18.06.2021

(подпись)

Дата защиты 29.06.2021

Обучающийся Морозова Т.С.

(фамилия, инициалы) (дата, подпись)

Оценка хорошо

(прописью)

Красноярск 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ШКОЛЕ	6
1.1. Психолого-педагогическая характеристика ребенка в детстве	6
1.2. Понятие «адаптация» и ее основные характеристики	17
1.3. Школа как институт социализации младшего школьника	29
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ I	37
ГЛАВА II. ИССЛЕДОВАНИЕ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ	39
2.1. Организация исследования и описание методик	39
2.2. Анализ результатов исследования и их обсуждения	45
2.3. Программа адаптации младшего школьника	59
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ II	64
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	66
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	69
ПРИЛОЖЕНИЯ	77

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Поступление в школу является одним из важнейших переломных моментов в жизни ребенка и его семьи – новая социальная ситуация развития, условия и требования которой, еще не известны младшему школьнику. Поступление в школу и период адаптации – событие, которое оставляет впечатление на всю жизнь, именно в младшей школе кто-то из детей полюбит ее на долгие годы, а кто-то будет вспоминать с содроганием. Так, школа для младшего школьника становится во всех смыслах новой средой, в которой и сам ребенок уже с первых дней чувствует себя иначе, чем дома, в привычной для него обстановке.

Прежде всего, именно категории «привычное» и «понятное» отсутствуют для младшего школьника в новой для него школьной среде. В связи с этим речь идет об адаптации к школе, которая занимает фактически весь период первого класса. Ребенок привыкает к новому отношению, к детскому коллективу, к новой для себя социальной роли – обучающийся, к обязанностям, к взрослому. Адаптация ребенка в школе, отражается и на взаимоотношениях в его семье: у родителей появляются новые обязанности (водить ребенка в школу, помогать учиться, объяснять и пояснять, выстраивать отношения с классным руководителем, учителем начальных классов). И для ребенка, и для его семьи поступление в школу – это новый этап развития семейных отношений. Здесь, важным становится сохранение и укрепление социализирующего потенциала семьи и школе посредством сотрудничества данных социальных институтов.

Школа как новая среда играет важнейшую роль в формировании личности и нравственном развитии человека, следовательно, во многом влияет и на то, какие цели, ориентиры поставит перед собой будущее поколение. Современные исследователи в области педагогики и психологии, педагоги-практики говорят о школе как об образовательной и воспитательной среде.

Так, непосредственное участие младшего школьника в адаптационном процессе делает младшего школьника субъектом, а не объектом адаптации в новой для него школьной среде. Рассмотрение данного вопроса представляет интерес и является актуальным на современном этапе развития российского образования: формирование универсальных учебных действий, достижение личностных и образовательных результатов (ФГОС НОО Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373).

Младший школьный возраст наиболее глубоко и содержательно представлен в работах В.В. Давыдова, Д.Б. Эльконина, их сторонников и последователей (Л.И. Айдаровой, А.К. Дусавицкого, А.К. Марковой, Ю.А. Полуянова, В.В. Репкина, В.В. Рубцова, Г.А. Цукерман и др.)

Цель работы: выявить степень адаптации младшего школьника к школьной среде и разработать программу помощи первокласснику в адаптации к школьной среде.

Объект исследования – младший школьный возраст.

Предмет исследования — процесс адаптации младшего школьника к школьной среде.

Гипотеза исследования – мы предполагаем, что адаптация включает в себя психологический, физиологический, социальный компонент, и полагаясь на данные критерии, у младших школьников степень адаптации будет средней.

Задачи исследования:

1. Дать психолого-педагогическую характеристику младшему школьнику.
2. Рассмотреть особенности адаптации младшего школьника при поступлении в школу.
3. Проанализировать образовательную среду школы как условие социализации младшего школьника.
4. Разработать критерии процесса адаптации и подобрать программу помощи адаптации младшему школьнику.

5. Провести констатирующий эксперимент и обсудить полученные результаты.

6. Разработать программу помощи адаптации младшему школьнику.

База исследования: исследования проводились на базе МАОУ СШ № 148 города Красноярск. Общее количество испытуемых составило 24 человека (8 мальчиков и 16 девочек), учащиеся 1А класса. Возраст испытуемых 7 - 8 лет.

Методы исследования: тестирование; анкетирование; опросные методы; методы качественного и количественного анализа.

Структура работы: выпускная квалификационная работа представлена введением, двумя главами, выводами по главам, заключением, списком использованных источников, приложением.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ШКОЛЕ

1.1. Психолого-педагогическая характеристика младшего школьника

Л.И. Божович определяет переживания, введенное Л.С. Выготским как одно из ключевых понятий в детской психологии. Значение этого понятия с точки зрения методологии науки подразумевается: «чтобы установить, какое именно воздействие оказывает среда на ребенка и, следовательно, как она определяет ход его развития, надо понять характер переживаний ребенка, характер его аффективного отношения к среде» [1, с. 101]. По мнению автора, понятие переживания означает одну из важнейших психологических действительностей, с исследования которой нужно начинать анализ роли среды в развитии ученика. Категория переживания представляет из себя «реперную точку», на которой зафиксированы многообразные влияния различных внешних и внутренних факторов.

Старший дошкольный возраст – заключительный из периодов дошкольного возраста, когда в психике ребенка формируются новые образования. Это произвольность психических процессов – внимания, памяти, восприятия и др. – как следствие способность управлять своим поведением, а также изменять представления о себе, в самосознании и в самооценках [6].

Дети шестого года жизни отличаются большими физическими и психическими возможностями. Физически ребенок становится еще крепче.

В данном жизненном этапе продолжается формирования всех сторон речи ребенка. Он правильно произносит все звуки родного языка, отчетливо и ясно воспроизводит слова, имеет необходимый для свободного общения словарный запас [10].

К старшему дошкольному возрасту возникает внеситуативно-личностная форма общения, которую отличают потребности во взаимопонимании и сопереживании и личностные мотивы общения.

Общение со сверстником носит характерные черты внеситуативности, общение становится внеситуативно-деловым; формируются устойчивые и избирательные предпочтения.

Развитие личности в старшем дошкольном возрасте можно охарактеризовать освоением новых знаний, приобретением новых качеств, потребностей. Другими словами, формируются все стороны личности ребенка: интеллектуальная, нравственная, эмоциональная и волевая действенно – практическая. Отечественные психологи Л.С. Выготский, а позже и А.В. Запорожец неоднократно подчеркивали, что в старшем дошкольном возрасте ребенок переходит от ситуативного поведения к деятельности, подчиненной социальным нормам и требованиям, и очень эмоционально относится к последним. Старший дошкольник в основном правильно осознает, что нравится и что не нравится в его поведении взрослым, вполне адекватно оценивает качество своих поступков и отдельные черты своей личности. К концу дошкольного возраста у детей формируется самооценка [25].

Старший ребенок – дошкольник уже способен сначала разграничить все предметы, которые понадобятся ему для игры в доктора, а уже в последующем начинать игру, не хватаясь уже в процессе ее то за один, то за другой предмет [15].

Одной из основных деятельностей в дошкольном детстве – к концу дошкольного периода у детей появляются сюжетно-ролевая игра (дочки-матери, магазин, гараж и пр.), игры с правилами (прятки, салочки, круговая лапта и др.): значимость подчиниться правилу формируется в процессе ролевой игры, где любая роль содержит в себе скрытые правила [30].

В случае изменения в деятельности и в ее целях называется, как произвольность психических процессов и имеет одно из значимых и для успешности последующего школьного обучения, и для всего дальнейшего психического развития. Так как подчинение школьным правилам как раз и требует произвольности поведения.

В дошкольном возрасте главные изменения происходят во всех сферах психического развития ребенка. Как ни в каком другом возрасте, перед ребенком открывается широкий круг деятельности – игровая, трудовая, продуктивная, бытовая, общение, формируется как их техническая сторона, так и мотивационно-целевая. основополагающим итогом развития данных видов деятельности выступает овладение моделированием как центральной умственной способностью (Л.А. Венгер) и формирование произвольного поведения (А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин) [68].

Дошкольный возраст начинается с изменения ведущей деятельности – появляется ролевая игра. Взрослый становится эталоном, образцом для подражания. В игре моделируются отношения, происходит развитие общих и специфических способностей ребенка [53].

К концу дошкольного возраста ребенок способен довольно долго выполнять какую-либо деятельность, пока она его будет интересовать, не требует никаких внутренних усилий, опираясь только на непроизвольном внимании [33].

Проблемами младшего школьного возраста занимались многие психологи: Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдова, Л.И. Айдарова, Ю.А. Полуянов и др.

Данный возраст привлекает к себе пристальное внимание ученых так как он еще не до конца исследован, поэтому исторически выделился совсем недавно, с введением обязательного и всеобщего неполного и полного среднего образования. Основные задачи и содержание среднего образования пока до конца не определились, поэтому психологические особенности младшего школьного возраста нельзя учитывать, как окончательными и неизменными.

Первый и самый важный момент – это начало обучения в школе. У ребенка начинается перестройка всех его систем отношений с действительностью. Если у дошкольника существовали две сферы социальных взаимоотношений: «ребенок – взрослый» и «ребенок – дети», то

теперь в системе отношений «ребенок – взрослый» произошли изменения. То теперь она разделилась на две части: «ребенок – родитель» и «ребенок – учитель» [16].

Система «ребенок – учитель» начинает определять отношение ребенка и к родителям, и к детям. Это было экспериментально продемонстрировано Б.Г. Ананьевым, Л.И. Божович, И.С. Славиной. Данные взаимоотношения становятся для ребенка центральными, так как появляется оценочная система: хорошие отметки и хорошее поведение, оценивание исходит от учителя. От того, какие оценки будет он получать, будут формироваться отношения со сверстниками и родителями. Сверстники стараются общаться с теми, кто хорошо учится. Если раньше родители спрашивали: «Как у тебя дела?», то теперь: «Какую оценку ты получил?». Ребенок видит, что плохие оценки огорчают родителей, а хорошие – радуют.

Отношения «ребенок – учитель» перевоплощаются в отношения «ребенок – общество». Учитель начинает для ребёнка позиционировать себя как общество. «В школе закон общий для всех», писал Г.Ф. Гегель. В школе действует система определенных взаимоотношений, данным носителем является учитель.

Д.Б. Эльконин отмечал, что дети очень восприимчивы к тому, как учитель относится к детям. Если ребенок отмечает, что учитель кого-то выделяет, то уважение к нему снижается. В начале дети строго следуют указаниям учителя, но если он показывает лояльность по отношению к правилу, то правило начинает разрушаться изнутри.

Данная социальная ситуация ужесточает условия жизни ребенка и выступает для него как стрессогенная. У каждого ребенка изменяется эмоциональное состояние, повышается психическая напряженность, что отражается как на физическом здоровье, так и на поведении [57].

Характер адаптации ребенка к новым условиям жизни и отношение к нему со стороны родных способствуют развитию чувства личности. Исходя

из этого, младший школьный возраст характеризуется тем, что у ребенка появляется новый статус: он ученик и ответственный человек [34].

Учебная деятельность – это процесс приобретения человеком новых знаний, умений и навыков или изменение старых. Предметы науки и культуры – это особые предметы, с которыми надо научиться действовать.

Учебная деятельность не дается человеку от рождения, ее надо сформировать. Поэтому задача начальной школы состоит в том, чтобы научить ребенка учиться.

Для того чтобы учебная деятельность протекала успешно, необходима положительная мотивация, т. е. чтобы ребенок сам очень хотел учиться. Но мотив и содержание учебной деятельности не соответствуют друг другу, и со временем мотив теряет свою силу. Поэтому одной из главных задач успешности учебной деятельности является формирование познавательной мотивации, которая тесно связана с содержанием и способами обучения.

Предметом изменений в учебной деятельности является сам ученик. Учебная деятельность – это такая деятельность, которая поворачивает ребенка на самого себя, требует рефлексии, оценки того, «кем я был» и «кем я стал». Поэтому новым предметом для ученика становится процесс собственного изменения [28].

Д.Б. Эльконин представил следующую структуру учебной деятельности:

- мотивация учения – система побуждений, которая заставляет ребенка учиться, придает учебной деятельности смысл;
- учебная задача, т. е. система заданий, при выполнении которых ребенок осваивает наиболее общие способы действия;
- учебные действия – те действия, с помощью которых усваивается учебная задача, т. е. все те действия, которые ученик производит на уроке (специфические для каждого предмета и общие);

— действия контроля – те действия, с помощью которых контролируется ход усвоения учебной задачи;

— действие оценки – те действия, с помощью которых оценивается успешность усвоения учебной задачи.

Г.А. Цукерман выдвинула идею о том, что сотрудничество со сверстниками качественно отличается от сотрудничества со взрослым. В отношениях ребенка со взрослым последний ставит цели, контролирует и оценивает действия ребенка. Замечено, что дети могут делать ошибки в уже сформировавшихся действиях и с легкостью их находят, но только при помощи взрослых. По мнению Г.А. Цукерман, это происходит потому, что учитель передает только операционный состав действия, но остается держателем его смыслов и целей.

Если происходит совместная работа со сверстниками в равноправном общении, то оно обогащает ребенка опытом контрольно-оценочных действий и высказываний.

Младший школьный возраст обозначается как переходный возраст, в котором происходят существенные изменения на пути формирования личности ребенка, что проявляется в новообразованиях возраста. Э.И. Бахтеева (2012), отмечает, младший школьный возраст в целом может характеризоваться как кризисный период развития, поскольку его результативность является решающим в процессе формирования «фундаментальных» оснований психики личности [2, с. 189]. «Поворотный пункт» в развитии детской личности, так называет Е.Л. Бережковская (2013) младший школьный возраст. Основные новообразования и достижения данного возрастного периода, по мнению автора – произвольность и воображение [12, с. 108].

Подготовка детей к школе – это очень ответственный момент. Чтобы ребенок хорошо адаптировался к новым условиям в школе необходимо наличие определенных факторов. Рассмотрим их [55].

Во-первых, это готовность к школе. Можно выделять отдельные стороны готовности к школе:

- физическая готовность. Общее физическое развитие: нормальный вес, рост, объем груди, мышечный тонус, пропорции, кожный покров и прочие показатели, соответствующие нормам физического развития мальчиков и девочек 6-7-летнего возраста;
- интеллектуальная готовность. В содержание интеллектуальной готовности включают не только словарный запас, кругозор, специальные умения, но и уровень развития познавательных процессов, их ориентированность на зону ближайшего развития, высшие формы наглядно-образного мышления;
- личностная и социально-психологическая готовность. Под личностной и социально-психологической готовностью понимают сформированность новой социальной позиции («внутренняя позиция школьника»); формирование группы нравственных качеств, необходимых для учения; формирование произвольности поведения, качеств общения со сверстниками и взрослыми;
- эмоционально-волевая готовность. Эмоционально-волевою готовность считают сформированной, если ребенок умеет ставить цель, принимать решение, намечать план действия, прилагать усилия к его реализации, преодолевать препятствия [19].

Место ребенка в системе общественных отношений и особенности общения.

Э.И. Бахтеева (2012) отмечает, что в сравнении с дошкольным этапом развития, у младшего школьника оформляется новая система отношений с другими людьми: сверстники и взрослые. Основание для появления «нового» – это формирование представлений у младшего школьника о «мире взрослых», о построении социальных отношений, о нормах и правилах взаимодействия с ближайшим социальным окружением [7, с. 190].

Говоря об особенностях личностного развития в младшем школьном возрасте, следует отметить, что уже оформляется индивидуальность ребенка, которая формируется под влиянием ближайшего социального окружения. Постепенно, осваивая новые социальные роли и функции младший школьник в период с 7 до 11 лет начинает понимать суть обязанностей, которые опосредованы социальной ролью «школьник» / «ученик» / «обучающийся» [47, с. 387-388].

Адаптация младшего школьника при поступлении в школу – важный жизненный этап, его результативность определяет желание учиться и развиваться как личности, что проявляется в становлении определённых качеств личности, формировании характера. Выражаясь языком ФГОС НОО (Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373), к окончанию начальной школы ребенок должен достигнуть определённых образовательных и личностных результатов [65].

Новая социальная роль, новый распорядок дня, новые правила и требования – этот ряд задач не связан с предыдущим опытом жизни ребенка, поэтому является значительной эмоциональной и физической нагрузкой [4].

Ребенок, не имеющий отклонений развития, достаточно быстро и легко адаптируется к новым условиям жизни [64].

И.С. Ломаковская, И.А. Провоторова (2012), отмечают, что в зависимости от того, насколько правильными окажутся совместные усилия участников образовательного процесса, которые направлены на достижение единых (согласованных) целей, будет зависеть социальный прогресс в целом. [41, с. 157].

Следует отметить, что «дети в большинстве случаев мечтают пойти в школу, однако желание может быть утеряно уже после первых дней пребывания в этой новой для ребенка среде, восстановить его доверие и взрастить желание заново очень трудно.

Однако в последние десятилетия обнаружилось новое явление — снижение интереса детей к школе. Исследователями были отмечены

причины этих существенных изменений. Во-первых, дети объективно гораздо больше теперь знают о школе. Во-вторых, они не воспринимают поступление в школу как что-то особенное, этапное. Ранее считалось, что ребенок-первоклассник уже умеет себя организовать, испытывает содержательный интерес к школе. В терминах психологии — это некое «ядро личности», которое опосредует другие свойства, интеллектуальные и эмоциональные. Сейчас мы не находим такого ядра у детей, идущих в школу. Наконец, в-третьих, для современных первоклассников школа — это уже не то, безусловно, привлекательное место, каким она была, положим, 20 лет назад [21].

В связи с этим, необходимо сохранить, и умело направить это «теплое детское чувство надвигающейся взрослости и самостоятельности» путем формирования доброжелательной и благополучной школьной среды. Речь идет с одной стороны о сопровождении младшего школьника» [50, с. 1].

По мнению Е.В. Яковлевой (2012): «главное – умелый подход, подразумевающий знание ребенка, восприятие его как личности, как равноправного партнера».

Последнее означает, что у ребенка / младшего школьника имеется свой собственный пусть и не оформленный, но образовательный запрос, запрос на познание. Задача педагога и родителей актуализировать и оформить этот запрос, посредством беседы, например, образовательного проекта, в таком случае ребенок испытает счастье и удовольствие от общения со значимым взрослым [69].

И.С. Ломаковская, И.А. Провоторова (2012), исследуя влияние школьной среды на процесс адаптации младшего школьника отмечают, следующие ключевые моменты:

Смена ритма жизни и жизнедеятельности в целом, приводит к тому, что возникает, потребность выполнять уроки и другие учебные обязательства, в сущности, адаптироваться к труду в самой первичной его форме [37].

Однако следует отметить, что учебная работа, насыщенная трудностями, скорее может снизить мотивацию, за счет высокой степени интенсивности учебного труда, к которому младший школьник еще не готов [46].

Так, ребенок в ситуации сильнейшего интенсификации учебной деятельности и его постоянной проблематизации может испытывать жесточайший стресс, а иногда и хронические перегрузки. В связи с этим, следует четко продумать вопросы, связанные с адаптацией младшего школьника не только школьной социальной среде, но и к учебному процессу в целом. Необходимо чтобы ребенок мог восстанавливать свои психические и физические ресурсы за счет равномерной учебной нагрузки, своевременного отдыха. Такая учебная культура начинается в семье, перед тем как ребенок пойдет в школу, а именно уже в дошкольном возрасте у него должны быть свои обязанности и равномерно построенный режим дня [41, с. 157-158].

В связи с этим важно, чтобы педагог, осуществляя воспитательную работу или проектируя воспитательную среду класса, учитывал возможность для каждого обучающегося проявить свои сильные стороны, а также получить поддержку более сильных учеников в случае неудачи. Здесь, роль педагога особенно велика, «поскольку именно он первое время, является своего рода проводником становящихся детских отношений. Постепенно, знакомясь друг с другом, дети начинают ощущать себя частью большого коллектива. Важную роль в этом играет и учебная деятельность, так как в начальных классах дети овладевают такой сложной формой отношений, как совместное выполнение группой одного задания» [69, с. 133-134].

Однако микросреда класса может принести не только позитивные моменты в развитие личности младшего школьника, но и разного рода угрозы. Угрозы социального развития детей – это совокупность факторов и условий, представляющих опасность их жизненно важным интересам. Такие угрозы могут выражаться у различных форм школьного буллинга и насилия (крайний вариант), недооценке заслуг, насмешек как детей, так и взрослых.

Школа в определенный период развития детей является основным местом в жизни ребенка. Именно здесь он впервые единолично сталкивается с различными личностными отношениями между сверстниками. Первый опыт взаимодействия, первые друзья и первые серьезные ситуации отстаивания себя. Но не всем детям удастся защитить себя от нападков со стороны [22].

Здесь важна работа не только педагога, но школьной системы в целом, которая может и должна возвращаться уже с начальной школы. Именно здесь формируется первичная правовая культура младших школьников, формируется чувство справедливости и ответственности за собственные поступки.

Таким образом, ребенок дошкольного возраста отличается еще большими физическими и психическими возможностями. Так как происходит начальное формирование развития личности, и ребенок максимально эффективно усваивает весь получаемый им результат, который он максимально адаптирует согласно своему пусть и не большому жизненному опыту. В дальнейшем отношения со сверстниками и взрослыми становятся сложнее и содержательнее. Дети имеют необходимый для свободного общения словарный запас, формируются все стороны личности ребенка: интеллектуальная, нравственная, эмоциональная и волевая действенно – практическая; формируются и элементы трудовой деятельности – навыки самообслуживания, труд в природе и др. Ведущим видом деятельности является сюжетно-ролевая игра, игра с правилами. В игре они отражают не только действия и операции с предметами, но и взаимоотношения между людьми. Основные изменения в деятельности, сознании и личности ребенка заключается в появлении произвольности психических процессов – способность целенаправленно управлять своим поведением и психическими процессами – восприятием, вниманием, памятью и др. Происходит изменение в представлении о себе, его образе – я.

Младший школьный возраст характеризуется желанием учиться и развиваться как личность, что в последствии проявится определенными качествами личности. Формирующийся характер младшего школьного возраста будет зависеть от множества факторов к таким можно отнести как интересы ребенка, социальное окружение, обстановка в семье, физиологические особенности. Предпочтения предметов, на которые будет опираться ребенок при выборе своих дальнейших путей развития как личность.

1.2. Понятие «адаптация» и ее основные характеристики

Процесс перехода в школу после детского сада довольно сложен. Он связан с особенностями психологических, физиологических и социальных факторов каждого ребенка в отдельности. Так, перед ребенком становятся новые задачи, цели, новый коллектив. Грамотная адаптация в первые месяцы очень важна для первоклассника и если грамотно подойти к этому процессу, то в короткие сроки можно достичь положительных результатов. Первый класс считается одним из самых важных этапов в школьной жизни ребенка, так как в детском саду в отличие от школы были другие требования [52].

Термин «адаптация», впервые примененный Н. Аубертом, Д. Раймоном, Б.Ф. Вериго и разработанный позднее В. Гиллом, Э. Эдрианом, А.А. Ухтомским как параметр приспособления к среде, понимался и понимается в науке по-разному. Так, классическая физиология и биология под адаптацией понимают общебиологический параметр приспособления, характеризующийся признаками торможения и последующей резистентности живой системы к видоизменившимся условиям среды, то есть как акт сдвигания к нулю текущего раздражителя или как самоограничение начавшейся активности в субстрате [8].

Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей как в социально-психологическом,

так и в физиологическом плане. Это не только новые условия жизни и деятельности человека – это новые контакты, новые отношения, новые обязанности [58].

Изменяется вся жизнь ребенка: все подчиняется учебе, школьным делам и заботам. Это очень напряженный период, прежде всего потому, что школа с первых же дней ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил [36].

Адаптация первоклассника к школе может длиться от двух до шести месяцев. Самое трудное время для организма ребенка – первые две-три недели [62].

Адаптация – это перестройка организма на работу в изменившихся условиях. Адаптация к школе имеет две стороны: психологическую и физиологическую. Организм должен привыкнуть работать в новом режиме – это и есть физиологическая адаптация [9].

Если обратиться к этимологии слова «адаптация», то оно было взято из латинского языка и в первоначальном переводе означало «приближение к тому, что подходит». Именно в этом значении оно употреблялось в биологии, часто являясь синонимом слова «приспособление» и обозначая приспособление функций и строения организма к изменяющимся условиям его существования [3].

Термин «адаптация» носит междисциплинарный характер и широко используется в гуманитарных и биологических областях научного знания. В психологической науке термин «адаптация» трактуется как изменения в структуре психики индивида под влиянием объективных факторов окружающей среды, а также его способность приспосабливаться к всевозможным требованиям среды. При этом ощущение внутреннего дискомфорта или конфликта со средой отсутствует. Здесь адаптация понимается как процесс преодоления трудностей / барьеров и формирование

каких-либо свойств личности (характер, направленность, мотивация), в отличие от приспособления у животных [13].

А.В. Морозов выделяет три функциональных уровня физиологический, психологический, социальный. Он подчеркивает, что человек «не просто живой организм, а прежде всего, сложнейшая биосоциальная система». Он говорит об этих уровнях адаптации как об отдельных видах [45].

Д.Н. Дубровин же исследуя психологическую адаптацию, опирается что «психологическая адаптация представляет собой единство и взаимодействие социальной и личностной адаптации к современной жизни» [20].

М.Е. Сандомирский называет выделенные К.К. Платоновым следующие взаимосвязанные виды психической адаптации личности, изучаемые как составляющие ее факторы:

1) физиологическая адаптация, или свойство организма целесообразно перестраивать физиологические факторы в соответствии с требованиями окружающей среды. Здесь отмечаются такие адаптивные функции, как нарушение которые приводит к отклоняющемуся поведению и как следствие – собственно психологической дезадаптации, а также проявления стресса;

2) собственно психологическая адаптация (и уточняет в собственном примечании: или психическая), нарушения которой связаны с напряженностью, психологическим стрессом;

3) психосоциальная адаптация, или адаптация личности к общению с новым коллективом [59].

Школьная адаптация – процесс приспособления организма школьников к новым условиям окружающей среды, новому виду деятельности, новым нагрузкам, связанным с систематическим обучением. Можно отметить различные варианты школьной адаптации. Данный процесс длительный и имеет физиологические, психологические и социальные критерии.

Роль адаптации в жизни человека и ее влияние на его выбор представляются важными и связаны чаще всего с судьбоносными

моментами. Важность адаптации первоклассников объясняется успешностью овладения учебным материалом, новыми видами образовательной деятельности, психологической комфортностью пребывания в учебном заведении, стремлением к общению со сверстниками, окружающими [42].

Адаптация может быть представлена как процесс и результат, и как уже было отмечено состояние адаптации можно описать в терминах «адаптированность» или «приспособленность». С данной точки зрения, адаптация рассматривается [43, с. 62]:

— как изменение в системе «человек-социальная среда», а именно представляет собой своего рода переход к более качественному функционированию. Изменения, которые происходят в указанной системе, могут приводить к нарушению привычных и понятных человеку взаимоотношений между ним и социальной средой;

— как изменения, которые приводят к дестабилизации: 1) малодинамичные и незаметные изменения в рамках существующей системы социальных отношений; 2) глобальные динамичные изменения, приводящие к качественной смене социальных отношений (например, поступление детей в школу);

— как ответная реакция / процесс на те изменения, которые происходят с человеком в рамках более широкого процесса взаимоадаптации человека и с собственно социальной среды. Следовательно, адаптационные процессы довольно сложны в исследовании и должны быть представлены как междисциплинарный предмет исследования.

Физиологические аспекты адаптации представляют собой совокупность физиологических факторов, которые демонстрируют приспособления организма. Существуют три основных этапа физиологической адаптации к школе:

Первый этап – ориентировочный (2–3 недели). На данном этапе выявляется значительное напряжение основных систем организма, поэтому у

ребенка отмечается низкий уровень работоспособности, ее неустойчивость, быстрая утомляемость.

Высокое функциональное напряжение обусловлено сочетанием интеллектуальных и эмоциональных нагрузок со статическим напряжением, связанным с необходимостью поддержания определенной позы при работе в классе. Специальные исследования, проведенные в Институте возрастной физиологии Российской академии образования, показали, что самые обычные виды деятельности первоклассника вызывают серьезное напряжение ряда физиологических систем. Например, при чтении вслух обмен веществ возрастает на 48%, а ответ у доски, контрольные работы приводят к учащению пульса на 15–30 ударов, к увеличению систолического давления на 15–30 ударов, к изменению биохимических показателей крови и т.п. [39].

Второй этап – неустойчивое приспособление (2–3 недели). Организм ребенка выявляет поиск оптимальных вариантов реакций на разные нагрузки (умственная работа по приобретению новых знаний, психологическая нагрузка общения в новом коллективе и т.п.).

Третий этап – период относительно устойчивого приспособления (1–2 недели). Организм находит подходящие варианты реагирования на учебную нагрузку, уменьшающего напряжения всех систем. Таким образом повышается работоспособность, ребенок начинает лучше справляться с умственной и физической задачей в школе.

Период всех трех фаз адаптации в норме составляет 5–6 недель. Только по завершению указанного срока обучения повышается и становятся более устойчивыми показатели работоспособности, уменьшается напряжение основных жизнеобеспечивающих систем организма, то есть наступает относительно устойчивое приспособление связанных с обучением [11].

Факторами благоприятной физиологической адаптации к школе можно считать хороший сон и аппетит, отсутствие жалоб на головные боли, а также на отсутствие неблагоприятных изменений в состоянии здоровья ребенка.

Психологические факторы адаптации первоклассника связаны с восприятием новой жизненной ситуации, а также переходом к новому виду деятельности – учебной, в результате которой возникают основные психологические новообразования младшего школьника.

Показателями психологической адаптации ребенка к школе являются формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися и учителем, овладение навыками учебной деятельности.

Н.В. Литвиненко выделила четыре уровня адаптации:

I уровень – полная адаптация. Характеризуется оптимальным уровнем школьной тревожности, отличной или хорошей успеваемостью, высоким или средним уровнем учебной деятельности, благоприятным отношением в коллективе одноклассников, хорошими взаимоотношениями ученика и учителя.

II уровень – неполная адаптация. Данный уровень адаптации характеризуется умеренной тревожностью, который может сочетаться с удовлетворительной успеваемостью, а также нейтральным или удовлетворительным общением с учителем. В данном уровне отмечаются низкая учебная активность, негативные отношения с одноклассниками либо нейтральные;

III уровень – затрудненная адаптация. У школьников, которые испытывают затрудненную адаптацию, наблюдается повышенный уровень тревожности по сравнению с хорошей либо отличной успеваемостью одноклассников. Неконфликтность как в общении с учителем, так и с одноклассниками. В случае же если у учащегося затруднена адаптация открытого характера, то наблюдается сочетание высокого уровня школьной тревожности с удовлетворительной успеваемостью в школе. Но в большинстве случаев у данных детей наблюдается неблагоприятное отношение в коллективе сверстников и затрудненное поведение.

IV уровень – дезадаптация. У данной группы детей наблюдается характерные черты, а именно неудовлетворенная успеваемость, низкий

уровень учебной активности, неблагоприятная отношения со сверстниками, отрицательное отношение с учителем, нарушения поведения [40].

Признаками дезадаптации могут быть неуспеваемость, драчливость, капризы, плохое поведение, плохие отношения со сверстниками и учителем [49].

Е. Смирнова пишет о том, что каждый из детей по-своему реагирует на трудности адаптации, однако есть и общие черты: у детей старше трех лет наблюдается упрямство и негативизм, повышенная возбудимость, капризность, раздражительность, в полной мере выражаемые дома в качестве протеста и своеобразной эмоциональной разрядки сдерживаемого в детском учреждении психического напряжения; у плохо адаптируемых детей старшего возраста больше вероятности появления или закрепления психомоторных нервных нарушений – тиков и заикания [14].

Психическое здоровье, являющееся одним из основных факторов адаптации, показывает совокупность следующих признаков: отсутствие заболеваний, в том числе явно выраженных психических расстройств, нормальное в физическом плане развитие организма, благоприятное функциональное состояние его систем, определенный резерв сил, способствующий преодолению возможных стрессов, состояние равновесия между человеком и миром, гармония между ним и обществом.

Социальные аспекты адаптации выражаются готовностью ученика к изменению своего социального положения, необходимым изменением своего уровня форсированности средств коммуникации, общения и деятельности, владением социально-адекватными приемами реализации эмоциональных состояний. Довольно сложно разграничить границу между социальной и психологической адаптацией, так как потребности, влияющие на понятия психической адаптации, могут относиться как социально, так и врожденными [27].

В процессе социально-психологической адаптации личность стремится достигнуть гармонии между внутренними и внешними условиями жизни и

деятельности. По мере осуществления такой адаптации повышается адаптированность личности. При полной адаптированности достигается адекватность психической деятельности человека заданным условиям среды и ее деятельности в тех или иных обстоятельствах [56].

Чаще всего в источниках встречается термин «социально-психическая адаптация» – как процесс, приводящий к состоянию взаимоотношений личности и общества, когда у личности отсутствуют длительные внешние и внутренние конфликты продуктивного выполнения, которых ведет деятельность, удовлетворяющую основным социальным потребностям, в полной мере идут навстречу основным ожиданиям, которые ожидают от нее эталонная группа, переживает состояния самоутверждения и свободного выражения своих творческих задач.

Е.Е. Кравцова при выявлении социально-психологической адаптации выделяет главным образом необходимый уровень сформированных средств общения, поведения и деятельности [35].

Адаптация к школе — перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению. «Благополучное сочетание социальных внешних условий ведет к адаптированности, неблагоприятное — к дезадаптации».

Проблема школьной адаптации рассматривается в тесной взаимосвязи с представлениями о психологической готовности ребенка к школьному обучению, так как сформированность у ребенка данного психологического образования является, с одной стороны, одной из важнейших предпосылок его успешной адаптации, а с другой – определяет этапы и содержание коррекционной работы в начальный период обучения [23].

Первый класс считается одним из самых важных периодов в жизни учащегося. Грамотная адаптация эффективно влияет на учебный процесс, мотивирует к изучению новых знаний, способствует дружеской обстановке в социальной среде [48].

Адаптироваться к школе после садика довольно сложно многим детям. В дошкольном возрасте к ребёнку применялись другие требования, занятия были в игровой форме, больше времени отводилось на личностные особенности ребенка. В первом классе привычный режим дня полностью меняется, и учащемуся приходится адаптироваться под окружающую его среду. Ребёнок попадает под влияние совокупно воздействующих на его психику факторов:

- нового распорядка дня;
- ограничения на подвижные игры в школе;
- необходимости выстраивания отношений с одноклассниками и учителем;
- новой обстановки и непривычных для ребёнка обязанностей [17].

Учащиеся далеко не одинаково успешно «входят» в новые условия режима дня. Дети, посещавшие ранее детский сад, лучше адаптируются, чем дети, пришедшие в школу из дома.

А.Л. Венгер определяет высокий, средний и низкий уровни адаптации в зависимости от отношения ребенка к школе, динамики и результата усвоения учебного материала, участия в общественной жизни и социального статуса в коллективе [18].

В работе белорусского исследователя Г.М. Чуткиной выявлено 3 уровня адаптации детей к школе:

Высокий уровень:

- обучающийся положительно относится к школе, предъявляемые требования воспринимает адекватно;
- учебный материал усваивает легко, глубоко и полно, успешно решает усложненные задачи;
- внимательно слушает учителя;
- выполняет поручения без внешнего контроля;

— проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе (всегда готовится ко всем урокам);

— общественные поручения выполняет охотно и добросовестно;

— занимает в классе благоприятное статусное положение.

Средний уровень:

— обучающийся положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний;

— школьник понимает учебный материал, если учитель объясняет его подробно и наглядно;

— усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые задачи;

— сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при условии контроля с его стороны;

— бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным;

— готовится к урокам и выполняет домашние задания почти всегда;

— общественные поручения выполняет добросовестно;

— дружит со многими одноклассниками.

Низкий уровень:

— обучающийся отрицательно или индифферентно относится к школе;

— нередко жалуется на здоровье, доминирует подавленное настроение

— наблюдаются систематические нарушения дисциплины;

— школьный материал усваивает фрагментарно;

— самостоятельная работа с учебником затруднена;

— при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса;

— к урокам готовится нерегулярно, за ним необходим постоянный контроль, систематические напоминания и побуждения со стороны учителя и родителей;

— сохраняется работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха;

— для понимания нового и решения задач по образцу требует значительной учебной помощи педагогов;

— общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, пассивен;

— в школе имеет мало друзей.

И.Ю. Млодик поднимает тему адаптации младшего школьника в школьной среде. И.Ю. Млодик отмечает то, что сегодняшней первоклассник испытывает зачастую большие перегрузки, чем первоклассники прошлого. Безусловно, если ребенок встречается со школьной системой, впервые придя на урок, это может обернуться серьезным стрессом. Ввиду этого можно выделить ряд факторов, непривычных для домашних детей. Такими являются жестко разграниченная структура дня (уроки, перемены, завтраки, обеды, «продленка» и т. д.); разноуровневые отношения (с учителями одни, с одноклассниками – другие, с прочими школьниками третьи); новые требования, исходя из нового статуса – ученик; система оценивания его умений и навыков.

И.Ю. Млодик говорит о том, что для того, чтобы адаптация проходила менее болезненно, важно выделять им (и обычным первоклашкам тоже) время для прежних игр, для отдыха, баловства, прогулок, одиночества или, наоборот, встреч со старыми друзьями. У маленького ученика обязательно должно находиться время для удовлетворения собственных потребностей и наполнения своего эмоционального резервуара положительными эмоциями, которые помогут ему быстрее освоиться и восстановить силы.

Родители – это равноправные участники педагогического процесса, которые должны быть включены в жизнедеятельность школы всегда, а не только тогда, когда педагоги уже не справляются с ситуацией [54].

Тяжело адаптируются дети, являющиеся единственными в семье, невротически привязанные к матери, зависимые от нее, чрезмерно опекаемые родителями. Дети, привыкшие к исключительному вниманию, неспособные наладить контакт со сверстниками из-за большого количества страхов, не имеющие навыков самообслуживания, незащитности, неуверенности в себе, общей эмоциональной неустойчивости и недостаточно развитой ролевой структуры [26].

Сотрудничество учителей и родителей может способствовать положительному отношению родителей к школе и их готовности к взаимодействию с классным руководителем в процессе воспитания младших школьников [50].

Родителям также важно понимать, что ребенок со сменой статуса не перестает быть маленьким. «Школьник», конечно, звучит гордо, но каждый маленький человек должен пройти свой собственный путь к обретению той ответственности и к уровню внутренней дисциплины, что стоят за этим словом. В 6–7 лет у многих детей игровой интерес еще преобладает над образовательным. Безусловно, большинство здоровых детей готовы учиться в этом возрасте, но они значительно эффективнее делают это в игре, поскольку игра всегда интереснее. А интерес – практически единственная мотивация стремления у такого маленького ребенка. Причем интерес не только к тому, что он познает, но и к тому, как его воспринимают окружающие. И.Ю. Млодик акцентирует внимание читателя на том, что для ребенка важно, чтобы оценили его усилия, заинтересовались его успехами, были снисходительны к его ошибкам и неудачам, то есть всего лишь замечали и поддерживали его своим вниманием [44, с.7].

Таким образом, адаптация понимается в науке по-разному. Так, классическая физиология и биология под адаптацией понимают

общебиологический параметр приспособления, характеризующийся признаками торможения и последующей резистентности живой системы к видоизменившимся условиям среды. Школьная адаптация – процесс приспособления организма школьников к новым условиям окружающей среды, новому виду деятельности, новым нагрузкам, связанным с систематическим обучением. Выделяют три вида адаптации – физиологическая, психологическая, социальная. Также можно обозначить четыре уровня адаптации – полная, неполная, затрудненная, дезадаптация. Каждый уровень и вид имеют свои характеристики.

1.3. Школа как институт социализации младшего школьника

Школа – один из важнейших институтов социализации, первичных социальных проб, обретение первого социального опыта (положительного или негативного). Школа как институт социализации функционирует в рамках социальных отношений между детьми (друг с другом), детьми и взрослыми. Первые представления и социальные пробы относительно личных и деловых отношений появляются именно в школе, обусловлено это тем, что у ребенка появляются новые обязанности (учебные обязанности), а также и новый круг знакомых, друзей – расширяется его социальное ядро. Результатом жизнедеятельности в новой социальной ситуации является формирование личности ребенка (личностной сферы): оформляется самосознание, представление о себе, своих сильных и слабых сторонах («социальное Я», «образ-Я», самооценка) [66, с. 320].

В науках о человеке и обществе социализация понимается как процесс освоения субъектом норм и ценностей общества, в котором он действует (осуществляет жизнедеятельность), а также накопление социокультурного (материального и духовного) опыта. Результатом накопления такого опыта является сформированная личность во взаимосвязи своих отношений с другими субъектами. Социализация – это процесс развития социального в

человеке, который изначально рождающимся биологическим существом, с задатки к жизни в обществе. Социализация – это всегда двойкий процесс: с одной стороны, общество формирует личность путем воспитательных воздействий и влияния агентов социализации, а с другой стороны, сам человек усваивает ценности, нормы, образцы поведения в процессе повседневного взаимодействия и общения со значимыми для него людьми, путем самовоспитания.

Следует отметить, что феномен социализации представляет собой предмет исследования педагогических, психологических и социальных наук. Что касается социализации как социологического явления, то здесь можно представить точку зрения социолога Н. Смелзера. А именно, автор определяет социализацию как «процесс формирования умений и социальных установок индивидов, соответствующих их социальным ролям». По мнению ученого, «агентами социализации являются институты, люди и социальные группы, которые способствуют социализации личности». Для успешной социализации, необходимо действие трех факторов: социальные ожидания, изменения поведения и стремление соответствовать социальным ожиданиям [5, с. 74-75].

Я. Щепаньский определил социализацию как «влияние среды в целом, которые приобщают индивида к участию в общественной жизни, учат его пониманию культуры, поведению в коллективах, утверждению себя и выполнению различных социальных ролей» [5, с. 74-75]. Г.М. Андреева отмечает, что социализацию можно рассматривать как это процесс интеграции индивида в социальную среду, усвоения им социальных норм и влияний, включение человека в систему социальных связей и отношений; социализация – это процесс, в результате которого человек, имея определенные биологические задатки, приобретает те или иные социальные качества, которые необходимые ему для жизни в обществе [5, с. 74-75].

Школьная среда – это образовательное пространство, которое в соответствии с государственной программой обеспечивает

интеллектуальное, физическое, психическое, гражданское, нравственное становление и развитие формирующейся личности учащихся.

Социализация – всегда двусторонний процесс, который предполагает самостоятельное овладение субъектом социокультурного опыта и влияние на него общества посредством целенаправленно протекающего воздействия, которое направлено на формирование определенных социальных норм и приобщения ребенка к культуре, освоению и принятию тех или иных социокультурных норм. Следовательно, подготовка к социализирующему влиянию школы может начаться уже в семье будущего младшего школьника и выражаться в воспитании у ребенка умения просить помощи, задавать вопрос, определять причинно-следственные связи своих поступков и их результатов.

Однако школьная социализация в отличие от семейной, заключается в формировании таких личностных качеств, которые необходимы для общения и построения взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. В школе младший школьник учится находиться в детско-взрослом коллективе, понимать ценность совместной деятельности, кооперации с окружающими. Совокупность культурно-воспитательных условий, в которых происходит социализация детей, понимается современной педагогикой как «культурно-образовательная среда». Следовательно, «культурно-образовательная среда школы выступает базовым пространством социализации младших школьников» [50, с.5].

Для того чтобы сформировать чувство уверенности ребенка в окружающем необходимо:

- познакомить детей, сдружить их друг с другом;
- рассказать педагогу детям о себе, о своем детстве с целью установления доверительных отношений между ним и детьми;
- познакомить с помещением группы и всего учреждения с целью их «освоения», и восприятия как родных стен [63].

Следует отметить, что понятие адаптации, в особенности социальной адаптации тесно связано с понятием установка (Д.Н. Узнадзе, грузинская психологическая школа) [24].

Социализация – это:

1) начинающийся в младенчестве и заканчивающийся в глубокой старости процесс освоения социальных ролей и усвоения культурных норм;

2) развитие и самоизменение человека в процессе усвоения и воспроизводства культуры, которое происходит во взаимодействии человека со стихийными, относительно направляемыми и целенаправленно создаваемыми условиями жизни на всех возрастных этапах;

3) включение личности в систему социальных связей на основе усвоения ею ценностей, норм, образцов поведения данной группы или общества в целом в процессе собственной деятельности и общения;

4) процесс усвоения индивидом образцов поведения, психологических механизмов, социальных норм и ценностей, необходимых для успешного функционирования индивида в данном обществе [29].

Установка рассматривается как необходимое опосредующее звено между действиями внешней среды и психической деятельностью человека, а также как готовность к определённой социальной активности, последняя обусловлена потребностями субъекта и объективной ситуацией его жизнедеятельности [32].

В социологическом подходе адаптацию принято рассматривать как момент взаимодействия личности и социальной среды. При этом внутренние переживания субъекта трактуются как усвоение им новых / основных форм норм и ценностей общества. В данном подходе «адаптация» и «социализация» часто отождествляются, в связи с этим, актуальное значение приобретает проблема соответствия форм поведения, индивидуальных способов деятельности субъекта основным правилам, требованиям общества.

Средством для создания благоприятных условий успешной социальной адаптации младших школьников будут сказки и игры — всем нам знакомые и родные, а потому безопасные, успокаивающие, и развивающие [60].

В целом, сегодня выделяют два направления научной мысли в отношении феномена адаптации человека:

1) адаптация человека в обществе отсутствует;

2) адаптация человека в обществе имеет место быть. В основе первого направления лежит концепция экзистенциализма, которая подразумевает, что человек – это абсолютно свободное, обособленное от общества и его законов социальное существо, следовательно, нормы общества не имеют над человеком силы, а значит и адаптироваться не к чему. Представители второго направления рассматривают адаптацию личности в контексте предположения об отчужденности социальной среды от человека и понимают адаптацию как форму защиты / защитный механизм относительно социальных требований. Следовательно, человек приспосабливается к обществу, его нормам и законам. Он в той или иной степени вынужден следовать определенным социальным ролям, с целью снижения возникающего в процессе социального взаимодействия напряжения [32].

Б.Г. Мещеряков, Г.И. Соболев делают попытку показать методологические возможности одного из направлений, исследуя социальную адаптацию, основа которой лежит в культурно-исторической психологии (культурно-историческая концепция). Авторы отмечают, что, согласно взглядам Л.С. Выготского, социальная среда должна исследоваться в динамичном процессе посредством переживаний. Здесь переживание – это ключевое понятие адаптации / социальной адаптации. Ученый подчеркивал, что переживание является своего рода «единицей анализа», концептуальной «клеточкой», которая является носителем среды: с одной стороны, того, что переживается и с другой стороны тем, кем переживается (имея в виду личность) [43, с. 58-60].

Итак, понятие «адаптация» – междисциплинарное понятие, которое широко используется учеными для обозначения процесса и результата приспособления (адаптации) субъекта к новым для него условиям жизнедеятельности. Новая социальная ситуация требует адаптации.

Образовательная среда школы как условие социализации младшего школьника.

Школа – есть разумная организация жизни детей (К.Н. Вентцель, Л.Н. Толстой, С.Т. Шацкий). Школа должна быть открыта для жизни, социально-образовательная среда школы также должна иметь открытые демократические границы. Здесь, демократическое не значит попустительское начало, напротив, это предполагает наличие таких границ в школьной среде, которые бы давали возможность осуществления двусторонней социализации, актуализировали творческое начало и участие каждого участника образовательного процесса в создании норм жизни школы, обязанностей и правил. Открытые границы ориентируют всех участников образовательного процесса на сотрудничество и кооперацию.

Феномен образовательной среды исследуется следующими отечественными учеными-практиками: Л.А. Каменщикова, А.Г. Ковалев, Г.А. Ковалев, М.И. Мазур, Ю.С. Мануйлов, А.В. Мудрик, В.А. Сухомлинский, И.Д. Фрумин, Н.В. Ходякова, Н.Е. Щуркова, Б.Д. Эльконин, В.А. Ясвин. Образовательная среда школы является предметом многих педагогических и научно-методических исследований. В настоящее время, образовательная среда, по мнению ученых, понимается «как система, включающая в себя следующие структурные элементы: совокупность применяемых образовательных технологий; внеучебная работа; управление учебно-воспитательным процессом; взаимодействие с внешними образовательными и социальными институтами. Исследование образовательной среды как условия социализации – одна из самых разрабатываемых в педагогике научно-исследовательских проблем. В самом общем смысле «среда» понимается как окружение. В науке активно

используется следующие термины: «среда человека», «среда людей», «человеческая среда», «окружающая среда», «жизненная среда», «человеческое окружение» [70, с. 112].

Рассмотрим понятие «образовательная среда школы».

В.А. Ясвин рассматривает образовательную среду школы: «как систему влияния и условий формирования личности, а также возможностей для её развития, содержащихся в социальном и пространственно-предметном окружении. Он выделяет локальную образовательную среду как конкретное окружение какого-либо учебного заведения, и образовательную среду в широком смысле – макросреду. Локальная образовательная среда – это функциональное и пространственное объединение субъектов образования, между которыми устанавливаются тесные разноплановые групповые взаимосвязи» [67, с. 12].

В образовательную среду автор включает возможность / условие проявления управленческой позиции, поскольку считает, что характерным свойством образовательной среды является насыщенность её образовательными ресурсами. Следовательно, именно через понятие «образовательная среда», можно осуществлять проектирование и моделирование собственно управленческой позиции / управленческого ориентира.

В рамках рассматриваемого вопроса интерес представляет среда социальная, которая, по мнению В.И. Слободчикова, «представляет собой сложный, многообразный, противоречивый мир. Это – все социальные условия и ситуации, вещи и особенности социального окружения, сфера общения» [61].

Ю.С. Мануйлов предпочитает использовать идею средового подхода, которая заключается в том, что образовательная среда школы – это не просто специальные условия для образования и воспитания детей, а скорее мощный педагогический инструментарий, который способен сильнее всего влиять на личность школьника. Под средовым подходом в воспитании Ю.С. Мануйлов

понимает совокупность взаимосвязанных действий участников образовательного процесса со средой, которые обеспечивают ее модификацию в средство педагогической диагностики, проектирования и моделирования воспитательного и образовательного результата [38].

Итак, образовательная среда школы может быть охарактеризована как результат взаимоинтеграции культурной, семейной, воспитательной сред, которые специально организованы в образовательном учреждении с помощью педагогических условий. Образовательную среду представляют, как развивающуюся целостную структуру, в которой в единстве выступает субъектный и содержательный элемент, развивающиеся за счёт внутренних потенциалов и за счёт расширения внешних связей. образовательная среда школы и функционирование ее воспитательного пространства есть условие социализации младших школьников. Здесь инструментом социализации являются ценности, на которых строится воспитательная система, школьные нормы и правила.

Таким образом можно сказать что школа является важнейшим институтом социализации. В ходе социализации у младшего школьника формируется представление о себе («образ Я»), самооценка, первичный социальный опыт, появляются первые социальные пробы детской кооперации и сотрудничества, разделения ответственности, познание собственной успешности и не успешности. Процесс социализации в рамках школы может протекать стихийно и целенаправленно (под руководством педагога).

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ I

Изучив психолого-педагогическую литературу, мы пришли к выводам, что у ребенка перед поступлением в школу происходят основные изменения в физическом психическом и социальном развитии. Младший школьный возраст характеризуется желанием учиться и развиваться как личность, что в последствии проявится определенными качествами личности. Формирующийся характер младшего школьного возраста будет зависеть от множества факторов к таким можно отнести как интересы ребенка, социальное окружение, обстановка в семье, физиологические особенности. Предпочтения предметов, на которые будет опираться ребенок при выборе своих дальнейших путей развития как личность.

Проанализировав понятие адаптация, мы пришли к пониманию, что этот термин в науке трактуется по-разному. Так, классическая физиология и биология под адаптацией понимают общебиологический параметр приспособления, характеризующийся признаками торможения и последующей резистентности живой системы к видоизменившимся условиям среды. Школьная адаптация – процесс приспособления организма школьников к новым условиям окружающей среды, новому виду деятельности, новым нагрузкам, связанным с систематическим обучением. Выделяют три вида адаптации – физиологическая, психологическая, социальная. Также можно обозначить четыре уровня адаптации – полная, неполная, затрудненная, дезадаптация. Каждый уровень и вид имеют свои характеристики.

Образовательная среда школы может быть охарактеризована как результат взаимоинтеграции культурной, семейной, воспитательной сред, которые специально организованы в образовательном учреждении с помощью педагогических условий. Образовательную среду представляют, как развивающуюся целостную структуру, в которой в единстве выступает субъектный и содержательный элемент, развивающиеся за счёт внутренних

потенциалов и за счёт расширения внешних связей. образовательная среда школы и функционирование ее воспитательного пространства есть условие социализации младших школьников. Здесь инструментом социализации являются ценности, на которых строится воспитательная система, школьные нормы и правила.

Таким образом можно сказать, что школа является важнейшим институтом социализации. В ходе социализации у младшего школьника формируется представление о себе («образ Я»), самооценка, первичный социальный опыт, появляются первые социальные пробы детской кооперации и сотрудничества, разделения ответственности, познание собственной успешности и не успешности. Процесс социализации в рамках школы может протекать стихийно и целенаправленно (под руководством педагога).

ГЛАВА II. ИССЛЕДОВАНИЕ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ

2.1. Организация исследования и описание методик

В предыдущей главе мы выяснили, что адаптацию принято рассматривать как момент взаимодействия личности и социальной среды. Исходя из этого можем сказать, что младший школьник в новой для него школьной среде имеет свои особенности, которые обусловлены с одной стороны – событием в жизни – поступление в школу, а с другой возрастными особенностями.

Гипотеза исследования – мы предполагаем, что адаптация включает в себя психологический, физиологический, социальный компонент, и полагаясь на данные критерии, у младших школьников степень адаптации будет средней.

Эксперимент проводился на базе МАОУ СШ №148 г. Красноярск. В эксперименте приняли участие 24 человека (8 мальчиков и 16 девочек), учащиеся 1 «А» класса в возрасте 7 – 8 лет.

Таблица 1

Критерии и уровни адаптации к школе

Критерии	Низкий	Средний	Высокий
Психологический - отношение к школе; - успеваемость; - положение в коллективе; - эмоциональное состояние.	Для дезадаптированных к образовательной среде школьников характерны неудовлетворительная успеваемость, низкий уровень учебной активности, неблагоприятное положение в коллективе сверстников, негативное отношение к учителю,	Оптимальный уровень школьной тревожности может сочетаться с удовлетворительной успеваемостью, нейтральным отношением к учителю. В большинстве случаев неблагоприятное положение в коллективе сверстников и затруднения на поведенческом уровне.	Характеризуется оптимальным уровнем школьной тревожности, отличной или хорошей успеваемостью, благоприятным положением в коллективе сверстников, положительным эмоциональным отношением к учителю и отсутствием затруднений на

	<p>нарушения на поведенческом уровне. Отрицательное отношение к школе; слабая способность к самостоятельной учебной деятельности; несобранность; слабая способность к достижению цели.</p>	<p>Положительное эмоциональное отношение к школе; способность к учебной деятельности; способность к достижению поставленной цели.</p>	<p>поведенческом уровне. Положительное отношение к школе; способность к самостоятельной учебной деятельности; собранность; способность достигать поставленной цели.</p>
<p>Физиологический - сон; -аппетит.</p>	<p>Аппетит стал хуже, часто отказывается от еды. Наблюдаются проблемы с засыпанием. Наблюдается значительное напряжение практически всех систем организма, поэтому у ребенка отмечается низкий уровень работоспособности, ее неустойчивость, быстрая утомляемость. Неудовлетворительная успеваемость, низкий уровень учебной активности, неблагоприятное положение в коллективе сверстников, негативное отношение к учителю, нарушения на поведенческом уровне</p>	<p>Аппетит незначительно ухудшился. Иногда появляются трудности с качеством сна. Оптимальный уровень школьной тревожности может сочетаться с удовлетворительной успеваемостью, нейтральным отношением к учителю.</p>	<p>Хороший сон и аппетит, отсутствие жалоб на головные боли, а также выраженных неблагоприятных изменений в состоянии здоровья ребенка. Характеризуется оптимальным уровнем школьной тревожности, отличной или хорошей успеваемостью, благоприятным положением в коллективе сверстников.</p>
<p>Социальный - усвоение школьных правил;</p>	<p>У ребенка наблюдаются отрицательное</p>	<p>Ребенок положительно относится к школе, ее</p>	<p>Положительное отношение ребенка к школе, адекватную</p>

<p>- исполнение обязанностей ученика; - включение в учебную деятельность.</p>	<p>отношение к школе, доминирующее подавленное настроение, жалобы на нездоровье; ребенок усваивает учебный материал фрагментами, не может самостоятельно работать в паре, нарушает дисциплину, к урокам готовится нерегулярно, нуждается в постоянном контроле со стороны взрослых, общественные поручения выполняет без особого желания, близких друзей не имеет. Двигательно-расторможенный, требует смены деятельности, быстро устает; внимание неустойчивое; двигательно-расторможенный; повышенная утомляемость.</p>	<p>посещение не вызывает отрицательных переживаний, учебный материал понимается и усваивается при подробном наглядном изложении, сосредоточенность и внимательность проявляются при внешнем контроле взрослого, общественные поручения выполняются добросовестно, социальный статус в коллективе вполне благоприятный. Усидчив, распределяет внимание на протяжении всего занятия.</p>	<p>реакцию на предъявляемые требования, глубокое и полное усвоение учебного материала, прилежность, внимательность, выполнение поручений без внешнего контроля, самостоятельное выполнение учебной работы, благоприятный социальный статус в коллективе. Общительность. Принятие школьных правил. Усвоение школьных норм поведения на уроке и перемене. Поведение организованное, усидчив; внимание устойчивое, активен на протяжении всего занятия.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Для изучения адаптации младших школьников мы подобрали следующий диагностический комплекс.

1.Методика «Краски» (Р.П. Ефимкина)

Данная методика используется для определения эмоционального отношения к школьному обучению, а также рассматриваются, испытывает ли ребенок учебные затруднения, которые связаны с его успешностью в учебной деятельности.

Учащиеся класса получают набор красок или фломастеров. А также листы бумаги. На каждом листе нарисовано 10 кружков. Учащимся педагог называет десять предметов, связанных со школой. Задача учащихся – раскрасить кружки самостоятельно, определив в какой цвет окрасить тот или иной предмет.

Предметы, которым необходимо дать ту или иную окраску, это звонок, книга, учитель, портфель, класс, физкультура, школа, урок, домашнее задание, тетрадь. Задание представлено в приложении А.

2. Методика «Градусник» (Н. П. Фетискин)

Данная методика используется для определения степени тревожности первоклассников, которая связана с учебной деятельностью.

Методика разработана Н.П. Фетискиным и предназначена для выявления эмоциональных состояний «здесь и сейчас». Она может использоваться в процессе учебных занятий и трудовой деятельности.

Как и все психические процессы, эмоциональные состояния – результат деятельности мозга. Возникновение их вызвано изменениями, которые совершаются во внешнем мире. Эти изменения ведут к повышению или понижению жизнедеятельности, побуждению одних потребностей и угасанию других, к переменам в процессах, происходящих внутри человеческого организма [36].

Познавательная активность: «проявление всех сторон личности младшего школьника: это и интерес к новому, стремление к успеху, радость познания, это и установка к решению задач, постепенное усложнение которых лежит в основе процесса обучения» [21].

Перед процедурой диагностирования учитель проводит предварительную беседу с учащимися, в ходе которой он предъявляет предмет, который есть в каждом доме. Это – градусник.

Педагог объясняет ученикам, что при высокой температуре человеку плохо и тревожно. Такая температура бывает 38°, 39°, 40°, 41° (цифры записывает на доске). Нормальная температура человека - 36, 6°. У него нет

тревоги, все хорошо, у него все получается, он здоров. Температура бывает 35°. При такой температуре человек испытывает слабость, усталость, отсутствие интересов и желания что-либо делать. После объяснения педагог предлагает учащимся поиграть в игру. Он будет называть учебные предметы (математика, русский язык, окружающий мир, литературное чтение, английский язык, физкультура, музыка, труды, рисование), а ученикам предлагается пофантазировать и назвать или написать ту температуру, которая у них условно появляется при назывании этого предмета. Пример: русский язык — 39°, математика - 36,6° и т.д. Задание представлено в приложении Б.

3. Опрос для родителей.

При определении физиологического уровня адаптации используется анкетирование родителей. Анкета представлена в приложение В.

Данный метод исследования позволит наиболее эффективно определить уровень адаптации ребенка к школе, так как наблюдение будет происходить не только в самой школе, где первоклассник не всегда может адекватно проявить свои эмоции и продемонстрировать свое отношение к изменению своего социального статуса, окружающей обстановки, нового круга общения, что может повлиять на точность результатов исследования. Находясь в более привычной обстановке, ученик ведет себя более непосредственно и непринужденно. Родители, заполняя анкету, могут обратить внимание, как изменилось физическое и эмоциональное состояние ребенка, какие жалобы на здоровье появились, как изменились сон, аппетит, настроение. 38 Эту методику мы будем также частично использовать и при определении эмоционального и социального уровней адаптации для более полной картины исследования и наиболее корректного анализа проводимого эксперимента.

4. Тест-анкета для самооценки факторов риска ухудшения здоровья.
(Н.К. Смирнова)

Тест-анкета заполняется каждым школьником дома с помощью родителей, которые затем оценивают результат, полученный в результате тестирования. На вопросы № 1- 8 предполагается отвечать «да» или «нет»; вопросы № 9 – 10 предусматривают выбор одного из предложенных вариантов ответов.

Вопросы данной анкеты представлены в таблице.

После того как все дети ответили на вопросы происходит обработка результатов. Задание представлено в приложении Г.

5. Методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман)

Оцениваемые УУД: коммуникативные действия по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества (кооперация).

Форма (ситуация оценивания): работа учащихся в классе парами.

Описание задания: Детям, сидящим парами, дают по одному изображению рукавички и просят украсить их так, чтобы они составили пару, т.е. были бы одинаковыми.

Инструкция: «Дети, перед Вами лежат две нарисованные рукавички и карандаши. Рукавички надо украсить так, чтобы получилась пара, - для этого они должны быть одинаковыми. Вы сами можете придумать узор, но сначала надо договориться между собой, какой узор рисовать, а потом приступить к рисованию».

Материал: Каждая пара учеников получает изображение рукавиц (на правую и левую руку) и по два набора одинаковых карандашей.

Ученики, рассаживаются по тем же парам, получают изображение рукавиц (на правую и левую руку) и по одному набору карандашей.

После того как все дети раскрасили нарисованные рукавички происходит обработка результатов. Задание представлено в приложении Д.

6. Анкета для первоклассников (Н.Г. Лусканова)

Данная анкета используется для определения школьной адаптации младшего школьника. Проверка уровня школьной адаптации учащихся

проводится по анкете Н.Г. Лускановой (1993), состоящей из 10 вопросов, наилучшим образом отражающих отношение детей к школе и учебному процессу, эмоциональное реагирование на школьную ситуацию. Автор предложенной методики отмечает, что наличие у ребёнка такого мотива, как хорошо выполнять все предъявляемые школой требования и показать себя с самой лучшей стороны, заставляет ученика проявлять активность в отборе и запоминании необходимой информации. При низком уровне учебной адаптации наблюдается снижение школьной успеваемости.

Вопросы данной анкеты представлены в таблице. Учитель зачитывает вопросы вслух и фиксирует ответы детей.

После того как все дети ответили на вопросы происходит обработка результатов. Задание представлено в приложении Е.

2.2. Анализ результатов исследования и их обсуждение

Представляем анализ результатов исследования и выявления уровней адаптации у детей младшего школьного возраста.

1. Методика «Краски» (Р.П. Ефимкина)

Анализ результатов: Если ребенок окрашивает большинство кружков в темные (фиолетовый, синий, лиловый, серый, черный) цвета – это говорит о том, что он испытывает негативные эмоции по отношению к школьному обучению в целом.

Мы в своём исследовании результаты данной методики рассматривали так:

Яркие цвета (...) - 1 балл.

Темные цвета (...) - 0 баллов.

Если ребенок окрашивает все предметы или большую часть в темные оттенки (синий, чёрный, фиолетовый, серый, коричневый), это говорит о том, что он испытывает учебное затруднение, которое связано с его успешностью в учебной деятельности, что говорит о низком уровне (0-4 балла). Если же

ребенок окрашивает все или большую часть кружков в яркие цвета (зеленый, голубой, желтый, оранжевый, красный, розовый), то это является показателем высокого уровня (8-10 баллов). Если большинство предметов раскрашено в яркие цвета, но присутствуют и темные оттенки, то это показатель среднего уровня (5-7 баллов).

Результаты методики продемонстрированы в таблице (приложение Ё) и на гистограмме (рис.1).

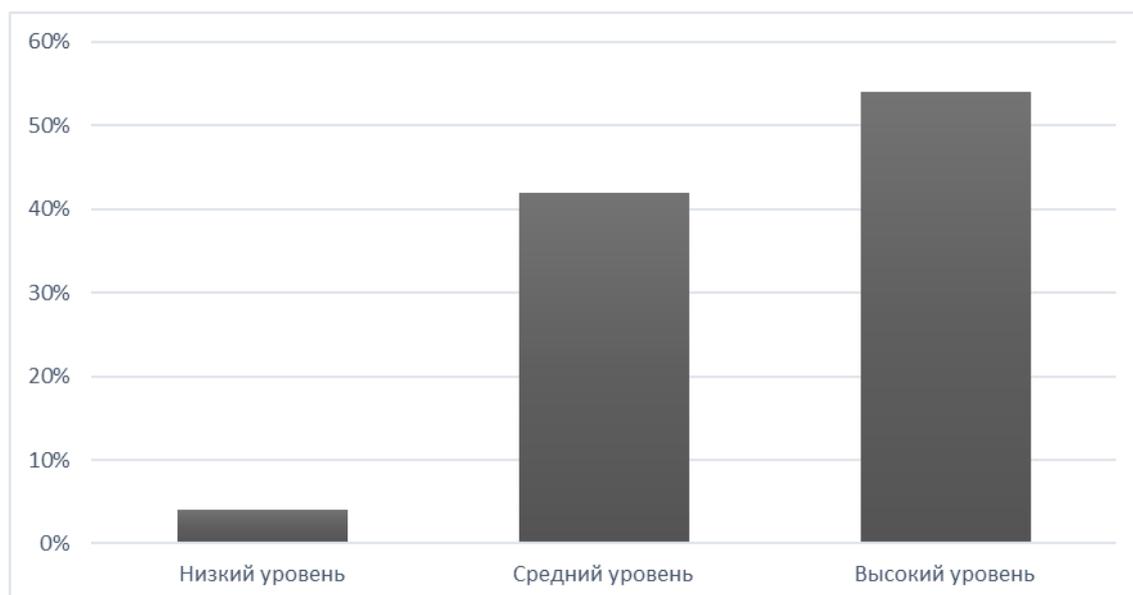


Рисунок 1. Результаты первичной диагностики по методике «Краски»
(Р.П. Ефимкина)

Низкий уровень – 1 человек (4%). Такие дети имеют низкий уровень эмоционального отношения к школьному обучению. Рассеянность внимания влияет на качество обучения и усвоения материала.

Средний уровень – 10 человек (42%). Такие дети имеют средний уровень эмоционального отношения к школьному обучению. У данной категории детей есть любимые предметы, к которым они более усердно относятся, а есть поверхностные предметы, к которым они относятся посредственно.

Высокий уровень – 13 человек (54%). Такие дети имеют высокий уровень. Они характеризуются положительным отношением к школе, позитивным взглядом на будущее обучение. Таких детей большинство. Это

говорит, о том, что большая часть учащихся положительно настроены на образовательный процесс.

Таким образом, мы видим, что у каждого ребенка присутствуют какие-то эмоционально значимые, негативно окрашенные факторы, связанные со школьным обучением. У большинства детей процент негативно окрашенных слов небольшой, но есть и такие дети, которые негативно воспринимают почти все атрибуты, связанные со школой.

2. Методика «Градусник» (Н. П. Фетискин)

Интерпретация данных:

Расположение знака до 36 градусов соответствует слабой выраженности состояния, от 36 до 37 градусов – средней выраженности состояния, от 37 до 38 градусов – высокой выраженности, а от 38 до 39 градусов – очень высокой выраженности данного эмоционального состояния.

Мы в своём исследовании результаты данной методики рассматривали так:

36-36,6 – 3 балла.

34-35,9; 36,7-37,9 – 2 балла.

38-41 – 1 балл.

Если ребенок все или большинство предметов оценивает температуру 36-36,6, то это говорить о высоком уровне (20-27 баллов). Показатель 38-41 и выше у всех или большинства предметов, свидетельствует о низком уровне (9-14 баллов). Значения температуры 34-35,9 ;36,7-37,9 у всех или большинства предметов, говорят о среднем уровне (15-19 баллов).

Результаты методики продемонстрированы в таблице (приложение Ж) и на гистограмме (рис.2).

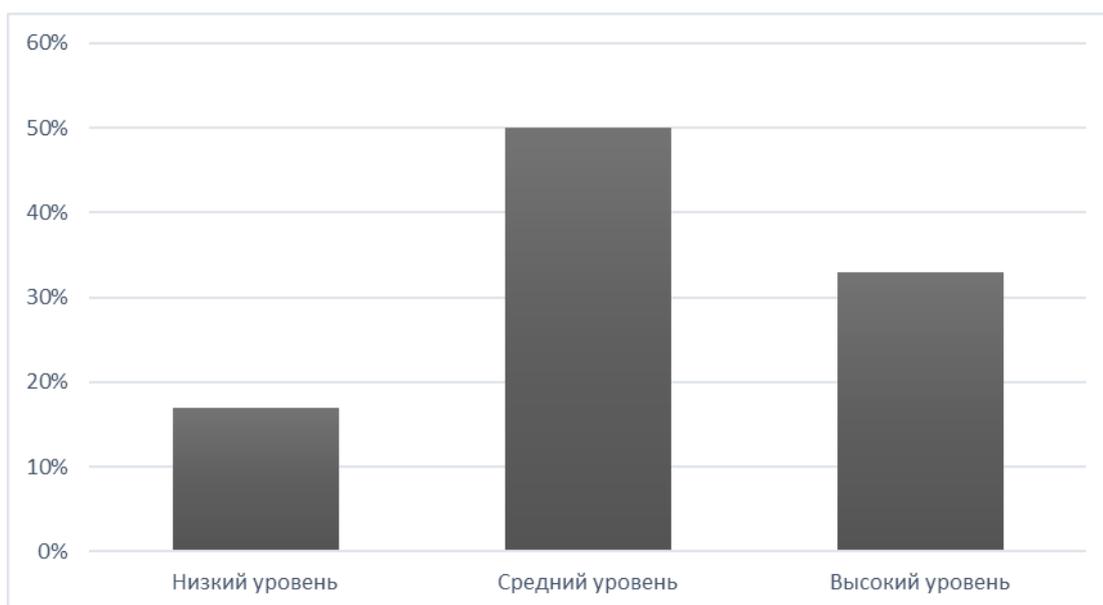


Рисунок 2. Результаты первичной диагностики по методике «Градусник»
(Н.П. Фетискин)

Низкий уровень – 4 человека (17%) неудовлетворительная успеваемость, низкий уровень учебной активности, неблагоприятное положение в коллективе сверстников, негативное отношение к учителю, нарушения на поведенческом уровне. К школе ребенок относится отрицательно, присутствует несобранность.

Средний уровень – 12 человек (50%) присутствует тревожность. Положительное отношение к школе, способность к учебной деятельности. Однако успеваемость только на интересующих детей предметах, что неблагоприятно влияет на общую картину и развития ребенка. Существует ряд проблем, которые нужно выявлять для успешной мотивации учебного процесса.

Высокий уровень – 8 человек (33%) в классе испытывают эмоциональный комфорт, хорошей успеваемостью, благоприятным положение в коллективе сверстников, положительным отношением к учителю.

Это методика будет полезна с целью понимания того как преподаётся предмет, также поможет подобрать способы и методы для улучшения

учебного процесса, что в последующем покажет динамику роста, либо же спада интереса к тому или иному предмету. Как следствие учитель будет понимать верные, либо же нет он выбрал способы для повышения успеваемости по предметам.

3. Опрос для родителей.

Методика позволила выявить уровни физиологической адаптации младших школьников к школе.

Обработка данных:

а. 1 балл

б. 2 балла

с. 3 балла

11-18 баллов низкий уровень адаптации

19-25 баллов средний уровень адаптации

26-33 высокий уровень адаптации

Результаты методики продемонстрированы в таблице (приложение И) и на гистограмме (рис.3).

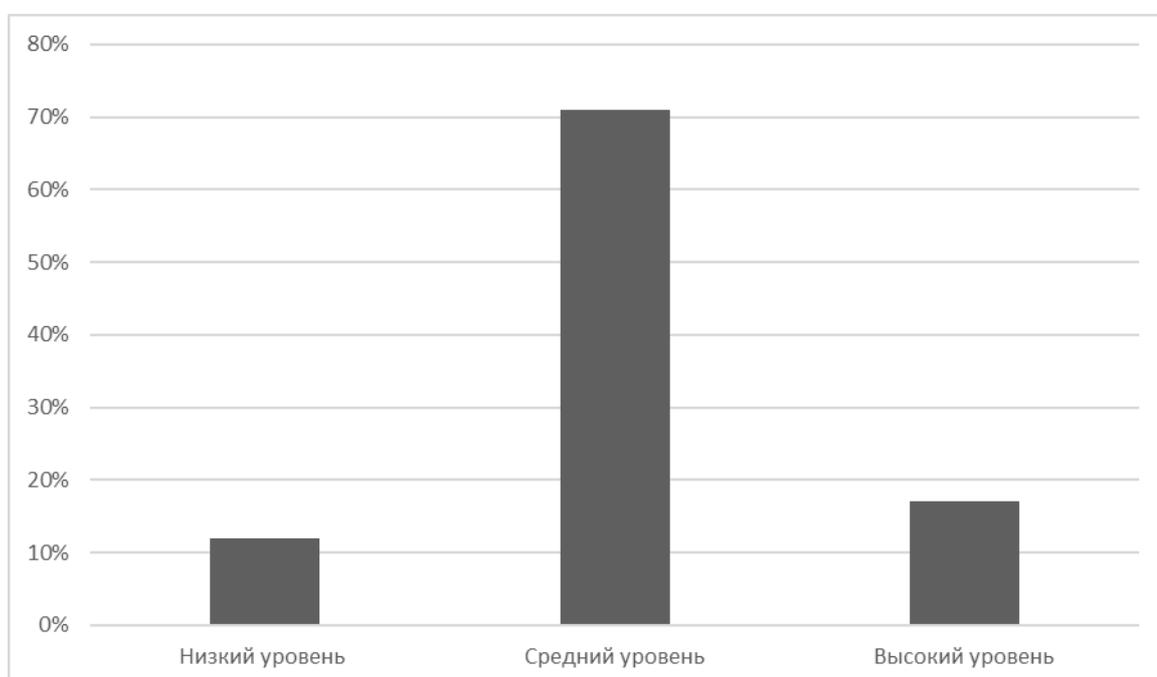


Рисунок 3. Результаты первичной диагностики по опросу для родителей

В результате проведенного исследования у детей данного класса были выявлены все три уровня адаптации.

Низкий уровень – 3 человека (12%) данные дети характеризуются тем, что тяжело адаптируются к новой среде. Этим детям на адаптацию нужно больше времени, так как они менее социализированные и всё новое воспринимают с осторожностью, часто эти дети вялые, жалуются на плохое самочувствие и плаксивые.

Средний уровень – 17 человек (71%) большинство учащихся имеет средний уровень адаптации к школе, учащиеся обладают хорошей работоспособностью, активностью, но среди учащихся наблюдается некоторая нестабильность. Их поведение и физическое состояние зависит от ситуации. Первоклассник ещё не совсем переключился на новый для него школьный режим. Как следствие новую информацию для таких детей нужно подавать в менее нагруженном режиме, чтобы дети её усваивали.

Высокий уровень – 4 человека (17%) у данных детей высокий уровень самоконтроля, им не нужны дополнительные мотивации, так как учащимся интересен сам учебный процесс. У таких детей жалобы на здоровья в основном отсутствуют, тем самым их ничего не отвлекает от предмета.

Существуют различные уровни, к которым можно отнести учащихся. В каждом из этих уровней присутствует свои особенности, которые при своевременном выявлении помогут понять сильные и слабые стороны ребенка, если ребенка устраивает учебный процесс, то он идет в школу с радостью, а не ленится и не выдумывает причину не идти туда. В данном случае задача родителей сделать правильным процесс обучения не только в школе, но и заниматься с ребенком дома. Задача учителя проанализировать причины и постараться понять, что мешает ребенку заниматься дома, что в последующем повысит качество его успеваемости.

4. Тест-анкета для самооценки факторов риска ухудшения здоровья.
(Н.К. Смирнова)

Обработка результатов

По вопросам 1-8 по одному баллу начисляется за каждый положительный ответ. По вопросам 9-10 балл начисляется за ответ «б». По

вопросу 11 балл начисляется за ответы «а», «в», «д». По вопросу 12 балл начисляется за ответы «б», «г», «е». По вопросу 13 балл начисляется за ответы «б», «г». Затем полученные баллы суммируются.

Интерпретация результатов – благополучными считается результат, составляющий более 6 баллов. «Зона риска» - более 12 баллов.

Мы в своём исследовании результаты данной методики рассматривали так:

Высокий уровень адаптации – от 1 до 6 баллов;

Средний уровень адаптации – от 7 до 11 баллов;

Низкий уровень адаптации – от 12 до 18 баллов.

Результаты теста продемонстрированы в таблице (приложение К) и на гистограмме (рис.4).

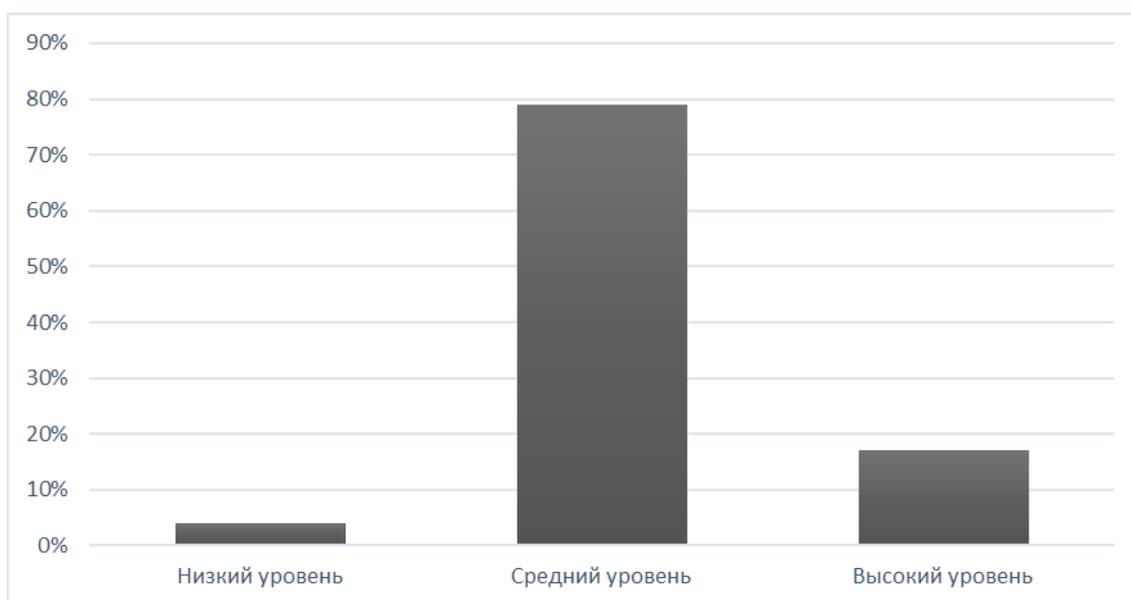


Рисунок 1. Результаты первичной диагностики по тест-анкете для самооценки факторов риска ухудшения здоровья (Н.К. Смирнова)

Низкий уровень – 1 человек (4%) у таких детей отмечается низкий уровень адаптации, так как дошкольная подготовка не проводилась в нужном объёме и в нужном качестве, такие дети имеют самый высокий риск попадания в неприятную ситуацию, так как они не адаптированы, мотивированы, способны найти решения проблемы в определённой ситуации.

Средний уровень – 19 человек (79%) у таких детей отмечается средний уровень адаптации, так как непосредственно развитие проходило на более слабом этапе, чем у детей с высоким уровнем соответственно эти дети подвержены более высокому риску к конфликтам, непониманием с окружающей средой и в меньшей степени могут правильно и рационально проанализировать проблему и найти более оптимальное решение.

Высокий уровень – 4 человек (17%) у таких детей отмечается высокий уровень адаптации, так как согласно проведенному тестированию эти дети максимально адаптированы из-за хорошей подготовки, правильному воспитанию в семье на начальных этапах развития.

Таким образом, мы видим, что каждый ребёнок индивидуальность, к которому нужно подобрать свой подход основываясь на физиологических, социальных, умственных и нравственных факторов, которые в последующем продемонстрируют насколько ребенок сможет адаптироваться к той или иной ситуации. Немаловажную роль в данной методике играет физиологический фактор, а также степень вовлеченности семьи ребенка в процесс его адаптации, если семья замотивирована, чтобы из ребенка сделать сильную личность то она всячески будет стремиться помочь ему в развитии. Учитель в данном аспекте играет роль связующего компонента между домом и учебным заведением, так как от грамотных действий учителя зависит как быстро ребенок сможет адаптироваться к новой среде.

5. Методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман)

Критерии оценивания:

- продуктивность совместной деятельности оценивается по степени сходства узоров на рукавичках;
- умение детей договариваться, приходить к общему решению, умение убеждать, аргументировать и т.д.;
- взаимный контроль по ходу выполнения деятельности: замечают ли дети друг у друга отступления от первоначального замысла, как на них реагируют;

- взаимопомощь по ходу рисования, эмоциональное отношение к совместной деятельности: позитивное (работают с удовольствием и интересом), нейтральное (взаимодействуют друг с другом в силу необходимости) или отрицательное (игнорируют друг друга, ссорятся и др.).

Показатели уровня выполнения задания:

1) низкий уровень – в узорах явно преобладают различия или вообще нет сходства; дети не пытаются договориться или не могут прийти к согласию, настаивают на своем;

2) средний уровень – сходство частичное: отдельные признаки (цвет или форма некоторых деталей) совпадают, но имеются и заметные отличия;

3) высокий уровень – рукавички украшены одинаковым или весьма похожим узором; дети активно обсуждают возможный вариант узора; приходят к согласию относительно способа раскрашивания рукавичек; сравнивают способы действия и координируют их, строя совместное действие; следят за реализацией принятого замысла.

Результаты методики продемонстрированы в таблице (приложение Л) и на гистограмме (рис.5).

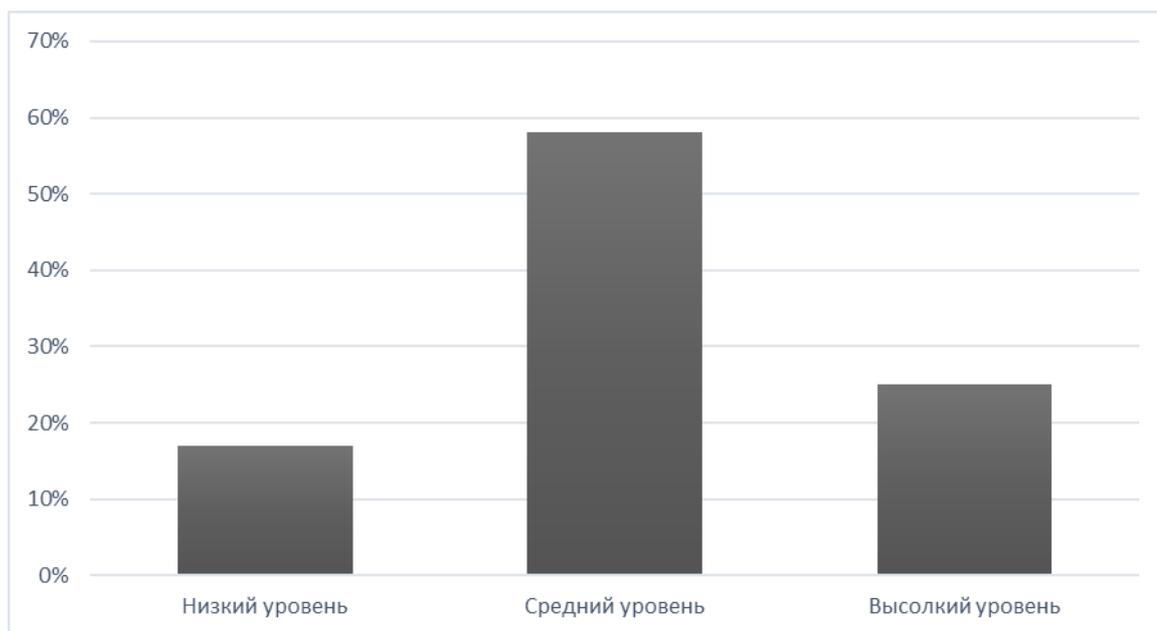


Рисунок 5. Результаты первичной диагностики по методике «Рукавички» (Г.А. Цукерман).

Низкий уровень – 4 человека (17%) данные дети довольно конфликтны, так как им очень сложно договорится в паре они не могут прийти к общему решению, каждый нацелен на свою точку зрения, которую они отстаивают отчасти считают, что их мнения важнее мнения других людей из-за этого возникают споры конфликты.

Средний уровень – 14 человек (58%) в данных парах проявляется частичное сходство – это характеризуется тем что дети могут договорится между собой о формах или цветах некоторых деталей. Но есть и заметные отличия, так как в некоторых моментах детям сложно договорится, что не сильно повлияло на итоговый результат, но повлияло на процесс достижения цели.

Высокий уровень – 6 человек (25%) в данных группах дети довольно коммуникативных, не конфликтны. Способны договориться и отстаить свою точку зрения, которая не будет противоречить партнеру, но при этом удовлетворит пожелания каждого из них. Рисунки в данных группах довольно схожи, что свидетельствует о том, что дети не замкнуты и социализированы.

Данная методика в первую очередь демонстрирует нам насколько дети могут работать в парах, отстаивать свою точку зрения, приходить к компромиссам. Тем самым дает нам понимание о том замкнут ребенок или нет. Насколько подготовлен ребенок социальной среде, что в последующем покажет в каких направлениях работать, чтобы развить личность и подобрать правильные методы к стимуляции и мотивации ребенка к развитию в социальной среде.

6. Анкета для первоклассников (Н.Г. Лусканова)

Н.Г. Лусканова интерпретирует полученные результаты следующим образом:

За каждый первый ответ – 3 балла, за промежуточный – 1 балл, последний – 0 баллов. Подсчитываем количество баллов. У каждого ребенка будет свое определенное количество баллов.

Максимальная оценка – 30 баллов. Чем выше балл, тем выше школьная адаптация. 25-30 баллов: сформировано отношение к себе как к школьнику, высокая учебная активность.

20-24 балла: отношение к себе как к школьнику практически сформировано (средняя норма адаптации).

15-19 баллов: положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами.

10-14 баллов: отношение к себе как к школьнику не сформировано (низкий уровень адаптации).

Ниже 10 баллов: негативное отношение к школе (школьная дезадаптация). Анкетирование может проводиться неоднократно, что позволяет оценить динамику школьной адаптации. Снижение уровня школьной адаптации может служить показателем школьной дезадаптации ребёнка, а его повышение – признаком положительной динамики в обучении и развитии ребёнка, что соответствует более лёгкой адаптации.

Школьной дезадаптацией называют образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушений в учебе и поведении, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии. Это явление достаточно распространено в настоящее время [15].

Мы в своем исследовании несколько изменили интерпретацию полученных данных следующим образом:

25-30 баллов – высокий уровень.

15-24 баллов – средний уровень.

10-14 баллов – низкий уровень.

Результаты анкеты продемонстрированы в таблице (приложение М) и на гистограмме (рис.6).

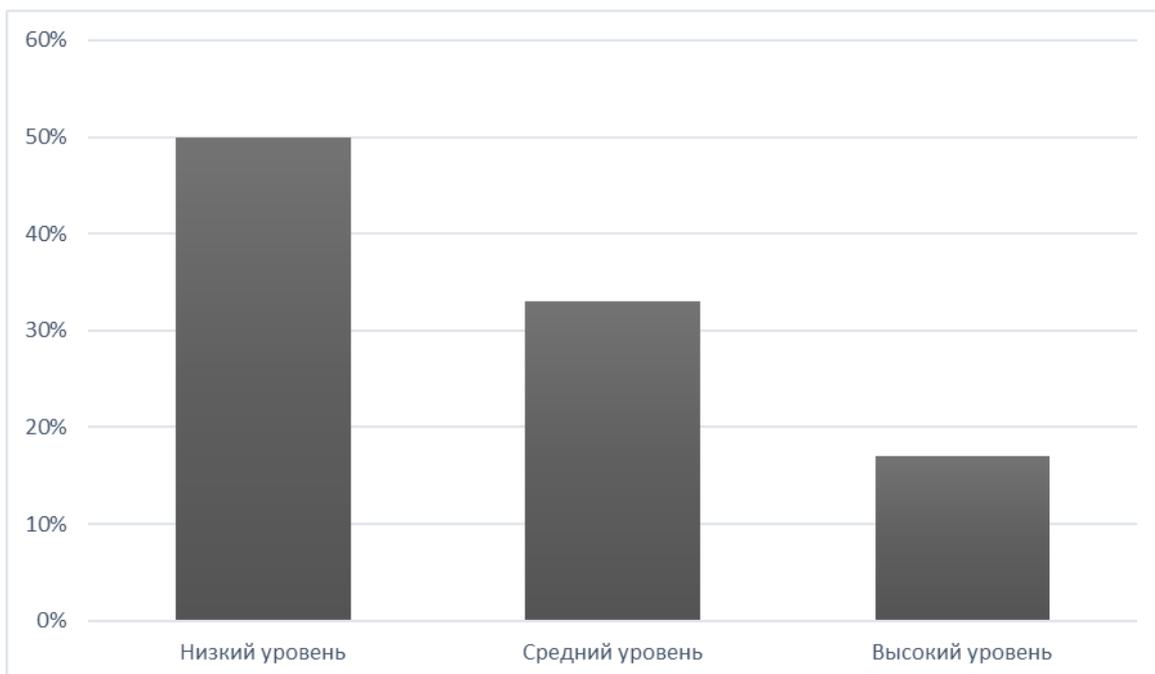


Рисунок 6. Результаты первичной диагностики по анкете для первоклассников (Н.Г. Лусканова)

Низкий уровень – 12 человек (50%) данные учащиеся вместо занятий в школе, заниматься посторонними делами, играми. У данных детей слабая адаптация к учебному процессу. Они испытывают затруднения, которые влияют на успеваемость, таким детям тяжело усваивать учебный процесс. Не редко возникают проблемы с общением в коллективе, а также с учителем и дома, так как такие дети вовремя не справляются с учебным процессом, восприятия для них школы зачастую оказывается для них как место, где их насильно чему-то хотят заставить.

Средний уровень – 8 человек (33%) данная группа детей посещает школу не с целью получения новых знаний, а с целью общения со сверстниками. Таким детям больше нравится не сам учебный процесс, а дополнительные кружки, на которые они ходят с удовольствием, так как они способны показать свои сильные стороны по максимуму.

Высокий уровень – 4 человека (17%) данной группе детей нравится сам учебный процесс. Учащиеся сами себя стимулируют и мотивируют на получение новых знаний, они строго и четко следуют указанию учителя.

Существуют различные уровни восприятия информации, на которые влияют различные факторы: адаптация, семья, коллектив в школе. Не мало важную роль играют семья. Некоторые дети идут в школу, так как им нравится получать новые знания, а не которые хотят убежать от домашних проблем. Задача школы направить сильные стороны ребенка в нужное русло. Задача семьи показать, что учебный процесс нужен ребенку для его дальнейшего развития, а не потому что от него это требуется.

Данные обследования по всем пяти методикам позволили сделать следующие выводы о адаптации младших школьников.

В ходе исследования мы выяснили, что адаптация у младших школьников по критериям психологический, физиологический, социальный различна:

- по критерию «психологический» уровень адаптации у большинства на среднем уровне, так же есть учащиеся, у которых высокий и низкий уровень адаптации.

- по критерию «физиологический» уровень адаптации будет на среднем уровне, мало учащихся, у которых высокий и низкий уровень адаптации.

- по критерию «социальный» уровень адаптации будет на среднем уровне.

Итоговый результат продемонстрирован в таблице (приложение Н) и на гистограмме.



Психологический критерий:

Низкий уровень – 10% – из опрошенной нами группы детей характеризуются неудовлетворительной успеваемостью, низкому уровню учебной активности, неблагоприятным положением в коллективе, негативным отношением к учителю.

Средний уровень – 46% – из опрошенной нами группы детей характеризуются оптимальным уровнем успеваемости, нейтральным отношением к учителю, положительным эмоциональным отношением к школе, способностью к учебной деятельности.

Высокий уровень – 44% – из опрошенной нами группы детей характеризуются оптимальным уровнем школьной тревожности, отличной или хорошей успеваемостью, благоприятным положением в коллективе, положительным отношением к учителю и школе.

Физиологический критерий:

Низкий уровень – 8% – из опрошенной нами группы детей характеризуются ухудшенным аппетитом, проблемами со сном, высоким уровнем напряжения всех систем организма, как следствие низким уровнем работоспособности, быстрой утомляемостью, сбой режима дня.

Средний уровень – 75% – из опрошенной нами группы детей характеризуются незначительным ухудшением аппетита, появляются

трудности со сном, ухудшением успеваемости и нейтральным отношением к учителю.

Высокий уровень – 17% – из опрошенной нами группы детей характеризуются хорошим сном и аппетитом, отсутствием жалоб на здоровье.

Социальный критерий:

Низкий уровень – 33% – из опрошенной нами группы детей характеризуются отрицательным отношением к школе, подавленным настроением, нарушением дисциплины, отсутствие друзей.

Средний уровень – 46% – из опрошенной нами группы детей характеризуются положительным отношением к школе, посещение которой не вызывает отрицательных переживаний, пониманием получаемого материала, выполнении общественных задач, усидчивостью.

Высокий уровень – 21% – из опрошенной нами группы детей характеризуются положительным отношением ребенка к школе, адекватной реакцией на критику и предъявляемые ему требования, глубоким и полным усвоением материала, самостоятельностью в выполнении учебных задач, благоприятным социальным статусом, общительностью.

2.3 Программа адаптации младшего школьника

Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни ребенка, как в социальном, психологическом, так и физическом плане.

Поступив в школу, ребенок становится школьником далеко не сразу. Это становление, вхождение в школьную жизнь, происходит на протяжении начальной школы, и сочетание черт дошкольного детства с особенностями школьника будет характеризовать весь период младшего школьного возраста. Все дети, начинающие обучение в школе, сталкиваются с теми или иными трудностями.

Одними из основных критериев, характеризующих успешность адаптации к систематическому обучению, являются состояние здоровья ребенка и изменения его показателей под влиянием учебной нагрузки. Выделяют группы детей с низкой, средней и высокой адаптацией. При легкой адаптации состояние напряженности функциональных систем организма ребенка компенсируется в течение первой четверти. При среднем уровне адаптации нарушения самочувствия и здоровья более выражены и могут наблюдаться в течение первого полугодия. Низкий уровень адаптации сопровождается значительными нарушениями в состоянии здоровья, которые нарастают от начала к концу учебного года.

Критериями благополучной физиологической адаптации к школе могут служить хороший сон и аппетит, отсутствие жалоб на головные боли, а также выраженных неблагоприятных изменений в состоянии здоровья ребенка.

Психологический критерий адаптации первоклассника связаны с принятием новой жизненной позиции и переходом к новому виду деятельности – учебной, в ходе которой возникают основные психологические новообразования младшего школьника. Учебная деятельность определяет дальнейшее психическое и личностное развитие младшего школьника.

Социальный критерий адаптации определяются готовностью ребенка к изменению своего социального положения, необходимым уровнем сформированности средств общения, поведения и деятельности, владением социально-адекватными способами реализации эмоциональных состояний.

Поэтому необходимо время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, ребенок привык к новым условиям и научился соответствовать новым требованиям. Первые 2-3 месяца после начала обучения являются самыми сложными, ребенок привыкает к новому образу жизни, к правилам школы, к новому режиму дня. Ситуация новизны является для любого человека в определенной степени тревожной. Ребенок переживает эмоциональный дискомфорт прежде всего из-за неопределенности

представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса. Это состояние можно назвать состоянием внутренней напряженности, настороженности, тревожностью. Такое психологическое напряжение, будучи достаточно длительным, может привести к школьной дезадаптации: ребенок становится недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстает в учебе, быстро утомляется и просто не хочет идти в школу. Некоторые первоклассники становятся очень шумными, гиперактивными, отвлекаются на уроках, капризничают. Другие становятся очень скованными, робкими, стараются держаться незаметно, не слушают, когда к ним обращаются взрослые, при малейшей неудаче, замечании плачут. У части детей может нарушиться сон, аппетит, иногда поднимается температура, обостряются хронические заболевания. может появиться интерес к игрушкам, играм, к книгам для очень маленьких детей.

В результате эксперимента была выявлена группа детей с затруднением адаптационного процесса. Эксперимент проводился на базе МАОУ СШ №148 г. Красноярск. В эксперименте приняли участие 24 человека, учащиеся 1 «А» класса в возрасте 7 – 8 лет.

В ходе исследования мы выяснили, что адаптация у младших школьников по критериям психологический, физиологический, социальный следующая:

- по критерию «психологический» уровень адаптации у большинства на среднем уровне, так же есть учащиеся, у которых высокий и низкий уровень адаптации.

- по критерию «физиологический» уровень адаптации будет на среднем уровне, мало учащихся, у которых высокий и низкий уровень адаптации.

- по критерию «социальный» уровень адаптации будет на среднем уровне.

Поэтому было принято решение разработать программу адаптации младших школьников.

Работа над программой проводилась в несколько этапов:

1. Первый этап – определение цели и задач программы.

Цель программы занятий: создание психолого-педагогических и социальных условий, позволяющих ребенку успешно адаптироваться в школьной системе.

Задачи программы:

- Создать доброжелательную атмосферу в классе.
- Формирование уважения друг к другу.
- Создать условия для сплоченности классного коллектива.
- Формирование статуса младшего школьника.
- Формирование положительного отношения к школе.
- Формировать навыки общения.

2. Второй этап – определение формы и направления работы.

В программу были включены следующие виды деятельности: беседа с родителями, игра, чтение произведений, просмотр мультфильмов, опрос.

Содержание программы предполагает работу с детьми по трем критериям:

1. Психологический.
2. Физиологический.
3. Социальный.

3. Третий этап – определили содержание программы: выбор мероприятий, которые способствовали формированию адаптации у современных младших школьников.

Программа состоит из 8 занятий, периодичность занятий 2 раза в неделю (урок – 3, беседа с родителями – 2, внеурочных мероприятий – 3)

Время одного занятия зависит от формы проведения. Урок: 45 минут, беседа с родителями: 40 минут, внеклассное мероприятие: 45 минут – 1,5 часа.

За основу была взята программа основной образовательной программы начального общего образования «Школа России» 1 класс.

Программа занятий адаптации у современных младших школьников представлена в таблице 2. Задания прикреплены в (приложение П).

Таблица 2

Занятия:	Цель:	Деятельность:	Компонент:
1.Занятие: «Здравствуй, школа!» (Беседа с родителями)	Создание условий для включения родителей будущих первоклассников в процесс подготовки ребенка к школе.	Собрание. Тест для родителей. Беседа.	Социальный
2.Занятие: «Режим дня в жизни школьника». (Беседа с родителями)	Выяснить значение режима для младшего школьника для поддержания здоровья и работоспособности.	Собрание. Анкета для родителей. Беседа.	Физиологический
3.Занятие: «Режим дня школьника!» (Урок)	Соблюдение режима дня младшими школьниками способствует физическому развитию и повышению работоспособности ребенка.	Просмотр мультфильмов. Беседа о режиме дня.	Физиологический
4.Занятие «Здравствуй!» (Урок)	Знакомство, вовлечение всех участников группы в работу.	Игра с мячом. Через игру дети запоминают имена своих одноклассников.	Социальный
5.Занятие «Какой я?» (Внеурочное мероприятие)	Осознания статуса школьника.	Представлены на доске, рисунки детей. Беседа.	Психологический; Социальный
6. Занятие «Школьные правила» (Урок)	Познакомить детей с правилами школы.	Слушают сказку. Составляют правила класса, фиксируя на ватмане.	Социальный.
7.Занятие «Для чего ходят в школу» (Внеурочное мероприятие)	Осознание детьми для чего нужна школа.	Работа со словами.	Социальный
8.Занятие «Что мне нужно в школе?» (Внеурочное мероприятие)	Знакомство со школьными принадлежностями.	Загадывание школьных предметов. Чтение произведения «Волшебный портфель».	Психологический; Социальный

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ II

Эксперимент проводился на базе МАОУ СШ №148 г. Красноярск. В эксперименте приняли участие 24 человека (8 мальчиков и 16 девочек), учащиеся 1 «А» класса в возрасте 7 – 8 лет.

В качестве критериев мы выделили психологический (отношение к школе; успеваемость; положение в коллективе; эмоциональное состояние), социальный (усвоение школьных правил; исполнение обязанностей ученика; включение в учебную деятельность) и физиологический (сон и аппетит) компоненты адаптации. Для изучения адаптации младших школьников мы выбрали следующий диагностический комплекс: методика «Краски» (Р.П. Ефимкина); методика «Градусник» (Н. П. Фетискин); опрос для родителей; тест-анкета для самооценки факторов риска ухудшения здоровья. (Н.К. Смирнова); методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман); анкета для первоклассников (Н.Г. Лусканова).

В ходе исследования мы выяснили, что адаптация у младших школьников по критериям психологический, физиологический, социальный следующая: по критерию «психологический» уровень адаптации у большинства на среднем уровне, так же есть учащиеся, у которых высокий и низкий уровень адаптации; по критерию «физиологический» уровень адаптации будет на среднем уровне, мало учащихся, у которых высокий и низкий уровень адаптации; по критерию «социальный» уровень адаптации будет на среднем уровне.

После получения результатов исследования нами была разработана программа помощи первоклассникам. Цель программы занятий: создание психолого-педагогических и социальных условий, позволяющих ребенку успешно адаптироваться в школьной системе. Программа состоит из 8 занятий, периодичность занятий 2 раза в неделю (урок – 3, беседа с родителями – 2, внеурочных мероприятий – 3). Время одного занятия зависит от формы проведения. Урок: 45 минут, беседа с родителями: 40 минут,

внеклассное мероприятие: 45 минут – 1,5 часа. За основу была взята программа основной образовательной программы начального общего образования «Школа России» 1 класс. В программу были включены следующие виды деятельности: беседа с родителями, игра, чтение произведений, просмотр мультфильмов, опрос.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Изучив психолого-педагогическую литературу, мы пришли к выводам, что у ребенка перед поступлением в школу происходят основные изменения в физическом психическом и социальном развитии. Младший школьный возраст характеризуется желанием учиться и развиваться как личность, что в последствии проявится определенными качествами личности. Формирующийся характер младшего школьного возраста будет зависеть от множества факторов к таким можно отнести как интересы ребенка, социальное окружение, обстановка в семье, физиологические особенности. Предпочтения предметов, на которые будет опираться ребенок при выборе своих дальнейших путей развития как личность.

2. Проанализировав понятие адаптация, мы пришли к пониманию, что этот термин в науке трактуется по-разному. Так, классическая физиология и биология под адаптацией понимают общебиологический параметр приспособления, характеризующийся признаками торможения и последующей резистентности живой системы к видоизменившимся условиям среды. Школьная адаптация – процесс приспособления организма школьников к новым условиям окружающей среды, новому виду деятельности, новым нагрузкам, связанным с систематическим обучением. Выделяют три вида адаптации – физиологическая, психологическая, социальная. Также можно обозначить четыре уровня адаптации – полная, неполная, затрудненная, дезадаптация. Каждый уровень и вид имеют свои характеристики.

3. Образовательная среда школы может быть охарактеризована как результат взаимоинтеграции культурной, семейной, воспитательной сред, которые специально организованы в образовательном учреждении с помощью педагогических условий. Образовательную среду представляют, как развивающуюся целостную структуру, в которой в единстве выступает

субъектный и содержательный элемент, развивающиеся за счёт внутренних потенциалов и за счёт расширения внешних связей. образовательная среда школы и функционирование ее воспитательного пространства есть условие социализации младших школьников. Здесь инструментом социализации являются ценности, на которых строится воспитательная система, школьные нормы и правила.

4. Эксперимент проводился на базе МАОУ СШ №148 г. Красноярск. В эксперименте приняли участие 24 человека (8 мальчиков и 16 девочек), учащиеся 1 «А» класса в возрасте 7 – 8 лет.

В качестве критериев мы выделили психологический (отношение к школе; успеваемость; положение в коллективе; эмоциональное состояние), социальный (усвоение школьных правил; исполнение обязанностей ученика; включение в учебную деятельность) и физиологический (сон и аппетит) компоненты адаптации. Для изучения адаптации младших школьников мы выбрали следующий диагностический комплекс: методика «Краски» (Р.П. Ефимкина); методика «Градусник» (Н. П. Фетискин); опрос для родителей; тест-анкета для самооценки факторов риска ухудшения здоровья. (Н.К. Смирнова); методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман); анкета для первоклассников (Н.Г. Лусканова).

5. В ходе исследования мы выяснили, что адаптация у младших школьников по критериям психологический, физиологический, социальный следующая: по критерию «психологический» уровень адаптации у большинства на среднем уровне, так же есть учащиеся, у которых высокий и низкий уровень адаптации; по критерию «физиологический» уровень адаптации будет на среднем уровне, мало учащихся, у которых высокий и низкий уровень адаптации; по критерию «социальный» уровень адаптации будет на среднем уровне.

6. После получения результатов исследования нами была разработана программа помощи первоклассникам. Цель программы занятий: создание психолого-педагогических и социальных условий, позволяющих

ребенку успешно адаптироваться в школьной системе. Программа состоит из 8 занятий, периодичность занятий 2 раза в неделю (урок – 3, беседа с родителями – 2, внеурочных мероприятий – 3). Время одного занятия зависит от формы проведения. Урок: 45 минут, беседа с родителями: 40 минут, внеклассное мероприятие: 45 минут – 1,5 часа. За основу была взята программа основной образовательной программы начального общего образования «Школа России» 1 класс. В программу были включены следующие виды деятельности: беседа с родителями, игра, чтение произведений, просмотр мультфильмов, опрос.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авдеева Н.Н., Хохлачева И.В. Психологическая наука и образование, 2010, № 3 - С.97-102
2. Акимова И.Е., Анисимова Т.С. Проектирование креативной образовательной среды школы как основы формирования ученика новой культуры // Концепт. – 2015. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/proektirovanie-kreativnoy-obrazovatelnoy-sredy-shkoly-kak-osnovy-formirovaniya-uchenika-novoy-kultury> (дата обращения: 05.05.2019).
3. Акопян А.А. Преемственность на этапах детский сад и начальная школа // Управление ДОУ. 2003 № 2 - С. 92-95.
4. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации в школе. // Школа и психическое здоровье учащихся / Под ред. Громбаха С.М., 1988. - С. 32-43
5. Артамонова М.П. Культурно-образовательная среда школы как пространство социализации несовершеннолетних // Теория и практика общественного развития. – 2014 URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kulturno-obrazovatel'naya-sreda-shkoly-kak-prostranstvo-sotsializatsii-nesovershennoletnih> (дата обращения: 05.05.2019).
6. Архиреева Т.В., Самооценка академической компетентности младших школьников // Психологическая наука и образование. - 2009. - № 2. - С. 1-10
7. Бахтеева Э.И. Особенности формирования личности ребенка на этапе перехода от старшего дошкольного к младшему школьному возрасту // Обучение и воспитание: методики и практика. – 2012. - № 2. - С. 189-193.
8. Безруких М.М., Необходима системная, целенаправленная и индивидуальная работа по подготовке детей к школе // Вестник образования. 2005 № 2 С. 9-12.
9. Беккер И.Л., Мельникова Е.А. Современные особенности социальной адаптации младших школьников // Известия ПГУ им. В.Г. Белинского. 2008.

URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-osobennosti-sotsialnoy-adaptatsii-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 10.05.2021).

10. Белый Е.И. Энциклопедия для родителей первоклассников. - 2000 г.

11. Беляева Е.Б. Развитие психических процессов младших школьников в процессе игры как ведущей формы обучения // Эксперимент и инновации в школе. – 2010. - № 3. - С. 41-44.

12. Бережковская Е.Л. Психическое и личностное в развитии ребенка при переходе от дошкольного к младшему школьному возрасту // Вестник РГГУ. -2013. - № 18. - С. 108-117

13. Борзенкова О.А., Василенко А.С. Развитие учебной мотивации младших школьников средствами информационно-коммуникационных технологий (теоретический аспект) // Балканское научное обозрение. 2018. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-uchebnoy-motivatsii-mladshih-shkolnikov-sredstvami-informatsionno-kommunikatsionnyh-tehnologiy-teoreticheskiy-aspekt> (дата обращения: 18.06.2020).

14. Буйлова Л.Н. Организация дополнительного образования детей в школе // Справочник заместителя директора школы. 2010 - С.112.

15. Бурнакова Е.В. Особенности этнической идентичности старшеклассников различных социальных групп города Красноярска: магистерская диссертация: СФУ, 2016.

16. Васюк С.Н. Адаптация первоклассников к школе // Вопросы науки и образования. 2018. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-pervoklassnikov-k-shkole-2> (дата обращения: 28.06.2020).

17. Вальнер Н.А. Социализация дошкольника в семье и образовательных учреждениях: автореф. дисс. канд. соц. наук: 22.00.04/ Н.А. Вальнер. М., 2006 -С.22.

18. Венгер А.Л. Психологическая готовность детей к обучению в школе // Развитие мышления и умственное воспитание дошкольника. – М.: 1999 г.

19. Гуткина Н. И. Психологическая готовность к школе. - М.: 2000 г.

20. Дубровин Д.Н. Психологическая адаптация как фактор личностного самоопределения: автореф. дисс. URL: <http://www.childpsy.ru/dissertations/id/18403.php> (дата обращения: 10.05.21.).
21. Дубровская В.А. Поколение z, или феномены современного детства // Образование. Карьера. Общество. 2019. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pokolenie-z-ili-fenomeny-sovremennogo-detstva> (дата обращения: 10.05.2021).
22. Ерина И.А., Бузни В.А., Корж А.А. БУЛЛИНГ И ПУТИ ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКЕ // МНКО. 2021. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bullying-i-puti-ego-profilaktiki-v-obrazovatelnoy-praktike> (дата обращения: 17.05.2021)
23. Журавлева В.С., Гакаме Ю.Д. Профилактика и коррекция школьной дезадаптации у учащихся начальной школы // Наука и современность. 2014. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-i-korreksiya-shkolnoy-dezadaptatsii-u-uchaschihsya-nachalnoy-shkoly> (дата обращения: 18.06.2020)
24. Жураева Н.Б. Адаптация первоклассников к школе // Достижения науки и образования. 2019. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-pervoklassnikov-k-shkole-4> (дата обращения: 11.05.2021).
25. Запорожец А.В., Избранные психологические труды. Учение Ж. Пиаже и психическое развитие ребенка. М.: Просвещение, 2006 - С. 421.
26. Иванова Н.В. Особенности и значение детской субкультуры // Педагогика. 2009 № 7 - С. 32-36.
27. Индивидуальные особенности социально-психологической адаптации детей в условиях дошкольного образовательного учреждения /автореферат / URL: <http://www.dissercat.com/content/individualnye-osobennosti-sotsialno-psikhologicheskoi-adaptatsii-detei-v-usloviyakh-doshkoln> (дата обращения: 10.05.2021.)
28. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога начальной школы. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. - С. 442.

29. Климанова А.Е. Методология понятия «Социализация» в философско-социальной науке. // Теория и практика сервиса: экономика, социальная сфера, технологии. 2010. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodologiya-ponyatiya-sotsializatsiya-v-filosofsko-sotsialnoy-nauke> (дата обращения: 03.07.2020).
30. Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика: Учеб., пособие для студентов. М.: 2000 г.
31. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться? Семья и школа. 2006; № 11: - С.15 – 18.
32. Константинов В.В. К вопросу о понятии «адаптация» // Проблемы социальной психологии личности. URL: http://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30306_full.shtml (дата обращения 05.05.2019)
33. Корепанова И.А. Игра как предмет исследования в российской культурно-исторической школе в психологии // Психологический журнал. № 4, 2012. - С. 1-11.
34. Корнеева Е.Н. Ваш ребёнок идет в школу. Проверяем готовность ребёнка к школе. Советы родителям первоклашек. Под редакцией О.А. Богатырева. 2-е изд., испр. и доп. Москва: Мир и образование, 2013.
35. Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. М.: Педагогика, 1991.
36. Кузнецова Л.В. Гармоничное развитие личности младшего школьника: Книга для учителя. М. Просвещение, 1988. – С 224.
37. Лекомцева Е.Н., Пикин А.С. Формирование познавательной активности младшего школьника // Ярославский педагогический вестник. 2017. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-poznavatelnoy-aktivnosti-mladshego-shkolnika> (дата обращения: 18.06.2020).
38. Леснянская Л.А. Образовательная среда школы как фактор социализации учащихся // Ученые записки ЗабГУ. Серия: Педагогические науки. – 2012.

URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obrazovatel'naya-sreda-shkoly-kak-faktor-sotsializatsii-uchaschihsya> (дата обращения: 05.05.2019).

39. Литвиненко Н.В. Социально-психологическая адаптация школьников в критические периоды развития (индивидуально-типологический подход): монография. М.: Сфера, 2007.

40. Литвиненко Н.В. Адаптация школьников в критические периоды развития к образовательной среде: автореф, дис. д-ра психол, наук. Самара, 2009. С. 24.

41. Ломаковская И.С., Провоторова И.А. Адаптация младших школьников к меняющимся условиям окружающей среды // Известия ЮФУ. Издательство: Южный федеральный университет (Ростов-на-Дону) – 2012. № 2. - С. 157-163

42. Мезинов В.Н., Люленкова О.Ю. Педагогические условия обеспечения адаптации младшего школьника с ограниченными возможностями здоровья к учебной деятельности // Ped.Rev.. 2019. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-usloviya-obespecheniya-adaptatsii-mladshego-shkolnika-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-k-uchebnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 03.07.2020).

43. Мещеряков Б.Г., Соболев Г.И. Операционализация социально-психологической адаптации студентов // Культурно-историческая психология. 2010. №1. - С.56–64.

44. Млодик И.Ю. Школа и как в ней выжить// Проблемы адаптации. - 2016. - С 10.

45. Морозов А.В. Проблемы социально-психологической адаптации. URL: <http://www.bestreferat.ru/referat-283.html> (дата обращения: 10.05.21.).

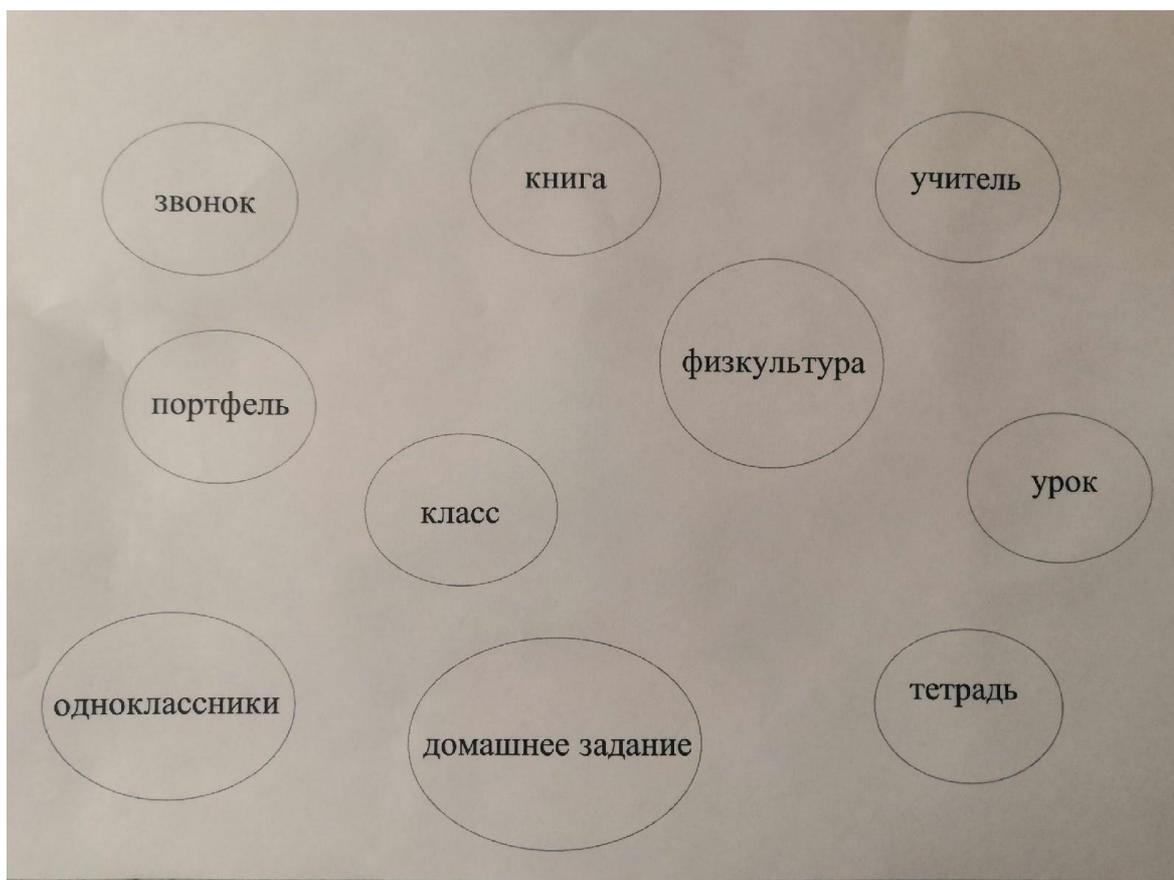
46. Москвина А.С., Нестеркина О.С. Способы создания ситуации успеха для повышения мотивации к обучению младших школьников // Гуманитарное пространство. 2018. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sposoby-sozdaniya-situatsii-uspeha-dlya-povysheniya-motivatsii-k-obucheniyu-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 28.06.2020).

47. Мухина В.С. Возрастная психология. Феноменология развития. Учебник для студентов высших учебных заведений. 14-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – С. 608.
48. Нагорнова Л.В, Волынкин В.И. Игра как метод обучения младших школьников // Гуманитарные исследования. – 2014. -№ 2. - С. 160-164.
49. Никифорова О.А. Психолого-педагогические и медико-физиологические аспекты школьной адаптации: учебное пособие. Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2011.
50. Никифорова Н.В. Модель педагогического сопровождения успешного вхождения младших школьников в образовательную среду школы // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2012. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/model-pedagogicheskogo-soprovozhdeniya-uspeshnogo-vhozhdeniya-mladshih-shkolnikov-v-obrazovatelnyu-sredu-shkoly-1> (дата обращения: 05.05.2019).
51. Нуриева А.Р., Миннуллина Р.Ф., Газизова Ф.С. Взаимодействие учителей и родителей в воспитании младших школьников // Проблемы современного педагогического образования. 2019. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimodeystvie-uchiteley-i-roditeley-v-vospitanii-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 11.05.2021).
52. Петрова Т.И., Валиева Я.С. Эколого-педагогическая работа с дошкольниками. Материалы VII Международной заочной научно-практической конференции, 12 октября 2017 г. Стерлитамак: СФ БашГУ, 2017: - С.232 - 235.
53. Печора К.Л., Пантюхина, Г.В., Голубева, Л.Г. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях. М.: ВЛАДОС, 2003. - С. 172.
54. Пистун Ю.В. Особенности взаимодействия педагога с родителями в условиях реализации ФГОС // Инновационные технологии в образовании и науке: материала международной науч.-практ. конф. Чебоксары: ЦНС Интерактив Плюс, 2017. – В 2 т. Т1. – С. 160-162.

55. Прохорова М.В. Проблема готовности детей к обучению к школе // Проблемы педагогики. 2015. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-gotovnosti-detey-k-obucheniyu-k-shkole> (дата обращения: 10.05.2021).
56. Руководство играми детей в дошкольных учреждениях М.: Просвещение, 1986. - С.46.
57. Ручкова Н.А., Февралёв А.А. Изучение эмоциональных состояний у школьников // Science Time. 2015. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-emotsionalnyh-sostoyaniy-u-shkolnikov> (дата обращения: 17.06.2020).
58. Савик Н.В. Социальная адаптация младших школьников в условиях дополнительного образования // Вестник науки и образования. 2019. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-adaptatsiya-mladshih-shkolnikov-v-usloviyah-dopolnitelnogo-obrazovaniya> (дата обращения: 09.05.2021).
59. Сандомирский М.Е. Психическая адаптация в условиях пенитенциарного стресса и личностно-типологические особенности осужденных. Уфа: Здравоохранение Башкортостана, 2001. URL: <http://marks.on.ufanet.ru/PSY/PSYADA1.HTM> (дата обращения: 11.05.21.).
60. Северенчук Н. Влияние анимационных фильмов на развитие психических процессов ребенка. // Психолог, 2007. – С.16.
61. Слободчиков В.И. Образовательная среда: реализация целей образования в пространстве культуры // Новые ценности образования. М.: Инноватор-ВЕННЕТ COLLEGE-М, 1997. Вып. 7. - С. 177–185.
62. Суханов А.А. Понятие адаптации: два дискуссионных вопроса // Гуманитарный вектор. Серия: Педагогика, психология. 2015. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-adaptatsii-dva-diskussionnyh-voprosa> (дата обращения: 09.05.2021).
63. Тарасенко Т.В. Взаимосвязь традиционных и инновационных методов в профессиональной подготовке руководителей детских хореографических коллективов: Автореф. дис. ... канд. пед. наук, 13.00.08. М., 2006

64. Трифонова Э.П., Мандрик А.Е. Социально-педагогическое сопровождение как условие успешной школьной адаптации младших школьников с умственной отсталостью // Кронос. 2021. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-pedagogicheskoe-soprovozhdenie-kak-uslovie-uspeshnoy-shkolnoy-adaptatsii-mladshih-shkolnikov-s-umstvennoy-otstalostyu> (дата обращения: 10.05.2021).
65. ФГОС НОО Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 / Государственный портал «Федеральные государственные образовательные стандарты». URL: <https://fgos.ru> (дата обращения: 05.05.2019)
66. Федорова А.С. Изучение адаптации младшего школьника к образовательной среде // Молодость, интеллект, инициатива. Материалы IV международной научно-практической конференции студентов и магистрантов (29 апреля 2016 г.). И.М. Прищепа (главный редактор). – 2016. - С. 319-320
67. Шилова М.И. Социализация и воспитание личности школьника в педагогическом процессе: учеб. пособие. Изд.2-е, перераб. и доп. Красноярск: РИОКГПУ, 2002. – С.218.
68. Эльконин Д.Б., Некоторые вопросы диагностики психического развития детей: диагностика учебной деятельности и интеллектуального развития детей. М., 1991. – С. 450.
69. Яковлева Е.В. Культурная среда общеобразовательного учреждения как условие минимизации угроз социального развития младших школьников // Вестник Череповецкого государственного университета. – 2012. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kulturnaya-sreda-obscheobrazovatel'nogo-uchrezhdeniya-kak-uslovie-minimizatsii-ugroz-sotsialnogo-razvitiya-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 05.05.2019).
70. Ясвин В.А. Экспертиза школьной образовательной среды. М.: Сентябрь, 2000. – С.127.

1.Методика «Краски» (Р.П. Ефимкина)



2. Методика «Градусник» (Н.П. Фетискин)

Математика - _____

Русский язык - _____

Окружающий мир - _____

Литературное чтение - _____

Английский язык - _____

Физкультура - _____

Музыка - _____

Труды - _____

Рисование - _____

3. Опрос для родителей

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Уважаемые родители первоклассников!

Психологическая служба школы просит Вас ответить на вопросы, касающиеся

самочувствия Вашего ребенка, его адаптации к школе.

Ф.И. ребенка _____ Класс _____

Ф.И.О.родителей _____ Дата _____

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

1. Вполне ли приспособился ребенок к школьному режиму?

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

2. Как изменился сон ребенка?

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

3. Как изменился аппетит ребенка и предпочтения в еде?

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

4. Как изменилось самочувствие ребенка?

- a. стал чаще жаловаться на плохое самочувствие и физическую усталость

- в. самочувствие ребенка не изменилось
 - с. на самочувствие не жалуется, активный и бодрый
5. Есть ли в настоящее время у Вашего ребенка хронические заболевания, проблемы со здоровьем?
- а. да
 - в. не знаю
 - с. нет
6. Охотно ли идет ребенок в школу?
- а. неохотно
 - в. без особой охоты
 - с. охотно, с радостью
7. Часто ли ребенок делится с Вами школьными впечатлениями?
- а. очень редко, пока не спросишь
 - в. иногда
 - с. довольно часто
8. Каков эмоциональный характер этих впечатлений?
- а. в основном отрицательные впечатления
 - в. положительных и отрицательных примерно поровну
 - с. в основном положительные впечатления
9. Жалуется ли ребенок на товарищей по классу, обижается на них?
- а. довольно часто
 - в. бывает, но редко
 - с. такого практически не бывает
10. Жалуется ли ребенок на учителя, обижается на него?
- а. довольно часто

в. бывает, но редко

с. такого практически не бывает

11. Справляется ли ребенок с учебной нагрузкой без напряжения?

а. нет

в. скорее нет, чем да

с. скорее да, чем нет

Ключ к опросу

а. 1 балл

в. 2 балла

с. 3 балла

11-18 баллов низкий уровень адаптации

19-25 баллов средний уровень адаптации

26-33 высокий уровень адаптации

4. Тест – анкета для самооценки факторов риска ухудшения здоровья

(Н.К. Смирнова)

Вопросы

1. Я часто сижу, сгорбившись, или лежу с искривленной спиной.
2. Я ношу ранец (часто тяжелый) обычно в правой руке.
3. У меня есть привычка сутулиться.
4. Я чувствую, что мало (недостаточно) двигаюсь.
5. Я не занимаюсь оздоровительной гимнастикой (физзарядка, участие в спортивных секциях, плавание).
6. Я питаюсь нерегулярно, кое-как.
7. Нередко читаю при плохом освещении лежа.
8. Я не забочусь о своем здоровье.

9. Помогает ли тебе школа заботиться о здоровье?

- а) да,
- б) нет,
- в) затрудняюсь ответить.

10. Помогли ли тебе занятия в школе создать дома полезный для здоровья образ жизни?

- а) да,
- б) нет,
- в) затрудняюсь ответить.

11. Какие состояния наиболее типичны для тебя на уроках?

- а) безразличие;
- б) заинтересованность;
- в) усталость;
- г) сосредоточенность;
- д) волнение, беспокойство;
- е) что-то другое.

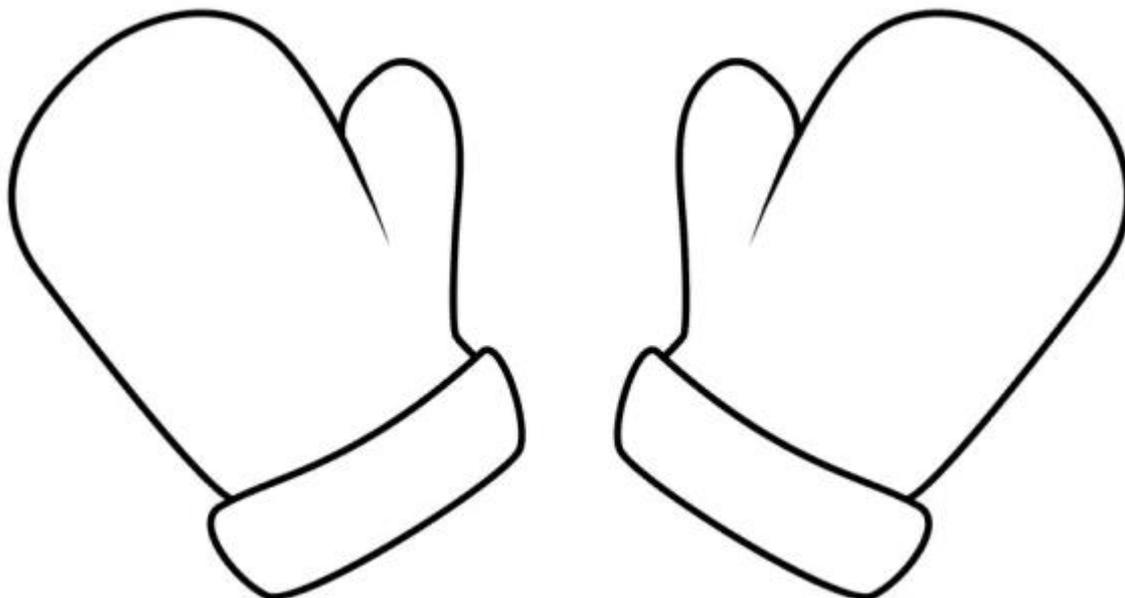
12. Как, по твоему мнению, влияют учителя на твое здоровье?

- а) заботятся о моем здоровье;
- б) наносят здоровью вред методами своего преподавания;
- в) подают хороший пример;
- г) подают плохой пример;
- д) учат, как беречь здоровье;
- е) им безразлично мое здоровье.

13. Как обстановка в школе влияет, по твоему мнению, на здоровье?

- а) не оказывает заметного влияния;
- б) влияет плохо;
- в) влияет хорошо;
- г) затрудняюсь ответить.

5. Методика «Руковичка» (Г.А. Цукерман)



6. Анкета для первоклассников (Н.Г. Лусканова)

Вопросы	Варианты ответов
1. Тебе нравится в школе?	Да Нет Не очень
2. Утром ты всегда с радостью идёшь в школу или тебе часто хочется остаться дома?	Иду с радостью Бывает по-разному Чаще хочется остаться дома
3. Если бы учитель сказал, что завтра в школу не обязательно приходить всем ученикам, ты пошёл бы или остался дома?	Пошёл бы в школу Не знаю Остался бы дома
4. Тебе нравится, когда отменяются какие-нибудь уроки?	Не нравится Бывает по-разному Нравится
5. Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали никаких домашних заданий?	Не хотел бы Не знаю Хотел бы
6. Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены?	Нет Не знаю Хотел бы
7. Ты часто рассказываешь о школе своим родителям и друзьям?	Часто Редко Не рассказываю
8. Ты хотел бы, чтобы у тебя был другой, менее строгий учитель?	Мне нравится наш учитель Точно не знаю Хотел бы
9. У тебя в классе много друзей?	Много Мало Нет друзей
10. Тебе нравятся твои одноклассники?	Нравятся Не очень Не нравятся

Данные по результатам исследования уровни адаптации по критерию «Психологический» в 1 классе с помощью методики «Краски» (Р.П. Ефимкина).

Имя	Баллы	Уровень
Злата	8	высокое
Света	7	среднее
Даша	8	высокое
Софья	8	высокое
Анна	8	высокое
Кирилл	8	высокое
Мария	8	высокое
Мария	9	высокое
Артем	5	среднее
Артем	7	среднее
Костя	8	высокое
Полина	7	среднее
Анна	7	среднее
Дамир	8	высокое
Яна	7	среднее
Матвей	8	высокое
Радмила	7	среднее
Даша	7	среднее
Максим	6	среднее
Ясмينا	8	высокое
Карина	10	высокое
Валерия	6	среднее
Ульяна	4	низкое
Чынгыз	8	высокое

Данные по результатам исследования уровни адаптации по критерию «Психологический» в 1 классе с помощью методики «Градусник» (Н. П. Фетискин).

Имя	Баллы	Уровень
Злата	20	высокое
Света	15	среднее
Даша	15	среднее
Софья	19	среднее
Анна	20	высокое
Кирилл	17	среднее
Мария	17	среднее
Мария	16	среднее
Артем	14	низкое
Артем	20	высокое
Костя	21	высокое
Полина	15	среднее
Анна	13	низкое
Дамир	12	низкое
Яна	17	среднее
Матвей	27	высокое
Радмила	21	высокое
Даша	26	высокое
Максим	15	среднее
Ясмينا	17	среднее
Карина	16	среднее
Валерия	11	низкое
Ульяна	16	среднее
Чынгыз	21	высокое

Данные по результатам исследования уровни адаптации по критерию «Физиологический» в 1 классе с помощью опроса для родителей.

Имя	Баллы	Уровень
Злата	7	среднее
Света	8	высокое
Даша	5	среднее
Софья	8	высокое
Анна	8	высокое
Кирилл	8	высокое
Мария	7	среднее
Мария	7	среднее
Артем	7	среднее
Артем	7	среднее
Костя	7	среднее
Полина	7	среднее
Анна	8	высокое
Дамир	7	среднее
Яна	6	среднее
Матвей	7	среднее
Радмила	6	среднее
Даша	8	высокое
Максим	8	высокое
Ясмينا	4	низкое
Карина	6	среднее
Валерия	7	среднее
Ульяна	5	среднее
Чынгыз	8	высокое

Данные по результатам исследования уровни адаптации по критерию «Физиологический» в 1 классе с помощью теста-анкеты для самооценки факторов риска ухудшения здоровья (Н.К. Смирнова).

Имя	Баллы	Уровень
Злата	5	высокий
Света	8	средний
Даша	7	средний
Софья	7	средний
Анна	9	средний
Кирилл	8	средний
Мария	6	высокий
Мария	10	средний

Артем	8	средний
Артем	11	средний
Костя	4	высокий
Полина	7	средний
Анна	10	средний
Дамир	8	средний
Яна	7	средний
Матвей	9	средний
Радмила	5	высокий
Даша	8	средний
Максим	9	средний
Ясмина	7	средний
Карина	11	средний
Валерия	9	средний
Ульяна	12	низкий
Чынгыз	10	средний

Данные по результатам исследования уровни адаптации по критерию «Социальный» в 1 классе с помощью методики «Рукавички» (Г.А. Цукерман)

Имя	Уровень
Злата	высокий
Света	высокий
Даша	средний
Софья	средний
Анна	средний
Кирилл	средний
Мария	средний
Мария	средний
Артем	низкий
Артем	высокий
Костя	средний
Полина	средний
Анна	высокий
Дамир	низкий
Яна	средний
Матвей	высокий
Радмила	средний
Даша	средний
Максим	низкий
Ясмينا	средний
Карина	средний
Валерия	высокий
Ульяна	низкий
Чынгыз	средний

Данные по результатам исследования уровни адаптации по критерию «Социальный» в 1 классе с помощью анкеты для первоклассников (Н.Г. Лусканова).

Имя	Баллы	Уровень
Злата	22	высокое
Света	30	высокое
Даша	8	низкое
Софья	21	среднее
Анна	11	низкое
Кирилл	13	низкое
Мария	28	высокое
Мария	19	среднее

Артем	13	низкое
Артем	14	низкое
Костя	20	среднее
Полина	19	среднее
Анна	11	низкое
Дамир	3	низкое
Яна	23	среднее
Матвей	27	высокое
Радмила	11	низкое
Даша	17	среднее
Максим	14	низкое
Ясмينا	20	среднее
Карина	14	низкое
Валерия	22	среднее
Ульяна	9	низкое
Чынгыз	13	низкое

ИМЯ	МЕТОДИКА						УРОВЕНЬ АДАПТАЦИИ
	1 П	2 П	3 Ф	4Ф	5С	6 С	
Злата	В	В	С	В	В	В	ВЫСОКИЙ
Света	С	С	С	С	В	В	СРЕДНИЙ
Даша	В	С	Н	С	С	Н	СРЕДНИЙ
Софья	В	С	С	С	С	С	СРЕДНИЙ
Анна	В	В	С	С	С	Н	СРЕДНИЙ
Кирилл	В	С	С	С	С	Н	СРЕДНИЙ
Мария	В	С	С	В	С	В	ВЫСОКИЙ
Мария	В	С	В	С	С	С	СРЕДНИЙ
Артём	С	Н	С	С	Н	Н	СРЕДНИЙ
Артём	С	В	С	С	В	Н	СРЕДНИЙ
Костя	В	В	В	В	С	С	ВЫСОКИЙ
Полина	С	С	С	С	С	С	СРЕДНИЙ
Анна	С	Н	С	С	В	Н	СРЕДНИЙ
Дамир	В	Н	С	С	Н	Н	СРЕДНИЙ
Яна	С	С	С	С	С	С	СРЕДНИЙ
Матвей	В	В	Н	С	В	В	СРЕДНИЙ
Радмила	С	В	С	В	С	Н	СРЕДНИЙ
Даша	С	В	С	С	С	С	СРЕДНИЙ
Максим	С	С	В	С	Н	Н	СРЕДНИЙ
Ясмينا	В	С	Н	С	С	С	СРЕДНИЙ
Карина	В	С	С	С	С	Н	СРЕДНИЙ
Валерия	С	Н	С	С	В	С	СРЕДНИЙ
Ульяна	Н	С	С	Н	Н	Н	НИЗКИЙ
Чынгыз	В	В	В	С	С	Н	СРЕДНИЙ

1.Занятие: «Здравствуй, школа!»

Цель: создание условий для включения родителей будущих первоклассников в процесс подготовки ребенка к школе.

Задачи:

Познакомить родителей друг с другом.

Познакомить с трудностями адаптации ребенка к школе и дать рекомендации данной теме.

Вооружить практическими советами и рекомендациями по подготовке ребенка к школе.

Ход занятия:

Сейчас поговорим о готовности ребенка к школьному обучению. Предлагаю вашему вниманию небольшой тест.

Тест для родителей.

Отметьте каждый утвердительный ответ одним баллом.

1. Как вы считаете, хочет ли ваш ребенок идти в первый класс?
2. Считает ли он, что в школе узнает много нового и интересного?
3. Может ли ваш ребенок в течение некоторого времени (15-20 минут) самостоятельно заниматься каким-либо кропотливым делом (рисовать, лепить, собирать мозаику и т. п.)?
4. Можете ли вы сказать, что ваш ребенок не стесняется в присутствии посторонних людей?
5. Умеет ли ваш ребенок связно описать картинку и составить по ней рассказ как минимум из пяти предложений?
6. Знает ли ваш ребенок стихи наизусть?
7. Может ли он назвать заданное существительное во множественном числе?
8. Умеет ли ваш ребенок читать, хотя бы по слогам?
9. Считает ли ребенок до десяти в прямом и обратном порядке?
10. Умеет ли он прибавлять и отнимать хотя бы одну единицу от чисел первого десятка?

11. Может ли ваш ребенок писать простейшие элементы в тетради в клетку, аккуратно перерисовывать небольшие узоры?

12. Любит ли ваш ребенок рисовать, раскрашивать картинки?

13. Умеет ли ваш малыш управляться с ножницами и клеем (например, делать аппликации из бумаги)?

14. Может ли он из пяти элементов разрезанной на части картинки за минуту собрать целый рисунок?

15. Знает ли ваш ребенок названия диких и домашних животных?

16. Есть ли у вашего ребенка навыки обобщения, например, может ли он назвать одним словом "фрукты" яблоки и груши?

17. Любит ли ваш ребенок самостоятельно проводить время за каким-то занятием, например, рисовать, собирать конструктор и т. д.

Если вы ответили утвердительно на 15 и более вопросов, значит, ваш ребенок вполне готов к школьному обучению. Вы занимались с ним не напрасно, и в дальнейшем, если у него и возникнут трудности при обучении, он с вашей помощью сможет с ними справиться.

Если ваш ребенок может справиться с содержанием 10-14 вышеуказанных вопросов, то вы на верном пути. За время занятий он многому научился и многое узнал. А те вопросы, на которые вы ответили отрицательно, укажут вам, на какие моменты нужно обратить внимание, в чем еще нужно потренироваться с ребенком.

В том случае, если количество утвердительных ответов 9 или менее, вам следует больше уделять времени и внимания занятиям с ребенком. Он еще не совсем готов пойти в школу. Поэтому ваша задача - систематически заниматься с малышом, тренироваться в выполнении различных упражнений. На пороге школы едва ли не самое главное – научить ребёнка самостоятельности. Ведь малышу придётся выполнять одно задание за другим, принимать решения, выстраивать личные отношения с одноклассниками и с учителем, а значит, и нести ответственность.

2.Занятие: «Режим дня в жизни школьника».

Цель: выяснить значение режима для младшего школьника для поддержания здоровья и работоспособности.

Ход занятия:

Рационально организованный режим школьника – это:

- Учеба в школе, точно регламентированное время и продолжительность подготовки домашних заданий, а также творческой деятельности ребенка.
- Обязательный отдых на свежем воздухе.
- Достаточный по продолжительности сон со строго установленным временем подъема и отбоя.
- Регулярное и полноценное питание.

Народная мудрость

- Учи показом, а не рассказом.
- Ребята учатся тому, что видят у себя в дому.
- Ешь правильно и лекарство не надобно.

Анкетирование учащихся класса

В котором часу ты встаешь?

Тебя будят родители или ты просыпаешься сам?

Ты встаешь охотно или с трудом?

Какие процедуры входят в твой утренний туалет?

Делаешь ли ты зарядку по утрам?

Ты делаешь ее вместе с родителями или один?

Как долго ты делаешь уроки?

Ты выполняешь сам или тебе помогают твои родители?

Гуляешь ли ты на улице перед тем, как начать выполнять домашние задания?

В котором часу ты ложишься спать?

Анкетирование родителей учащихся класса

Считаете ли вы необходимым условием успешности учебной деятельности вашего ребенка выполнение 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 собственного ребенка?

Делает ли ваш ребенок зарядку?

Являетесь ли вы для него в этом примером?

Позволяете ли вы своему ребенку увлекаться телевизором?

Гуляет ли ваш ребенок достаточное время на свежем воздухе?

Ваш ребенок делает уроки сам или вы ему помогаете?

Как долго по времени делает уроки ваш ребенок?

Каков ежедневный ритуал ухода ко сну вашего ребенка?

Какие примеры вы используете для того, чтобы ребенок чувствовал себя здоровым и бодрым?

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Режим дня школьника»

Ваш ребёнок — школьник. Это его детская «работа», и не менее, а может и более напряжённая, чем у взрослых. Правильный распорядок дня, учёт индивидуальных (физических и психических) особенностей ребёнка, следование режиму — вот залог его хорошего самочувствия и успеваемости. О том, как правильно составить режим дня для ребёнка — школьника, мы и поговорим.

Что же такое «правильный» режим дня? Если в течение нескольких недель или постоянно ребёнок чувствует себя бодрым, здоровым, он любознателен и весел, с удовольствием посещает занятия, занимается спортом, гуляет, общается со сверстниками, то можно считать, что распорядок дня составлен правильно.

Если же вы стали замечать, что ребёнок стал вялым, пассивным, постоянно капризничает, не хочет ходить в школу, на уроках отвлекается, а жалобы на то или иное недомогание становятся всё чаще и чаще к концу недели, не спешите бежать к врачу и не ругайте малыша. Посмотрите на его режим. Не слишком ли рано он встаёт? Не слишком ли поздно он ложится? А может, придя домой, он до вечера сидит за уроками? Также он может быть перегружен дополнительными занятиями: теннис и музыка, хореография и рисование, английский язык и плавание, так можно продолжать до бесконечности. А ведь дома нужно сделать ещё и домашнее задание, а так хочется и на компьютере поиграть и мультики посмотреть. Разве может детский организм справиться со всем этим?

Правильно организованный режим дня школьника предусматривает:

- Правильное чередование труда и отдыха.
- Регулярный приём пищи.
- Сон определённой продолжительности, с точным временем подъёма и отхода ко сну.
- Определённое время для утренней гимнастики и гигиенических процедур.
- Определённое время для приготовления домашних заданий.
- Определённую продолжительность отдыха с максимальным пребыванием на открытом воздухе.

Примерный режим дня младшего школьника:

- Подъем: 7.00.
- Утренняя зарядка, водные процедуры, уборка постели, туалет 7.00-7.30.
- Утренний завтрак: 7.30-7.50.
- Дорога в школу или утренняя прогулка до начала занятий в школе 7.50-

- 8.20.
- Занятия в школе: 8.30-12.30.
 - Горячий завтрак в школе около: 11 ч.
 - Дорога из школы или прогулка после занятий в школе: 12.30-13.00.
 - Обед: 13.00-13.30.
 - Послеобеденный отдых или сон: 13.30-14.30
 - Прогулка или игры и спортивные занятия на воздухе: 14.30-16.00.
 - Полдник: 16.00-16.15.
 - Приготовление домашних заданий: 16.15-17.30.
 - Прогулки на свежем воздухе: 17.30-19.00.
 - Ужин и свободные занятия (чтение, музыкальные занятия, ручной труд, помощь семье, занятия иностранным языком и пр.): 19.00-20.00.
 - Приготовление ко сну (гигиенические мероприятия - чистка одежды;
обуви, умывание): 20.00-20.30.
 - Сон: 21.00-7.00.

Родительские «НЕЛЬЗЯ» при соблюдении режима дня:

- будить ребёнка в последний момент перед уходом в школу, объясняя это себе и другим большой любовью к нему;
- кормить ребёнка перед школой и после неё сухой пищей, бутербродами,
- объясняя это себе и другим, что ребёнку такая еда нравится;
- требовать от ребёнка только отличных и хороших результатов в школе, если он к ним не готов;
- сразу после школьных уроков выполнять домашние задания;
- лишать детей игр на свежем воздухе из-за плохих отметок в школе;
- заставлять ребёнка спать днём после уроков и лишать его этого права;
- кричать на ребёнка 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 папу и маму, чтобы начать выполнять уроки;
- сидеть у телевизора и за компьютером более часа в день;
- смотреть перед сном страшные фильмы и играть в шумные игры;
- ругать ребёнка перед сном;
- разговаривать с ребёнком о его школьных проблемах зло иназидательно.

3.Занятие: «Режим дня школьника»

Цель: соблюдение режима дня младшими школьниками способствует физическому развитию и повышению работоспособности ребенка.

Ход занятия: Учитель включает мультик, дети смотрят. После просмотра мультфильма, учитель задает вопросы детям о режиме дня, дети отвечают. Дети делятся своими впечатлениями о просмотре и что нового они узнали.

https://yandex.ru/video/preview/?text=режим%20дня%20младшего%20школьни%20ка%20видео&path=wizard&parent-reqid=1608208258426836-62753798355057197600107-production-app-host-vla-web-yp-102&wiz_type=vital&filmId=13568294427826474900

Мультик «Смешарики»

https://yandex.ru/video/preview/?text=режим+дня+младшего+школьника+видео&path=wizard&parent-reqid=1608208258426836-62753798355057197600107-production-app-host-vla-web-yp-102&wiz_type=vital&filmId=10872070960644225116&url=http%3A%2F%2Ffrontend.vh.yandex.ru%2Fplayer%2F16920760061664005034

Памятка

РЕЖИМ ДНЯ ПЕРВОКЛАССНИКА

7.00 подъем

7.00-7.30 водные процедуры, зарядка

7.30-7.50 завтрак

7.50-8.20 дорога в школу

8.30-12.30 занятия в школе

11.00 второй завтрак

12.30-13.00 дорога домой (лучше по свежему воздуху)

13.00-13.30 обед

13.30-14.30 послеобеденный отдых, а лучше сон

14.30-15.00 полдник

15.00-16.00 прогулка, игры, спорт

16.00-17.00 домашние задания, прогулка

19.00-20.00 ужин и свободные занятия

20.00-20.30 подготовка ко сну

20.30-7.00 сон

Цель данного занятия, чтобы школьник мог максимально, быстро, правильно расставить приоритеты от наименьшего к наивысшему, а главное успешно усвоить материал.

4.Занятие «Здравствуй!»

Цель: адаптация участников в социальной среде.

Ход занятия: в круг садятся учащиеся. В данном процессе используется какой-либо предмет, лучше всего подойдёт мяч либо мягкая игрушка. Учитель выбирает одного из школьников и кидает ему мяч со словами: «Здравствуй! Как тебя зовут?»

Далее учитель рассказывает правила игры: «Выбери любого в группе, кто тебе интересен, поймай его взгляд, перекинь ему мячик, поздоровайся и спроси, как его зовут».

В какой-то момент перекидывания мяча учитель уточняет инструкцию: «Старайтесь перекинуть мяч тому, кто еще не ловил его».

5. Кто такой школьник?

Необходимые материалы: оформленный заранее заголовок для выставки рисунков, бумага для рисования (каждый лист разделён пополам чертой), цветные карандаши, скотч или кнопки.

Ход занятия

1. Дискуссия (*цель-постановка проблемы, обсуждаемой на данном занятии*).

Детям предлагается отгадать загадку:

Стоит дом: кто в дом войдёт, тот и ум приобретёт (школа).

Загадка довольно трудная, поэтому для её отгадывания детям понадобятся наводящие вопросы.

Обсуждается вопрос: зачем дети перестают ходить в детский сад и начинают ходить в школу? Важно, чтобы высказались все желающие ответить на этот вопрос. В заключении ведущий подводит итоги дискуссии, обобщая конструктивные высказывания детей. Формируется цель уроков: «Стать знатоками школьной жизни». Детям, нарушающим правилам поведения на уроке, необходимо постоянно напоминать о них мягко, но настойчиво.

2. Рисунок (*цель-создание различий в позициях «дошкольник» и «школьник»*). Ребятам предлагается нарисовать два рисунка: «Я до школы», «Я школьник» («Сделай так, чтобы сразу можно было догадаться, где какой рисунок, а сам никому не говори»). Время ограничивается (в зависимости от того, сколько было потрачено на первое задание, около 20-25 минут), в процессе рисования ведущий напоминает о том, сколько времени осталось.

Каждый желающий может высказаться о том, что нарисовать. Устраивается выставка рисунков «Теперь мы-школьники!»

Некоторые дети не проявляют активности ни в первом, ни во втором задании. Им нужно предоставить возможность высказаться, спросив их лично и похвалив за интересный рисунок.

3. Обобщение (*цель-закрепление результатов*). Ведущий подводит итоги темы «Кто такой школьник», опираясь на детские рисунки с выставки.

6. Занятие «Школьные правила».

Необходимые материалы: цветные карандаши, скотч, ватман, бумага, маркер.

Ход занятия

Учитель, опираясь на вывешенный на стене «школьный распорядок», напоминает о том, как устроен школьный день. Желательно проводить это повторение в режиме «вопрос-ответ». Необходимо спрашивать разных детей, а не только самых активных.

«Школьные правила» (*цель-закрепление представлений о школьных правилах*). Учитель рассказывает сказку.

Сказка.

В одной школе однажды случилось что-то невообразимое. Раньше эта была обычная школа: там были уроки и перемены. На уроке все удавалось: внимательно слушали учителя, отвечали только тогда, когда их спрашивали, поднимали руку, прежде чем ответить на вопрос.

Но это жутко не понравилось злобной Дюдюке. Она очень не любила порядок и дисциплину. Да и в школу никогда не ходила: ни читать, ни писать не умела. Зато хорошо умела колдовать.

И вот однажды, подглядывая в окошко за тем, как хорошо на уроке чтения 1 «А» учит новые буквы, Дюдюка, не на шутку рассердившись, заколдовала всех первоклассников. И вдруг без всякого повода Петя прямо посреди урока начал играть в трансформеров. Прямо на парте! А Лена с Олей начали болтать, и даже не шёпотом, в полный голос! А Виталик стал кидать в

расписание уроков мячиком! И все остальные ученики тоже стали вести себя просто возмутительно! Учителя никто не слушает.

Обсуждаются вопросы: «Чем закончится такая сказка? Научиться ли чему-нибудь ученики такой школы? Зачем нужны правила в школе»
Ребята формируют известные им правила школьной жизни. Всем классом на ватмане дети фиксируют школьные правила.

Обобщение. Учитель подводит итоги темы, опираясь на сформулированные правила. Обсуждается вопрос о том, что будет, если не соблюдать, то или иное правило, подчеркивается их необходимость.

7. Занятие «Для чего ходят в школу»

Цель: осознание детьми для чего нужна школа.

Ход занятия: Учитель: «Зайчонок не знает, для чего ходят в школу. Он сидит, и размышляет. Ребята, давайте поможем зайчонку. Если то, что он говорит, правильно, вы хлопните в ладоши. Если неправильно топните ногой.

В школу ходят, чтобы играть.

В школу ходят, чтобы читать.

В школу ходят, чтобы разговаривать с соседом по парте.

В школу ходят, чтобы дружить.

В школу ходят, чтобы считать.

В школу ходят, чтобы писать.

В школу ходят, чтобы учиться.

В школу ходят, чтобы драться.

В школу ходят, чтобы узнать что-то новое на уроке.

В школу ходят, чтобы подсказывать одноклассникам.

В школу ходят, чтобы похвастаться нарядами.

В школу ходят, чтобы выполнять задания учителя.

Учитель: «Итак, сегодня мы узнали, что в школу ходят для того, чтобы учиться, чтобы узнать много нового, что может пригодиться в жизни, что в школу ходят, чтобы внимательно слушать учителя, выполнять его задания,

чтобы подружиться с ребятами в классе и доброжелательно относиться друг к другу. Тем самым дети понимают, что в школе делать можно, а что нет. А также узнают о правилах поведения в классе, школе.

8.Занятие «Что мне нужно в школе?»

Цель: знакомство со школьными принадлежностями.

Ход занятия: учитель учащимся загадывает загадки про школьные принадлежности.

В снежном поле по дороге
Мчится конь мой одноногий
И на много-много лет
Оставляет черный след.
(Ручка)

Если ты его отточишь,
Нарисуешь все, что хочешь!
Солнце, море, горы, пляж.
Что же это?..
(Карандаш)

Жмутся в узеньком домишке
Разноцветные детишки.
Только выпустишь на волю –
Где была пустота,
Там, глядишь, - красота!
(Карандаши цветные)

Если ей работу дашь –
Зря трудился карандаш.
(Резинка)

То я в клетку, то в линейку, —
Написать по ним сумей-ка,

Можешь и нарисовать,

Называюсь я...

(Тетрадь)

В школьной сумке я лежу,

Как ты учишься – скажу.

(Дневник)

Новый дом несут в руке,

Дверцы дома на замке.

Тут жильцы бумажные,

Все ужасно важные.

(Портфель)

«А теперь скажите: с чем школьник ходит в школу? (Дети отвечают: с портфелем.) Правильно, с портфелем. А что он берет с собой в портфеле?

(Дети отвечают: ручки, карандаши, пеналы, учебники, ластик.) Молодцы! А что захотят взять с собой в школу дошкольники? (Дети отвечают: игрушки, куклы, машинки.)

А вот послушайте сказку про «Волшебный портфель».

<https://proza.ru/2018/05/20/1912> - Автор А. Шалапанова, 10 лет. Современная сказка. Волшебный портфель.

Данное занятие помогает детям адаптироваться к учебному процессу, так как помогает расставить приоритеты по значимости.

ПАМЯТКА.

Как собрать портфель.

1. Собирай портфель самостоятельно. Это поможет тебе в классе быстро найти всё, что нужно.

2. Посмотри дневник, найди нужный день недели, сложи учебные принадлежности согласно расписанию уроков.

3. Следи за порядком в портфеле. Там не должно быть ничего лишнего.

4. Не забудь положить предметы личной гигиены.

5. Если ты берёшь завтрак, то лучше положить его в небольшой контейнер, а контейнер в отдельный карман портфеля.

6. Собираясь после уроков домой, не забудь сложить все свои вещи в портфель.

